

## Рекомендации для 2-й младшей группы

### КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ ПО МОТИВАМ РУССКОЙ НАРОДНОЙ СКАЗКИ «МАША И МЕДВЕДЬ»

Взрослый. Пошла Машенька с подружками в лес за грибами да ягодами (обычная ходьба по кругу).

Взрослый рассказывает сказку и вместе с ребенком выполняет движения.

Вот она деревце за деревце, кустик за кустик — и отстала от подружек. Идете с ребенком, чередуя ходьбу на носочках («деревца») с ходьбой в полуприсяде («кустики»).

Стала она их звать. А подружки не слышат, не откликаются.

Идете по кругу, руки на поясе.

#### **Бег**

Взрослый. Заблудилась Машенька, забрела в самую чащу. Вдруг увидела она впереди дом. Обрадовалась Маша, побежала скорее к тому дому.

Обычный бег, остановились- руки над головой «домиком».

Взрослый. Прибежала, вошла в дом, не может никак отдышаться.

#### **Упражнение на восстановление дыхания**

Руки через стороны вверх до уровня плеч — глубокий вдох через нос; положить ладони на грудь — выдох через рот.

Повторить 2—3 раза.

#### **Общеразвивающие упражнения**

Взрослый. А в том доме жил большой Медведь, только его дома не было. Он по лесу гулял, свои владения проверял.

#### **«Медведь»**

И. п.: ноги на ширине плеч, руки за головой.

Повернуться вправо. Вернуться в и. п. То же влево.

Повторить 4 раза в каждую сторону.

Взрослый. Вернулся Медведь домой, увидел Машеньку, обрадовался.

#### **«Медведь радуется»**

И. п.: ноги на ширине плеч, руки разведены в стороны, пальцы растопырены.

1. — обхватить себя за плечи двумя руками;

2. — вернуться в и. п.

Повторить 4—6 раз.

Взрослый. Стала Машенька думать, как от Медведя убежать, и придумала. Напекла пирожков, сложила их в большой короб и сама в него спряталась.

#### **«Машенька спряталась»**

И. п.: ноги на «узкой дорожке», руки опущены.

Присесть — закрыть глаза ладонями, вернуться в и. п.

Повторить 4—6 раз.

Взрослый. Понес Медведь короб с пирожками бабушке и дедушке. Шел-шел, устал. И говорит: «Сяду на пенек, съем пирожок!»

### **«Сяду на пенек, съем пирожок»**

И. п.: сидя на пятках, руки лежат на коленях.

Встать на колени, погрозить пальчиком, сказать: «Не садись на пенек, не ешь пирожок!» Вернуться в и. п.

Повторить 4—6 раз.

Взрослый. Принес Медведь короб к воротам да в лес ушел. Заглянули дедушка с бабушкой в короб, а там Машенька.

### **«А вот и я!»**

И. п.: ноги вместе, руки вверху, ладони развернуты от себя.

Прыгать на двух ногах на месте и махать руками.

Повторить 2 раза по 5—7 прыжков в чередовании с ходьбой на месте.

### **Заключительная часть**

Взрослый. Обрадовались бабушка с дедушкой. А Машенька обняла их и скорее домой побежала (*бег по кругу*).

### **Упражнение на дыхание**

#### **Дыхательное упражнение «Одуванчик».**

И.П. – стоя ноги врозь, руки перед собой.

Вдох (через нос), выдох (через рот), дуем на руки «на одуванчик» (5-6 раз)

Здоровье в порядке? Спасибо зарядке!!!

Занятия во второй младшей группе с 29.06.2020 по 14.07.2020г.

Тематическая неделя: «Транспорт» с 29.06 по 03.07

### **ПОНЕДЕЛЬНИК 29.06**

1. Изобразительная деятельность (Рисование)

Тема: «Машинка» <https://www.youtube.com/watch?v=IQQJsDBJkq4>

2. Двигательная деятельность <https://www.youtube.com/watch?v=о6-рOL4IHqk>

### **ВТОРНИК 30.06**

1. Лепка

Тема: «Машинка» <https://www.youtube.com/watch?v=ECVVr7-j0tc>

2. Двигательная деятельность «Самолет»  
<https://www.youtube.com/watch?v=ZnZSAx0IFHg>

### **СРЕДА 01.07**

1. Познавательно-исследовательская деятельность (Развитие математических представлений)

[https://www.youtube.com/watch?v=Qc\\_bor8hnCQ](https://www.youtube.com/watch?v=Qc_bor8hnCQ)

### **ЧЕТВЕРГ 02.07**

1. Развитие речи

Тема: «Транспорт» <https://www.youtube.com/watch?v=L3xrOIrRdeo>

## 2. Двигательная деятельность

<https://www.youtube.com/watch?v=B2E78uFujGg>

### **ПЯТНИЦА 03.07**

#### 1. Конструирование

Тема: «Мостик для машин»

[https://www.youtube.com/watch?v=QMGGYB6Fo\\_Q](https://www.youtube.com/watch?v=QMGGYB6Fo_Q)

#### 2. Познавательная-исследовательская деятельность (Познание окружающего мира)

Тема: «Транспорт»

<https://www.youtube.com/watch?v=XaE-cEyJw8w>

«Специальные машины»

[https://www.youtube.com/watch?v=\\_4OKEzOGB\\_I](https://www.youtube.com/watch?v=_4OKEzOGB_I)

<https://www.youtube.com/watch?v=VnqX4Wm3s3w>

[Тематическая неделя: «Морские обитатели» с 06.07 по 14.07](#)

### **ПОНЕДЕЛЬНИК 06.07**

#### 1. Изобразительная деятельность (Рисование)

Тема: «Морские обитатели»

<https://www.youtube.com/watch?v=v9Pzu4oWECU>

Двигательная деятельность <https://www.youtube.com/watch?v=fDE6it-Nexc>

### **ВТОРНИК 07.07**

#### 1. Лепка

Тема: «Золотая рыбка» <https://www.youtube.com/watch?v=m-1Y11u9pKY>

#### 2. Двигательная деятельность «Морская фигура»

[https://www.youtube.com/watch?v=GuhCo70A\\_14](https://www.youtube.com/watch?v=GuhCo70A_14)

### **СРЕДА 08.07**

#### 1. Познавательная-исследовательская деятельность (Развитие математических представлений)

<https://www.youtube.com/watch?v=EZgEvD1x9vQ>

#### 2. Дидактическая игра «Найди лишнее»

<https://www.youtube.com/watch?v=GIWTvPzrKR8>

### **ЧЕТВЕРГ 09.07**

#### 1. Чтение художественной литературы

Тема: «Морские обитатели»

<https://www.maam.ru/detskijasad/kartoteka-stihotvorenii-morskie-obitateli-dlja-det-ei-doshkolnogo-vozrasta.html>

#### 2. Двигательная деятельность

<https://www.youtube.com/watch?v=rSK2tlnNKgc>

### **ПЯТНИЦА 10.07**

1. Аппликация

Тема: «Рыбка»

<https://www.youtube.com/watch?v=TdZdYvyxI3M>

<https://www.youtube.com/watch?v=X5GJyh70Dg>

### **ПОНЕДЕЛЬНИК 13.07**

1. Познавательная-исследовательская деятельность (Познание окружающего мира)

Тема: «Морские обитатели»

<https://www.youtube.com/watch?v=IUHLeet8dFk>

«Кто живет в море?»

### **ВТОРНИК 14.07**

1. Двигательная деятельность Мульт-зарядка <https://youtu.be/j9OaAdoUr30>

2. Развитие речи

Загадки». [https://www.youtube.com/watch?v=F1\\_r5YTYU0o](https://www.youtube.com/watch?v=F1_r5YTYU0o)

***Уважаемые родители, надеюсь, данная информация будет для Вас  
полезна!***

***Всем здоровья и добра!***