



**Дистанционное обучение
детей младшего возраста 3-4 лет
по физическому развитию**

**Тема недели: «Весна. Изменения в природе»
(18.05.2020-22.05.2020г.)**

ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ВОТ ПОЕЗД НАШ ЕДЕТ...»

Вся семья становится в колонну по одному (друг за другом). Ребенок – «паровоз», остальные – «вагоны». Паровоз даёт гудок, и «поезд» начинает двигаться вперёд сначала медленно, потом быстрее, быстрее, наконец, переходим на бег. «Поезд подъезжает к станции» постепенно замедляют движение – поезд останавливается. Все выходят погулять, собрать цветы, ягоды на воображаемой полянке. По сигналу – и поезд начинает двигаться.

*Также, вы можете посмотреть и выбрать подвижные игры
<https://mchildren.ru/podvizhnye-igry-dlya-detej-3-4-let/>*



В здоровом теле –здоровый дух!

**Не забывайте закалять своего малыша.
Придерживаясь простых правил закаливания
ребенка в домашних условиях, вы сможете
защитить его не только от частых простуд и
хронических заболеваний, но и от плохого
настроения.**

**Осталось только выбрать подходящий
именно вам способ закаливания и можно
начинать.**

**Это могут быть: обтирания, ножные
ванночки, ванны с постепенным
понижением температуры, контрастный душ
или обливания холодной водой.**





УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА «ПТИЧКИ»

Ходьба стайкой по комнате.

«Птички летят» - легкий бег врассыпную.

«Птицы машут крыльями» - поднять руки в стороны до уровня плеч, опустить, сказать: «Чирик - чирик». 4-6 раз.

«Где кошка» И.П.: сесть на пол, ноги скрестить, руки на поясе.

Повернуться вправо (влево)

«Птицы клюют» - наклониться вперед - и постучать пальцами по коленям 3-4 р.

«Птички прыгают» - прыгать на двух ногах;

«Птички летают» - бег. Ходьба.