

Занятие по физическому развитию	
Ходьба, бег	Повторить с ребенком повороты направо, налево, кругом. Предложить походить на четвереньках.
ОРУ	<p style="text-align: center;">Комплекс на стульчике</p> <p>1.И.п.: сидя на стульчике. 1 – 2 – руки вверх – вдох, подняться на носки; 3 – 4 – и.п. – выдох. (8 раз)</p> <p>2.И.п.: сидя на стульчике, руки за головой. 1 - -2 – поворот туловища вправо (влево), руки вверх; 3 – 4 – и.п. (6 раз)</p> <p>3.И.п.: сидя на полу лицом к стульчику, упор сзади, пятки на скамейке, ноги прямые. 1 – 2 – согнуть ноги в коленях, оттягивая носки; 3 – 4 – прямые на скамейку. (8 раз)</p> <p>4.И.п.: лежа на стульчике поперек, опираться ладонями о пол. 1 – 2 – медленно правую руку вверх, посмотреть на кисть, поворот вправо; 3 – 4 – и.п. То же, влево. (по 5 раз)</p> <p>5.И.п.: сидя на стульчике, ноги врозь, руки упор сзади. 1 – 2 – наклон к правому (левому) носку; 3 – 4 – и.п. (по 4 раза)</p> <p>6.И.п.: о.с. боком к стульчику. Подскоки на двух ногах с продвижением вперед вокруг стульчика, ходьба на месте.</p> <p>Упражнение на дыхание «Семафор» Семафор – самый главный на дороге, Не бывает с ним тревоги. И.п. сидя, ноги вместе. Руки в стороны – вдох. Медленное опускание рук с длительным выдохом и произнесение: «с-с-с».</p>
Основные движения	Предложить ребенку выполнить прыжки боком с продвижением через линию.
Подвижная игра	<p>«Ловишка с ленточками» Дети заправляют сзади в шортики разноцветные ленточки, так что образуются «хвостики», и становятся в круг. В центре – «ловишка». Дети подходят поближе к ловишки. Как только прозвучит сигнал «Лови!» разбегаются по площадке. «Ловишка» старается вытянуть ленточки из – за пояса у детей.</p>
Малоподвижная игра	<p>На внимание «Быстро, быстро мы собрались...» Дети стоят по кругу, маршируют на месте и говорят слова: Быстро, быстро мы собрались На прогулку одевались. Воспитатель называет одежду (например, шапка и показывает, куда она одевается), дети должны повторить. Сначала показывается все правильно, затем усложняется игра, педагог путает детей.</p>

