Домашние задания на январь месяц для второй младшей группы

Неделя	Задания
Вторая неделя – с 11 января по 15 января	**Занятие №1** ***2. Основные виды движений:*** ***а)* метание –** «Попади в цель». Метание мешочков в горизонтальную цель (обручи), расположенные на расстоянии 1 м от детей. Выполняется 3 раза. **Подвижная игра «Поймай снежинку»** Играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Воспитатель находится в середине круга. Он держит в руках прут (длиной1-1,5 м) с привязанной на леске (длиной 0,5 м) снежинкой. Воспитатель обводит прутом (кружит снежинку) немного выше головы играющих. Когда снежинка летит над головой, дети подпрыгивают, стараясь её поймать. Тот, кто схватит снежинку, говорит: «Я поймал». Затем воспитатель снова обводит прутом круг. Ловить снежинку можно только обеими руками и подпрыгивая на двух ногах. Игра продолжается 4-5 мин. **Занятие №2** ***Основные виды движений:*** ***а)* подлезание –** «пройди под дугой». Подлезание под дугу, сгруппировавшись «в комочек» и стараясь не задеть её, затем выпрямиться и пройти к следующей дуге. По окончании задания хлопают в ладоши над головой. ***б)* равновесие –** «Не задень». Ходьба между кубиками «змейкой», поставленных в одну линию на расстоянии 30 см один от другого. **Подвижная игра «Берегись, заморожу!»** ***Цель:*** Развитие реакции и умения ориентироваться в пространстве. ***Ход игры:*** Все игроки собираются на одной стороне площадки, а вы присоединяетесь к ним, не сообщая, что вы – МОРОЗ. Неожиданно для детей вы говорите им: «Убегайте поскорее, укройтесь в другом тёплом домике, а не то догоню и заморожу!» Дети должны как можно быстрее добраться до спасительного домика на другой стороне площадки.
Третья неделя – с 18 по 22 января	**Занятие №1** ***2. Основные виды движений:*** ***а)* равновесие -** «Переступи – не задень». Две доски положены на пол

	встык, на середине каждой поставлен кубик. Дети в колонне по одному выполняют ходьбу в умеренном темпе, свободно балансируя руками, с перешагиванием через кубики (2 раза). ***б)* прыжки –** «Между кубиками». Прыжки на двух ногах между кубиками, приземляясь на полусогнутые ноги (2-3 раза). Кубики расположены на расстоянии 0,5 м один нот другого. **Подвижная игра «Зайки на лужайке»** https://www.youtube.com/watch?v=FPzisn7A9pc **Занятие №2** ***2. Основные виды движений:*** ***а)* прыжки** – «Снежинки-пушинки». Прыжки с гимнастической скамейки, приземляясь на полусогнутые ноги (3-4 раза). Задание повторяется несколько раз. ***б)* прокатывание мячей –** «Прямо в руки». Дети с помощью воспитателя распределяются на пары. Каждая получает по мячу. Дети занимают и.п. – сидя, ноги врозь, и прокатывают друг другу мячи в произвольном порядке. **Подвижная игра «Найди свою снежинку»** Дети запоминают свои снежинки по рисунку, разбегаются позалу, по команде воспитателя находят свои снежинки**.**
Четвёртая неделя - с 25 по 29 января	**Занятие №1** ***2. Основные виды движений:*** ***а)* прокатывание мячей –** «Не упусти». Прокатывание мяча между набивными мячами, расположенными на расстоянии 1 м один от другого, в колонне по одному, подталкивая его двумя руками снизу и стараясь не отпускать далеко от себя (2 раза). ***б)* ползание –** «Медвежата». Ползание на четвереньках с опорой на ладони и стопы до кеглей. Обратно возвращаются шагом. Упражнение повторяется 2 раза. **Подвижная игра «Поймай птичку»** Дети становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Воспитатель находится в середине круга. Он держит в руках прут (длиной 1-1,5 м) с привязанным на шнуре (длиной 0,5 м) картонной «птичкой». Воспитатель обводит прутом (кружит птичку) немного выше головы играющих. Когда птичка летит над головой, дети подпрыгивают, стараясь его поймать. Тот, кто схватит птичку, говорит: «Я поймал». Затем воспитатель снова обводит прутом круг. Ловить птичку можно только

	обеими руками и подпрыгивая на двух ногах. Игра продолжается 4-5 мин. **Занятие №2** ***2. Основные виды движений:*** ***а)* ползание –** «Паучки». Ползание по скамейкам с опорой на ладони и колени (2-3 раза). ***б)* равновесие –** ходьба по гимнастической скамейке в умеренном темпе (руки на поясе), голову и спину держать прямо. **Подвижная игра «Найди свою птичку»** ***Цель:*** учить ориентироваться в комнате или на участке, выполнять действия по сигналу. ***Описание игры:*** Дети стоят вдоль стены. Воспитатель показывает им предмет (птичку) и говорит, что спрячет его. Воспитатель предлагает детям отвернуться к стене. Убедившись, что никто из детей не смотрит, прячет предмет (птичку), после чего говорит: «Пора!». Дети начинают искать предмет (птичку).