НОД в старшем дошкольном возрасте

1. Ходьба по комнате

Бег на месте

1. Комплекс упражнений под музыку
2. Основные виды движений

Бег змейкой между предметами

Бросание мяча о стену и ловля его двумя руками

1. Подвижная игра

«Уголки»

Играющие становятся возле любого предмета. Один из играющих оставшийся в середине, подходит к кому – либо и говорит: «Мышка, мышка продай мне свой уголок». Та отказывается. Водящий идёт с теми же словами к другому. В это время остальные играющие меняются местами, а водящий в середине старается занять место одного из перебегающих. Если это ему удастся, оставшийся без уголка становится на середину. Если водящему долго не удаётся занять место, его меняют