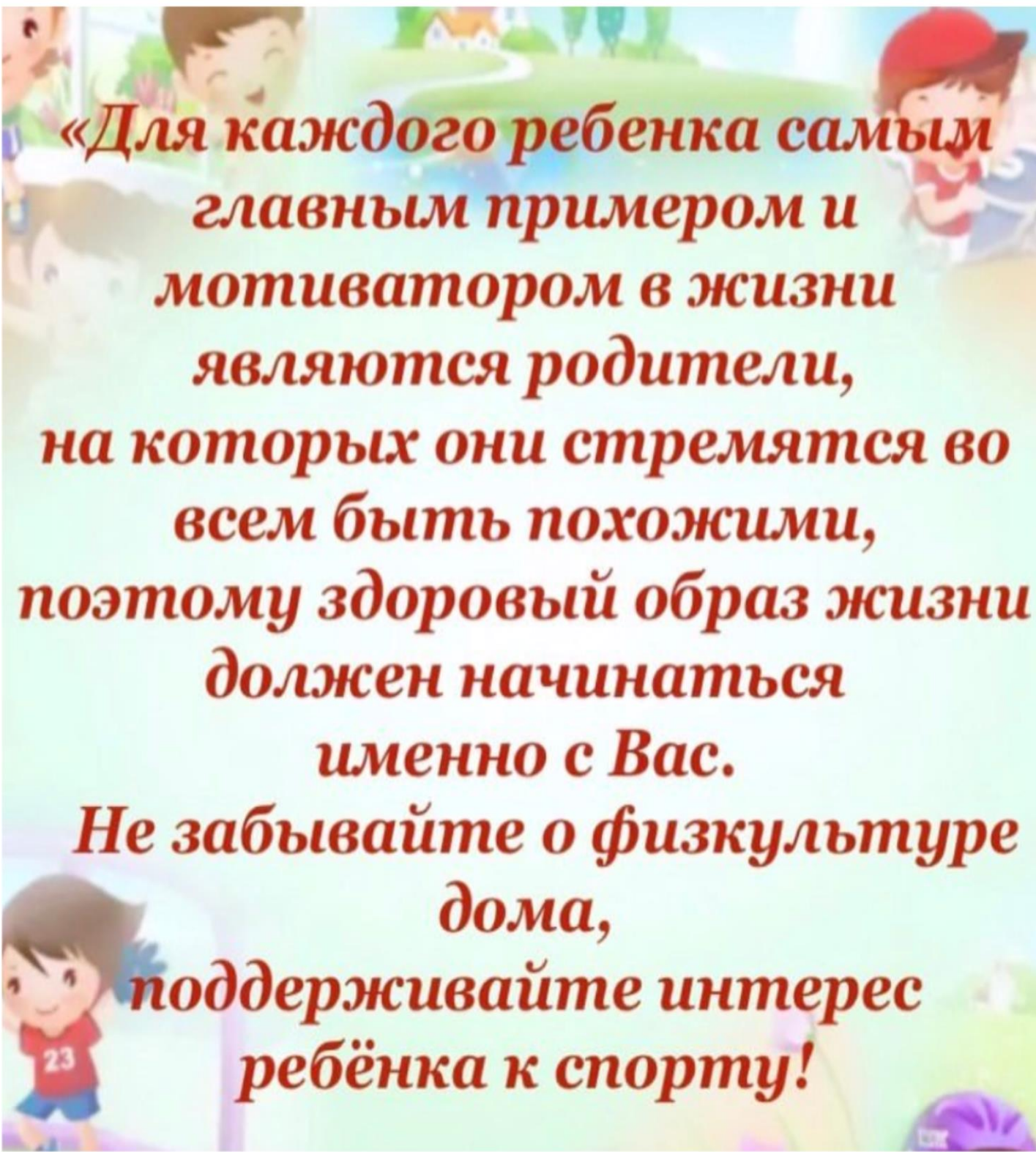
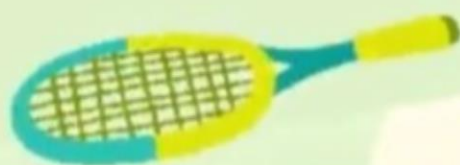




**«Для каждого ребенка самым
главным примером и
мотиватором в жизни
являются родители,
на которых они стремятся во
всем быть похожими,
поэтому здоровый образ жизни
должен начинаться
именно с Вас.
Не забывайте о физкультуре
дома,
поддерживайте интерес
ребёнка к спорту!»**



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 переложит 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.

