A colorful illustration of children playing outdoors. In the background, there's a green hill with a winding path and a small house. In the foreground, several children are visible: one boy on the left, a girl in a red cap on the right, and another boy at the bottom left wearing a red shirt with the number 23. The text is overlaid on this scene.

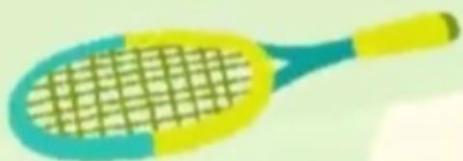
**«Для каждого ребенка самым
главным примером и
мотиватором в жизни
являются родители,
на которых они стремятся во
всем быть похожими,
поэтому здоровый образ жизни
должен начинаться
именно с Вас.**

**Не забывайте о физкультуре
дома,
поддерживайте интерес
ребёнка к спорту!**



Спорт – одна из главных и неотъемлемых частей жизни практически любого человека.

Именно спорт помогает поддерживать в тонусе иммунитет, организм и здоровье в целом. Кроме того, он также способен поднять настроение, дать много сил, причем не только физических, но и интеллектуальных. Поэтому, моя приоритетная задача, поддерживать интерес наших воспитанников к занятиям физической культурой и спорту!





Прыгни и повернись.

Ребенок выполняет прыжки на месте (на одной ноге, на двух ногах), по сигналу делает резкий поворот прыжком вокруг себя.

- ***Быстро переложил мяч.***

Ребенок стоит прямо, слегка расставив ноги, руки внизу, в одной мяч. По сигналу быстро перекладывает мяч из одной руки в другую впереди и сзади себя.

- ***Ударь и догони.***

Ребенок ударяет по мячу ногой, бегом догоняет его, берет в руки и бегом возвращается на место.

- ***Проведи мяч.***

По сигналу ребенок ведет мяч ногами, продвигаясь вперед к финишной линии. Достигнув ее, быстро разворачивается и ведет мяч обратно.

