**ХХХVI неделя**

**Период:** с 25.05.2020 по 29.05.2020 3-4 года

[Утренняя гимнастика](https://anveselkova.wixsite.com/instructor/utrennyaya-gimnastika)

|  |
| --- |
| **Рекомендуемые упражнения и игры** |
| О. Р. У.  1. «Воробышки машут крыльями». И. и. — ноги слегка расставлены, руки за спину. В.: руки развести в стороны, помахать кистями рук, всей рукой, спрятать руки за спину.  2. «Воробышки греются на солнышке». И. п. — лежа на спине, руки на полу под головой. В.: повернуться на живот, вернуться в исходное положение.   1. «Спрятались воробышки». И. п. — о. с. В.: присесть, опустить голову, обхватить руками голову, вернуться в исходное положение. 2. «Воробышки радуются». И. п. — о. с. В.: 8—10 прыжков на месте в чередовании с ходьбой на месте. 3. Прыжки с ноги на ногу   https://fsd.multiurok.ru/html/2017/11/26/s_5a1b25881584f/s756433_1_20.jpeg   1. Бросание мяча вверх, и ловля его. Бросок мяча об пол, и ловля его двумя руками   https://ds04.infourok.ru/uploads/ex/0b63/000bf242-dd322c99/hello_html_m10a9a189.jpg  Игра «Поиграем». Ребенок стоит свободно возле взрослого и выполняет движения в соответствии с произносимым им текстом.  Пальчик о пальчик тук да тук,  Весело пляшут пальчики наши, Ручками хлоп, да и хлоп, да и хлоп,  Весело хлопают ручки наши.  Ножками топ, да и топ,да и топ,  Быстро топают ножки наши.  Приседай, приседай,еще раз приседай  Весело пляшут детки наши!  Выполнять команду указательными пальцами. Руки вверх, вращать кистями («фонарики»).  Хлопки в ладоши.  Ритм ускоряется.  Топать ногами.  Ритм ускоряется.  Присесть, руки на пояс.  Повороты на месте вокруг себя. |
| **О. Р. У.**   1. Ползание на четвереньках.   https://ds05.infourok.ru/uploads/ex/0214/0002387b-612ae0c4/hello_html_9e93749.png   1. Бросание мяча вверх, и ловля его. Бросок мяча об пол, и ловля его двумя руками   https://ds04.infourok.ru/uploads/ex/0b63/000bf242-dd322c99/hello_html_m10a9a189.jpg  Подвижная игра «Веселые зайчата». Ребенок выполняет движения в соответствии с текстом.  Ну-ка дружно все присели,  Друг на друга поглядели,  Лапками похлопали,  Хлоп да хлоп, хлоп да хлоп.  Что у зайцев на макушке?  Пляшут весело там ушки.  Раз подскок, два подскок,  Поскакали все в лесок. |