«Физическое развитие»

Занятие по Физической культуре

***Тема: «Подарок Весне»***

***1 этап деятельности родителей:*** (Проговариваем ребенку, что сейчас у нас будет физкультура, показывать движения начинает родитель, произнося все действия вслух)

1. «Полетели»

- круговые движения рук левой – правой

вперёд (4 раза);

2. Прыжки «Солнышко»

- прыжки – ноги вместе, руки вниз – руки

вверх;

3. «Зарядка»

- руки вперед – в стороны - вперед - вниз;

4. Приседы

- присесть - руки вниз;

- встать - руки вверх;

Все упражнения повторить несколько раз.

***2 этап деятельности родителей:***

***Подвижная игра «Солнышко и птички».*** (Место проведения может быть любое)

(В, подвижных играх для детей младшего возраста, в правилах игры может быть только два действия. Правила игры ребенка рассказываем до начала игры, все время проговаривая во время игры. Для наглядного примера начать игру могут взрослые. Игру можно повторять несколько раз.)

***Правила игры:***

Родитель поднимает солнышко, ребенок – как птичка резвится, бегает, чирикает. Солнышко прячется за тучку, ребенок – птичка приседает и затихает.



