Май. Занятие 25

**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.**

**Задачи.** Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.

**1 часть.** Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны.

**2 часть.** Общеразвивающие упражнения.

1. И. п. - стойка ноги на ширине ступни, руки произвольно вдоль туловища. Поднять руки вперед, хлопнуть в ладоши перед собой; отвести руки назад, хлопнуть в ладоши за спиной; перевести руки вперед и хлопнуть в ладоши перед собой, опустить руки, вернуться в исходное положение (4-5 раз).

2. И. п. - стойка ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Поворот вправо, хлопнуть в ладоши; выпрямиться, поворот влево, хлопнуть в ладоши, вернуться в исходное положение (4-5 раз).

3. И. п. - стойка ноги на ширине ступни, руки на пояс. руки в стороны, поднять правую (левую) согнутую ногу, хлопнуть в ладоши под коленом; опустить ногу, вернуться в исходное положение (5-6 раз).

4. И. п. - сидя, ноги врозь, руки на пояс. руки в стороны, наклон вперед, коснуться пальцами рук носков ног; выпрямиться, вернуться в исходное положение (5 раз).

5. И. п. - лежа на животе, руки согнуты в локтях перед собой. Вынести руки вперед, приподняться (ПРОГНУТЪСЯ), вернуться в исходное положение (5 раз).

6. И. п. - ноги слегка расставлены, руки произвольно. Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с небольшой паузой (под счет воспитателя 1-8).

***Основные виды движений.***

1. Ходьба по доске (ширина 15 см), лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс (2 раза).

2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров (расстояние между шнурами 30-40 см).

Сначала дети двумя колоннами выполняют упражнения в равновесии (главное - спину и голову держать прямо, сохраняя устойчивость при ходьбе, стараясь не оступиться) (2-3 раза).

Родитель раскладывает 5-6 шнуров на расстоянии 40 см один от другого. Дети шеренгами прыгают на двух ногах через шнуры (2-3 раза).

Подвижная игра «Котята и щенята».

**Цели:** учить красиво [передвигаться на носочках](http://coolnew.ru/ponyatie-o-gruppe-invalidnosti-stepeni-utrati-trudosposobnosti.html), [соединять движение со словами](http://coolnew.ru/mehanicheskoe-dvijenie-otnositelenoste-dvijeniya-sistema-otsch.html); развивать ловкость.

**Ход игры:** [Игру можно проводить](http://coolnew.ru/zakon-sprosa-opredelyaet-smisl-lyubogo-proizvodstva-u-lyubogo.html), где есть скамейка. Играющих делят на две группы. Дети одной группы изображают «котят», другой - «щенят». «Котята» [находятся около скамейки](http://coolnew.ru/daniele-defo.html); «щенята» - на другой стороне участка. Родитель предлагает «котятам» [побегать легко](http://coolnew.ru/kartoteka-igr-rechevie-improvizacii.html), мягко. На слова родителя: «Щеня­та!» - вторая группка детей перелезает через скамейки. Они на четвереньках бегут за «котятами» и лают: «Ав-ав-ав». «Котя­та», мяукая, быстро влезают на скамейку. Родитель все время находится рядом. «Щенята» возвращаются в [свои домики](http://coolnew.ru/kajdaya-strana-imeet-svoi-istoricheskuyu-i-politicheskuyu-spec.html). После двух-трех повторений [дети меняются ролями](http://coolnew.ru/ponyatie-o-dokumente-ego-funkcii-i-klassifikaciya.html), и игра продол­жается.

**3 часть.** Игра малой подвижности.