**Период:** с 06.05.20 по 08.05.20 3-4 года

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

|  |
| --- |
| **Рекомендуемые упражнения и игры** |
| ***Общеразвивающие упражнения без предметов***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. Ходьба с перешагиванием через кубики, игрушки

C:\Users\ПК\Downloads\Картинки\image050.jpg1. Прыжки с ноги на ногу

https://fsd.multiurok.ru/html/2017/11/26/s_5a1b25881584f/s756433_1_12.jpegПодвижная игра «Салют». В центре комнаты взрослый из корзины высыпает на пол многочисленное игрушки. По сигналу ребенок собирает игрушки в корзину (таз). После того все игрушки собраны в корзину, игра останавливается. |