Апрель. Занятие 35

**Уважаемые родители, можно использовать для упражнений предметы заместители, которые имеются у вас дома.**

**Рекомендуем, задействовать в совместную деятельность с ребенком всех присутствующих родственников, кто находится дома.**

Содержание занятия и методика его проведения.

**Задач и.** Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.

**1-я часть.** Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную по всему залу или комнате.

Родитель следит, чтобы дети не наталкивались друг на друга, бегали в разном направлении.

Упражнения в ходьбе и беге чередуются. Музыкальное сопровождение желательно.  
**2-я часть.** *Общеразвивающие упражнения с кольцом (от колъцеброса).*

1. И. п. – ноги на ширине ступни, кольцо в правой руке. Поднять кольцо через стороны вверх, переложить его в левую руку, опустить через стороны вниз. Поочередно передача кольца.

2. И. п. – ноги на ширине ступни, кольцо в согнутых руках у груди. Присесть, вынести кольцо вперед, руки прямые, вернуться в исходное положение (4 раза).

3. И. п. – стойка на коленях, кольцо в правой руке, левая на поясе. Поворот вправо (влево), положить кольцо у носков ног; повернуться, взять кольцо, вернуться в исходное положение (по 3раза).

4. И. п. – ноги слегка расставлены, руки произвольно вдоль туловища, кольцо на полу у носков ног. Прыжки вокруг кольца в обе стороны, в чередовании с ходьбой на месте (по 2–3 раза в каждую сторону).

***Основные виды движений.***

1. Равновесие. Ходьба по шнуру.

2. Прыжки через шнуры (расстояние между ними 30–40 см).

Родитель напоминает, что спину и голову надо держать прямо, сохраняя при этом равновесие.

Подвижная игра. «Мыши в кладовой».

 Дети-мыши сидят в норках - на стульях, расположенных вдоль стены комнаты. На противоположной стороне протянута веревка на высоте 40—50 см — это кладовая. Сбоку от играющих сидит кошка — родитель. Кошка засыпает, и мыши бегут в кладовую. Проникая в кладовую, они нагибаются, чтобы не задеть веревку.

**Родитель:**    «Мышки, мышки, выходите.

Порезвитесь, попляшите,

Выходите поскорей,

Спит усатый кот злодей!»

**Мыши:**         «Тра-та-та, тра-та-та,

Не боимся мы кота»

Кошка просыпается, мяукает и бежит за мышами. Они убегают в норки (кошка не ловит мышей, а только делает вид, что хочет поймать их). Игра возобновляется. После неоднократного, проведения игры роль кошки исполняет ребенок.

Во второй половине года, когда дети усвоят правила, можно ввести усложнение кошка ловит мышей, пойманные пропускают одну игру (остаются сидеть на стульчиках в доме кошки), при последующем повторении снова играют.

**3-я часть.** «Где спрятался мышонок»

Родитель заранее прячет игрушку – мышонка, а дети стараются его найти и сказать, где он спрятался?