**Игровое упражнений «Боулинг»**

**Цель:** упражнять детей в меткости, развивать глазомер.

Ребенок находится на одной из сторон комнаты, на противоположенной стороне выстраиваются кегли (их можно заменить пластиковыми бутылками или построить из кубиков башню). Ребенок прокатывает мяч так, чтобы упало как можно больше кеглей.

**Игровое упражнений «Не промахнись».**

**Цель:** упражнять детей в метании в горизонтальную цель.

У ребенка в руках мешочек (скомканный лист бумаги). На расстоянии 2,5 м от ребенка – обруч (таз, кастрюля, корзинка). Ребенок бросает мешочек в обруч, стараясь попасть в него. Упражнение повторяется 3—4 раза.

**Подвижная игра «Удочка»**  
Цель: развивать ловкость, внимание, быстроту реакции.

Взрослый держит в руках веревку или скакалку, в 1 метре от него находится ребенок. Взрослый вращает веревку по кругу, а ребенок подпрыгивает вверх, стараясь, чтобы веревочка его не задела.

**Физкультминутка «Пришла весна»**

Улыбаются все люди-весна, весна, весна!  
(дети поднимают руки над головой и ритмично хлопают)  
Она везде, она повсюду - красна, красна, красна.  
(делают ритмичные повороты туловища)  
По лугу лесу и полянке - идет, идет, идет.  
(ритмично шагают на месте)  
На солнышке скорей погреться - зовет, зовет, зовет.  
(взмахивают обеими руками к себе)  
И в ручейке лесном задорно - звенит, звенит, звенит.  
(ритмично щелкают пальцами рук)  
По камушкам в реке широкой журчит, журчит, журчит.  
(потирают ладони)  
Разносит запахи повсюду цветов, цветов, цветов.  
(делают из пальцев бутон)  
И все живое сразу слышит весенний этот зов!  
(ритмично сжимают и разжимают пальцы)

**Самомассаж «Божьи коровки »**

Дети выполняют массаж ног и проговаривают стихотворение.

**Божьи коровки, папа идет,** Сидя, поглаживать ноги сверху донизу

**Следом за папой мама идет,** Разминать ноги

**За мамой следом детишки идут,** Похлопывать ладошками

**Вслед за ними малышки бредут** Поколачивать кулачками

**Юбочки с точками черненькими.** Постукивать пальцами

**На солнышко они похожи,** Поднять руки вверх и скрестить кисти,

**Встречают дружно новый день**. Широко раздвинув пальцы

**А если будет жарко им,** Поглаживать ноги ладонями и спрятать

**То спрячутся все вместе в тень.** Руки за спину**.**