**ГРВ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ГРВ А  | **01.12.2022****02.12.2022** | ***«Легкая атлетика»*** | Учить прыгать на двух ногах с продвижением вперед | *Возьмите игрушку «Зайчика», позовите малыша заниматься.* К нам сегодня пришел в гости заяц (покажите игрушку)Заяц мне говорит, что он, совсем не умеет, не бегать, не прыгать.Поможем ему? (ответ ребенка)*Из небольшой веревки сделать несколько кругов*. *Родитель обращает внимание ребенка на круги.*Сейчас будем ходить, бегать вокруг кругов, не задевая их и заяц тоже с нами пойдет.Родитель встает впереди и ведет ребенка по кругу.Пройти на носках, на пятках. **Общеразвивающие упражнения.** 1. И. п. – ноги на ширине плеч, руки вверх, руки к плечам, руки на пояс.2. И. п. – ноги на ширине плеч, наклоны вправо (влево)3. И. п. – «Веселые ноги» руки вытянуть перед собой и поочередно поднимаем ноги до рук.4. И. п. – прыжки на двух ногах.**Основные виды движений.****Игровое упражнение прыжки в перед**Родитель - давай покажем зайцу какие мы ловкие, будем прыгать через круги (круги из веревки)**Прыжки.** Игровое упражнение «Зайка».Родитель произносит слова, малыш изображает «зайку», прыгает на двух ногах с продвижением вперед: Серый зайка скок, поскокНа зелененький лужокТравку щиплет, кушаетИ ушами слушаетНе идет ли волк!Заяц убегает на свое место, заранее обговоренное с ребенком, где волк его уже не может настигнуть. *Проиграть в игру 5 – 6 раз*Родитель – ты сегодня такие молодец! Помог зайчику не только вспомнить как нужно прыгать, бегать, но и научил его преодолевать препятствия. Теперь зайчику пора домой, в лес, скажем ему до свидания!Ребенок прощается с зайцем.  |
|  | **05.12.2022** | ***«Легкая атлетика»*** | 1.Упражнять детей в непрерывном беге до 2 мин 2.Разучить игры народов Севера | **Подвижная игра «Зайцы и волк».****Описание игры:** ребенок изображает зайца, родитель - волк. На одной стороне площадки для зайца отмечают домики. Волк прячется на противоположной стороне - в овраге. Взрослый произносит:Зайки скачут скок, скок, скокНа зеленый на лужок,Травку щиплют, слушают,Не идет ли волк.В соответствии с текстом заяц выпрыгивают из домика, прыгает на двух ногах, присаживается и щиплет травку. Как только взрослый произнесет слово "волк", волк выскакивает из оврага и бежит за зайцами, стараясь поймать их (коснуться). Заяц убегает в свои домик, где волк его уже не может ловить. После 2 – 3 раз игры, роль волка исполняет ребенок. **Игра «Художник»**Попробуйте со своим малышом порисовать на снегу при помощи палки. Сначала покажите ребенку, как это сделать, а потом сотрите рисунок рукой. И дайте ему возможность самому порисовать. Говорите ребенку, что вы нарисовали. **Снежок**Налепите малышу снежков и кидайтесь ими.**Игра: «Покатай игрушку на санках»** |