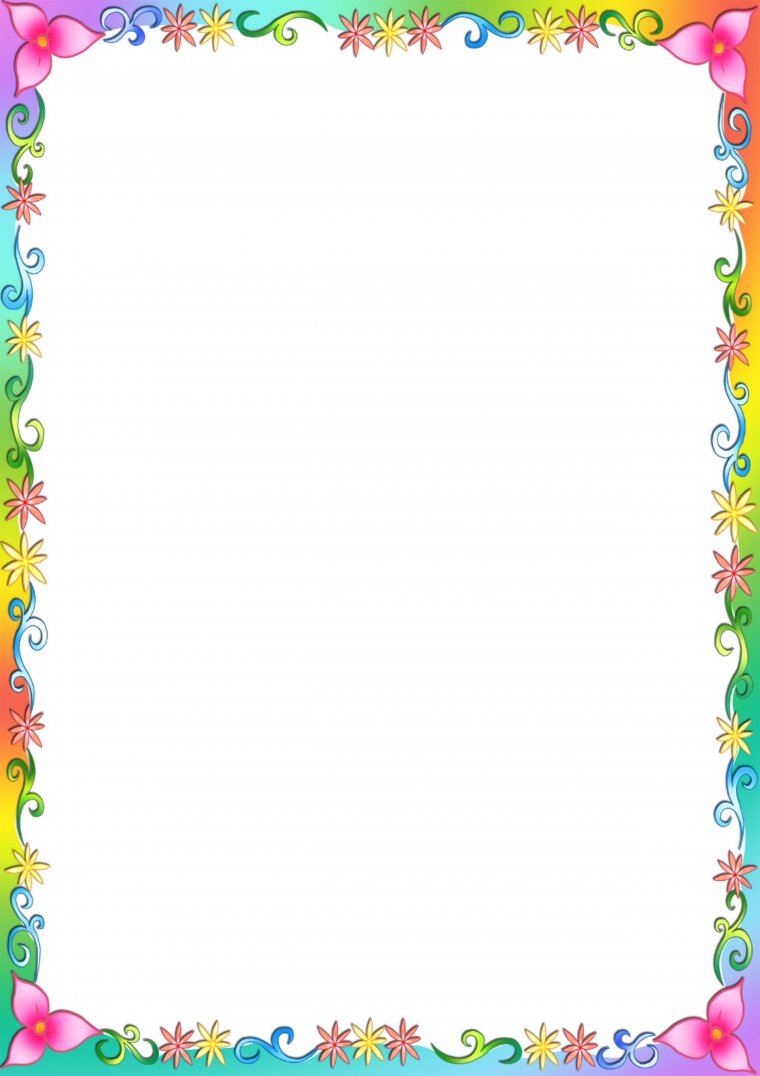


***Май***

***4 занятие***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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 раза  3-4 раза  2 раза  2-3 раза |
|  | | |



***3 часть***

***Дыхательные упражнения***

***«Ножницы»***

Цель: формирование дыхательного аппарата.

 Встать прямо, ноги на ширине плеч. Прямые руки вытянуты вперед или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. С вдохом левая рука поднимается вверх, правая опускается вниз. С выдохом – левая рука вниз, правая вверх. После освоения ребенком этого упражнения можно его изменить: двигаются не руки от плеча, а только кисти рук.

***Подвижные игры***

***«Мишка бурый»***

«Мишка бурый, мишка бурый,

Отчего ты такой хмурый?

- Я медком не угостился, вот на все и рассердился!

1, 2, 3, 4, 5! Начинаю мед искать!»

Дети – зайцы, бегают, прыгают по комнате. Взрослый с игрушкой – медведем или в маске медведя, ходит между детьми, произнося слова стихотворения. После слов *«начинаю мед искать»*,он рычит: *«У-у-у»* и начинает ловить зайцев, а зайцы – убегают.

**«Поезд»**

**Задачи.** Учить двигаться в определенном направлении, согласовывать действия с другими детьми; вселять чувство уверенности и спои возможности; побуждать к самостоятельным действиям.

**Содержание игры.** Взрослый предлагает нескольким детям встать друг за другом. Дети выполняют роль вагончиков, а взрослый - паровоза. Паровоз дает гудок, и поезд начинает движение: вначале медленно, а затем все быстрее и быстрее. Дети двигают руками в такт словам «чу-чу-чу».

**Варианты игры**

1. Роль паровоза выполняет ребенок.

2. Детям предлагают выйти на остановку, где они играют, собирают цветы и т.п.

3. Игра может проводиться под пение следующей песенки:

*Вот поезд наш едет, колеса стучат,*

*А в поезде этом ребята сидят. Чу-чу-чу, чу-чу-чу!*

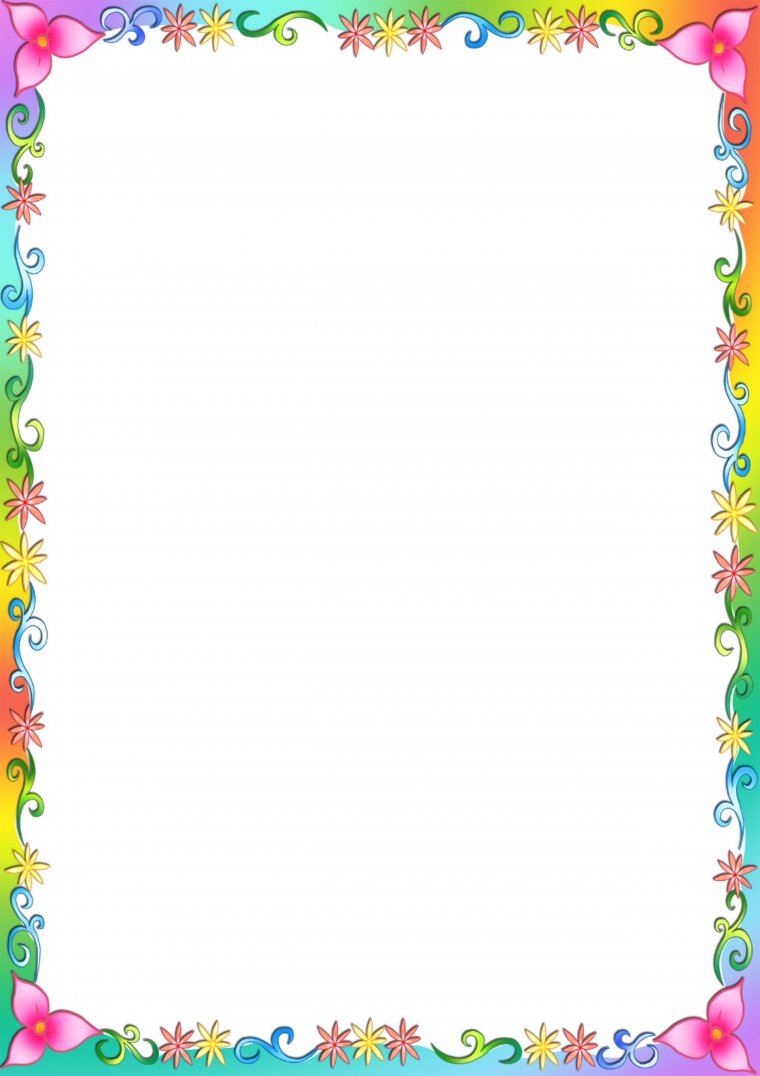
*Бежит паровоз далеко-далеко.*

*Ребят он повез далеко-далеко.*

*Но вот остановка, кто хочет слезать?*

*Вставайте, ребята, пойдемте гулять!*

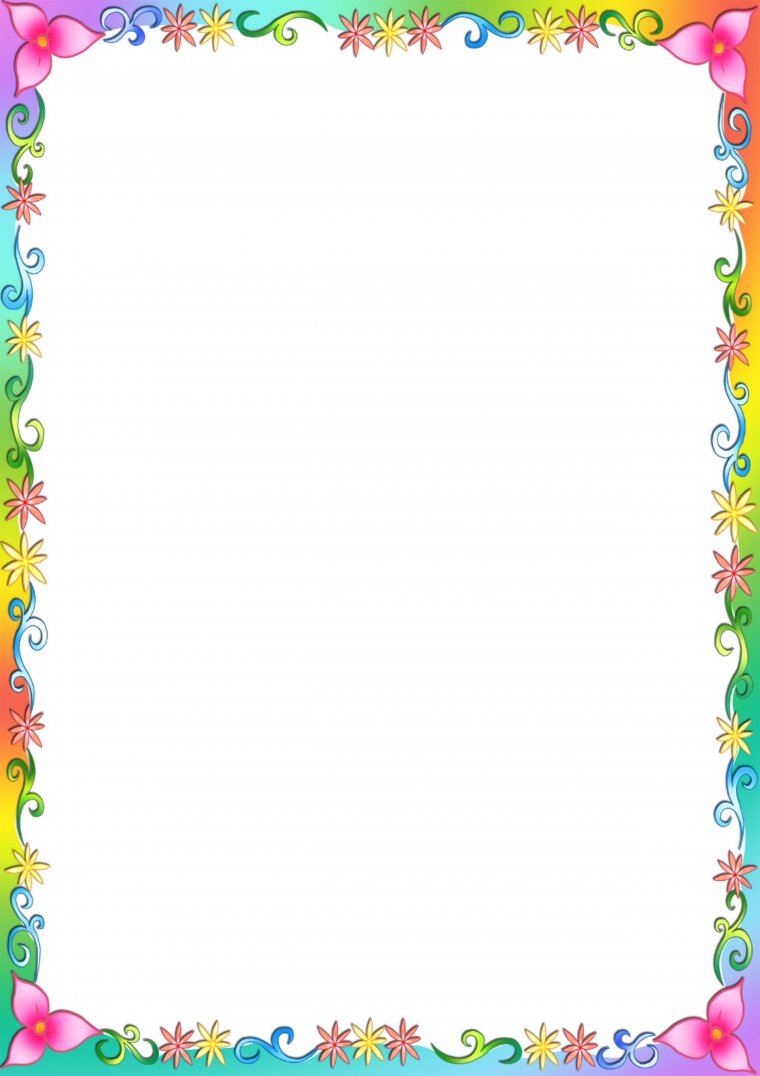
После этих слов дети разбегаются по комнате или участку. По сигналу взрослого они встают друг за другом, изображая вагончики.



***Май***

***4 занятие***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Задачи** | **Содержание** | **Кол-во /время выполнения** |
| Упражнять детей в беге и ходьбе между кубиков, ходьбе на носочках.Учить выполнять упражнения с кубиками. | ***1 часть***  Ходьба и бег за взрослым вокруг и между кубиков. Ходьба на носочках, руки в стороны. Ходьба на месте. Повернуться лицом к взрослому. | 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. | 2-3 раза |
|  | **2.** И. п. – ноги на ширине плеч, кубики в обеих руках за спиной. Наклониться, положить кубики на пол, выпрямиться, наклониться, взять кубики, вернуться в исходное положение. | 2-3 раза |
|  | **3**. И. п. – ноги на ширине ступни, кубики в обеих руках внизу. Присесть, кубики вынести вперед, встать, вернуться в исходное положение. | 2-3 раза |
|  | **4.** И. п. – ноги слегка расставлены, руки на поясе, кубики на полу. Прыжки вокруг кубиков в чередовании с небольшой паузой. | 2-3 раза |



***3 часть***

***Дыхательная гимнастика***

***«Жук»***

Цель: тренировать силу вдоха и выдоха.

Малыш стоит или сидит, скрестив руки на груди. Разводит руки в стороны, поднимает голову – вдох, скрещивает руки на груди, опускает голову – выдох: «жу-у-у - сказал крылатый жук, посижу и пожужжу».

**Подвижные игры:**

**«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 по

комнате ,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 повторяется.Затем водящий-лягушка находит комариков со словами: *«Вот они!»* Но комарики разлетаются, лягушка пытается их поймать.