

**Рекомендации родителям по реализации непрерывно
образовательной деятельности с дошкольниками в
условиях профилактики и предотвращения распространения
новой коронавирусной инфекции по физическому развитию в
МАДОУ 3**

**Средняя группа
26.01.2021-вторник
28.01.2021-четверг**

Уважаемые родители! на этой неделе мы с Вами будем

Цель:

Повысить интерес к физической культуре

Задачи:

-Продолжать знакомить детей с зимними забавами.

-Развивать основные качества – силу, ловкость, быстроту, координацию движений.

-Формировать мышечно-двигательные навыки. Развивать творчество и выразительность движений.

<p>Вторник 26.01.20 21</p> <p>Четверг 28.01.20 21</p>	<p>Физическое развитие</p>	<p>Цель: Повысить интерес к физической культуре</p> <p>Задачи: -Продолжать знакомить детей с зимними забавами. -Развивать основные качества – силу, ловкость, быстроту, координацию движений. -Формировать мышечно-двигательные навыки. Развивать творчество и выразительность движений.</p>	<p>Оборудование: 2 обруча, снежки из ваты и белой ткани, 2 корзины, набивные мячи, маска медведя.</p> <p>Оздоровительные технологии: элементы дыхательной гимнастики, профилактика плоскостопия и формирование навыка правильной осанки.</p>	<p>Ход занятия: Родитель: Приглашаю тебя в зимнюю сказку, страну зимних игр и развлечений. Для начала нам с тобой нужно сделать разминку. <i>ОРУ «Зимняя разминка»</i> Под музыку ремикс «Ах три белых коня» из к/ф «Чародеи», ребёнок выполняет разминку, каждое упражнение выполняется 5 раз 1. «Погреем плечи» И. п. – о. с; поочередно поднимать плечи вверх-вниз 2. «Разогреемся» И. п.: о. с., левая рука вверх, правая внизу; поочередная смена рук 3. «Дровосек» И. п.: стойка ноги шире плеч, руки вверх, ладони в «замок» - (вдох); наклон туловища и рук вниз (выдох) 4. «Пружинки» И. п.: о. с., руки на пояс; полуприсед 5. «Греем ноги» И. п.: о. с.; поднимать левую ногу, согнутую в колене, хлопок по колену; тоже правой ногой 6. «Быстрые ноги» Прыжки чередуя с ходьбой (3 раза)</p> <p>Дыхательное</p>	<p>У детей развит познавательный интерес. Знают о зиме, зимних забавах.</p>
---	-----------------------------------	--	--	---	---

			<p>упражнение «Ветер»</p> <p><i>Основные виды движение</i></p> <p>«Переправа по льдинам» Описание игры. Ребёнок располагаются за стартовой линией. По сигналу передвигется в сторону финиша по «льдинкам» (по 2 обруча), переходя из одного обруч в другой, не наступая на пол. .</p> <p>« Перенесем снежки « Описание игры. Ребёнок располагается за стартовой линией. По сигналу начинает выполнять задание. Должен перенести снежок в корзину.</p> <p>« Зима»</p> <p>Описание игры. Ребёнок ходит по залу . На сигнал «Снег» - кружися на месте, руки вверх; «Вьюга» - бежит; «Метель» - идёт в полуприсяде; «Сугроб» - приседает, обхватывает руками колени и опускает голову вниз.</p> <p>Родитель: Вот мы с тобой и</p>	
--	--	--	--	--

			<p>прошли полосу препятствий. А теперь разгадаем викторину.</p> <p>Спортивная викторина.</p> <p>Что надо делать по утрам, чтобы быть бодрым и здоровым? (зарядку) Кто зимой рисует узоры на окнах? (мороз) На чем съезжают с горки? (санки) Сколько команд играет в хоккей? (две)</p> <p>Подвижная игра « У медведя во бору» Описание игры. Играющие располагаются на одной стороне площадки, на другой – медведь (ребенок). Дети идут к нему и говорят:</p> <p>У медведя во бору грибы, ягоды беру.</p> <p>А медведь не спит и на нас рычит.</p> <p>Медведь бежит за играющими, а те убегают от него в дом.</p> <p>Правила: доходить до берлоги медведя, не отставать; убежать по окончанию слов.</p> <p>.</p>	
--	--	--	---	--
