

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Задачи** | **Содержание** | **Кол-во /время выполнения** |
| Упражнять детей в ходьбе и беге, ходьбе на носочках, на пятках. Приучать слушать пение, выполнять движения в соответствии с словами песни. | **1 часть**Ходьба и бег за взрослым , ходьба на пятках, руки за спиной; ходьба на носках, руки в стороны; медленный бег; ходьба, свободное построение. | 1 мин |
| **2 часть.****Общеразвивающие упражнения.****1. *«Улыбнись»*** И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.1- поворот вправо, улыбнуться; 2- и. п. ;3- поворот влево, улыбнуться;4- и. п.  **2. *«Играем с солнечными лучиками»*** И. п.: сидя, ноги врозь, руки на поясе.1- наклон вперед, хлопнуть ладонями по коленям; 2- и. п.**3. *«Радуемся солнышку»*** И. п.: стоя, ноги вместе, руки на поясе. 1-8 прыжки на двух ногах на месте. Чередовать с ходьбой.  ***4. «Поймай ножки»*** И. п.: сидя, ноги вместе, руки на поясе. 1- наклон вперед, коснуться руками кончиков ног; 2- и. п. | 4 раза3-4 раза2 раза2-3 раза |
| ***3 часть.******Упражнение на дыхание***: *«Дровосек»* И п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки в замок.1- вдох, поднять руки вверх;2- выдох, опустить руки.-Спокойная ходьба. | 1 мин |
|  |  |  |
|  |  |  |

***Апрель***

***3 занятие***



|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Подвижные игры:******№1 «Заинька»*.****Задачи:** Приучать **детей слушать пение**, понимать содержание и выполнять движения в соответствии с текстом песни. Вызывать подражание взрослому.**Содержание игры.** Взрослый становится вместе с детьми в круг,поет песенку и показывает движения:

|  |  |
| --- | --- |
| «Заинька, топни ножкой, Вот так, топни ножкой,-Серенький, топни ножкой! Вот так, тони ножкой!»  | (Дети, стоя по кругу, топают ножками, руки при этом держат на поясе.) |
| «Заинька, бей в ладоши, Вот так, бей в ладоши,-Серенький, бей в ладоши! Вот так, бей в ладоши!» | (Дети хлопают в ладоши.) |
|  «Заинька, повернись, Вот так, повернись,-Серенький, повернись! Вот так, повернись!» | (Дети поворачиваются 1—2 раза, руки держат на поясе.) |
| *«Заинька, попляши, Вот так, попляши!»-*Серенький, попляши! Вот так, попляши, | (Дети подпрыгивают на двух ногах, кто как может.) |
| «Заинька, поклонись, Вот так, поклонись,-Серенький, поклонись! Вот так, поклонись!» | (Дети кланяются, разводя руки в стороны.) |

**№2 «Карусели»*****Задачи:***учить согласовывать движения друг с другом и ритмом текста; развивать внимание.***Описание игры:***«Сейчас мы будем кататься на карусели, - говорит взрослым. - Повторяйте слова за мной и двигайтесь дружно по кругу, чтобы карусель не сломалась». Держась за руки, дети вместе с взрослым движутся по кругу и произносят следующие слова:Еле-еле-еле-елеЗавертелись карусели.А потом, потом, потомВсе бегом, бегом, бегом!Побежали, побежали, побежали!Тише, тише, не спешите,Карусель остановите.Раз-два, раз-два…(пауза),Вот и кончена игра.Под эти слова карусель сначала медленно движется в одну сторону, потом темп речи и движений ускоряются, На слова «побежали» карусель меняет направление движения и кружится быстрее. Потом темп движений постепенно замедляется, и на слова «Вот и кончена игра» все останавливаются. |



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Задачи** | **Содержание** | **Кол-во /время выполнения** |
| Упражнять детей в беге и ходьбе между кубиков, ходьбе на носочках. | ***1 часть***Ходьба и бег за взрослым вокруг и между кубиков. Ходьба на носочках, руки в стороны. | 1 мин |
|  | ***2 часть******Общеразвивающие упражнения с кубиками.*****1. И. п.** – ноги на ширине ступни, кубики в обеих руках внизу. Вынести кубики через стороны вперед, ударить друг о друга, опустить кубики вниз, вернуться в исходное положение.**2. И. п.** – ноги на ширине плеч, кубики в обеих руках за спиной. Наклониться, положитькубики на пол, выпрямиться, наклониться, взять кубики, вернуться в исходное положение.**3. И. п**. – ноги на ширине ступни, кубики в обеих руках внизу. Присесть, кубики вынести вперед, встать, вернуться в исходное положение.**4. И. п.** – ноги слегка расставлены, руки на поясе, кубики на полу. Прыжки вокруг кубиков в чередовании с небольшой паузой.  | 2-3 раза2-3 раза2-3 раза2-3 раза |
|  | **Заключительная часть:**- Ходьба.-Упражнение на дыхание: «Подуем втрубочку» И. п.: стоя, ноги слегкарасставлены, руки сложить трубочкой.1- вдох;2- выдох в трубочку. | 1 мин. |
|  |  |  |
|  |  |  |

***Апрель***

 ***4 занятие***



1

|  |
| --- |
| **Подвижные игры:****№1****«Дождик».****Содержание игры**: Дети сидят на стульчиках (это домики детей, положив ладошки под щечку.**Взрослый говорит:**«Дождик, дождик, Солнышко, солнышко,Хватит тебе, дождик, лить, Посвети немножко,Сидят дома деточки, Выйдут детки погулять,Словно птички в клеточке. Станут бегать и играть».Дети встают и бегают по комнате, хлопают в ладошки, топают ножками, прыгают или делают *«пружинку»*, подражая взрослому и проявляя свою самостоятельность. Под слова взрослого *«Опять пошел дождь»* ребята бегут в домики.**№2*****«Комарики и лягушка»*.**Задачи. Учить выполнять действия по слову взрослого. Поощрять самостоятельность, инициативу детей. Вызывать чувство радости от совместных действий.**Материал:** Шапочки или нагрудные эмблемы с изображением комариков и лягушки, стулья (по количеству детей, на которых лежат платочки.**Содержание игры:** Дети-комарики летают поКомнате ,произнося: *«з-з-з»*, присаживаются, опуская руки-крылья,после слов взрослого:«Сел комарик на кусточек, Свесил ножки под листочек,На еловый на пенечек, Спрятался!»Комарики садятся на стулья и прячутся за платочками.Выходит водящий в шапочке или с эмблемой лягушки и говорит: *«Где же комарики?* *Я их сейчас найду!* *Ква-ква-ква!»* Ищет, но не находит. Игра повто-ряется.Затем водящий-лягушка находит комариков со словами: *«Вот они!»* Но комарики разлетаются, лягушка пытается их поймать. |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |