



**Рекомендации на вторник 14.04.2020 г.
Утренняя гимнастика
«Космос»**

«Земля из иллюминатора ракеты»

И.п.: ноги на ширине плеч, руки опущены.

Выполнять повороты влево-вправо, приставив ладони к лицу.

Повторить 4 раза в каждую сторону.

Инструктор: вот мы и в космосе. А там, как известно – невесомость. Мы стали легким как пушинки. Можем перелетать вверх и вниз.

«Невесомость»

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

Присесть – покачать руками, вернуться в и.п.

Повторить 4-6 раз.

Инструктор: Мы прилетели на Луну. А вот и её веселые жители – лунатики!



Родителям рекомендуется:

- Объяснить ребёнку, почему празднуют День космонавтики, что это за праздник;
- Рассмотреть картинки и иллюстрации в книгах с изображением космоса, космонавтов и космической техники;
- Рассказать ребёнку о первом космонавте – Ю. Гагарине.

2. Отгадай загадки.

Крыльев нет, но это птица полетит и прилунится.
(Ракета).

Лишь солнце погасло и стало темно,
Как по небу кто-то рассыпал зерно.
(Звёзды)

То я блюдо, то – рожок.
Ты узнал меня, дружок?
(Луна).

3. Объяснить ребёнку значение слов: взлёт, посадка, старт, приземление, скафандр, шлем.

Придумать с каждым из этих слов по одному предложению.

4. Подбери как можно больше слов-признаков.

Космонавт (какой?)-...

5. Нарисуй вместе с родителями картинку к стихотворению В. Степанова «Космонавт»

Предложите ребёнку выучить стихотворение.

Космонавт.

В тёмном небе звёзды светят,

Космонавт летит в ракете.

День летит и ночь летит

И на землю вниз глядит.





Видит сверху он поля,
Горы, реки и моря.
Видит он весь шар земной,
Шар земной – наш дом родной.
(В. Степанов)

Предложите ребёнку выполнить вместе с вами пальчиковую гимнастику.

Космонавт.



В тёмном небе звёзды светят,
Космонавт летит в ракете.
(Сжимают и разжимают пальцы.)
День летит и ночь летит
(Изображают одной рукой полёт ракеты.)
И на землю вниз глядит.
(Опускают медленно руку вниз.)

Видит сверху он поля,
Горы, реки и моря.
Видит он весь шар земной,
(Загибают пальцы на обеих руках, начиная с мизинца.)
Шар земной – наш дом родной.
*(Сжимают и разжимают пальцы.)**

(В. Степанов)

Предложите ребёнку выложить изображение из палочек.

