**Физическое развитие**

**Понедельник 25.05.20г.**

*Задачи:* совершенствовать бег в определенном направлении.  
**1 ч а с т ь.** Ходьба и бег (чередуются) за взрослым по комнате.

**2 ч а с т ь**. *Общеразвивающие упражнения.*1. *И. п.:*стоя, руки внизу. Поднять руки вверх, потянуться — «вот какие мы большие», присесть и положить руки на колени — «вот какие мы Маленькие», вернуться исходное положение (4—6) раз.

2. *И. п.:*сидя на полу, ноги вместе, руками опереться сзади. Согнуть ноги, подтянуть колени к груди, обхватить колени руками и выпрямить ноги — «длинные и короткие ноги» (4—6 раз).  
3. *И. п.:*лежа на животе, смотреть вперед, руки под подбородком. Протянуть руки вперед, показать воспитателю и положить ладони на спину—«рыбки плавают» (3—4 раза).  
4. *И. п.:*стоя, руки свободно опущены вниз. Поскоки на месте — «воробышки прыгают».  
5. Спокойная ходьба, сесть на стулья или гимнастическую скамейку.

Если нет мяча, выполнить бег от одной стороны комнаты на другую.  
 *Подвижная игра*«Догоните мяч» (2—3 раза). Дети прокатывают мяч от одной стороны комнаты на другую, пока мячик катиться ребенок его догоняет. Игра повторяется 2 раза.  
**3 ч а с т ь.** Ходьба на месте.

**Физическое развитие**

**Среда 27.05.20г.**

*Задачи:* совершенствовать бег в определенном направлении.  
**1 ч а с т ь.** Ходьба и бег (чередуются) за взрослым по комнате.

**2 ч а с т ь**. *Общеразвивающие упражнения.*1. *И. п.:*стоя, руки внизу. Поднять руки вверх, потянуться — «вот какие мы большие», присесть и положить руки на колени — «вот какие мы Маленькие», вернуться исходное положение (4—6) раз.

2. *И. п.:*сидя на полу, ноги вместе, руками опереться сзади. Согнуть ноги, подтянуть колени к груди, обхватить колени руками и выпрямить ноги — «длинные и короткие ноги» (4—6 раз).  
3. *И. п.:*лежа на животе, смотреть вперед, руки под подбородком. Протянуть руки вперед, показать воспитателю и положить ладони на спину—«рыбки плавают» (3—4 раза).  
4. *И. п.:*стоя, руки свободно опущены вниз. Поскоки на месте — «воробышки прыгают».  
5. Спокойная ходьба, сесть на стулья или гимнастическую скамейку.

Если нет мяча, выполнить бег от одной стороны комнаты на другую.  
 *Подвижная игра*«Догоните мяч» (2—3 раза). Дети прокатывают мяч от одной стороны комнаты на другую, пока мячик катиться ребенок его догоняет. Игра повторяется 2 раза.  
**3 ч а с т ь.** Ходьба на месте.