

Занятие по физическому развитию	
Ходьба, бег	Предложить ребенку выполнить повороты направо, налево, кругом. Пройти широким шагом. Пробежать на носках.
Общеразвивающие упражнения	<p style="text-align: center;">Комплекс в парах с мячом</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. И.п.: стоя лицом, друг к другу, у одного мяч зажат между ногами. 1 – 2 – руки в стороны, 3 – 4 – наклон, один толкает мяч, прокатывает его по полу, другой ловит. То же, прокатывает другой ребенок. (по 5 раз) 2. И.п.: то же, мяч у одного ребенка в руках. Перебрасывать мяч друг другу. Ладони при броске держать вертикально. (6 раз) 3. И.п.: сидя, руки упор сзади, мяч перед одним из детей. Прокатывание мяча друг другу, отталкивая ступнями. (6 раз) 4. И.п.: то же. Одному ударить мяч о пол, второму поймать. То же, наоборот. (по 10 раз) 5. И.п.: лежа на животе, голову друг к другу, руки согнуты в локтях, мяч перед одним из детей. Приподнять верхнюю часть туловища, перекатывать мяч друг другу. (по 4 раза) 6. И.п.: ноги слегка расставить, стоя лицом друг к другу на расстоянии нескольких шагов, мяч на полу перед одним ребенком. 1 – 8 – подпрыгивая на правой (левой) ноге, отталкивая мяч ногой вперед, к товарищу. То же, выполняет другой ребенок. (по 3 раза) <p>Упражнение на дыхание «Свеча». И.п.: о.с, руки сцеплены в «замок», большие пальцы подняты вверх («свеча горит»). Выполнить вдох через нос и подуть на большие пальцы, произносить «фу-фу-фу» («задуем свечу»).</p>
Основные движения	Предложить пройти на четвереньках с книжкой, игрушкой и т.д. на спине.
Подвижная игра	<p>«Удочка» Играющие стоят в кругу, в центре круга воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце</p>

	<p>которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самым полом, а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь. Чтобы мешочек не задел ног.</p>
Малоподвижная игра	<p>Игра на внимание «Конники – наездники» Участники игры стоят по кругу правым (левым) боком к центру, представляя наездников. Инсценируется выездка лошадей. По команде педагога «Шаг коня!» «лошадки» идут, высоко поднимая колени, доставая ими ладони рук, согнутые в локтях. Команда «Поворот!» - поворачиваются кругом, продолжая движение в противоположном направлении. Команда «Галоп!» - бегут прямым галопом. Команда «Стоп!» останавливаются.</p>