**Уважаемые родители,**

у многих из вас появилось время для общения с детьми, прошу вас, проведите его с пользой. Я предлагаю вам упражнения с мячом которые можно выполнять в домашних условиях, пожалуйста, поиграйте со своими детьми, и я уверена, это поднимет настроение и вашим детям и вам. Ведь эти упражнения воспитывают чувство мяча, координируют движения, развивают ловкость, служат первой ступенькой к дальнейшему освоению более сложных игр.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Образовательная область, тема занятия** | **Программные задачи** | **Рекомендуем ВАМ с детьми** |
| **1.** | **Физическое развитие** | 1. Совершенствовать технику броска по кольцу двумя руками от груди, передачи мяча разными способами  2. Упражнять в прыжках через короткую скакалку | Игры с детьми:   1. **Прыгаем через скакалку**   <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=10608270633428613074&text=упражнения+со+скакалкой+для+детей&path=wizard&parent-reqid=1592237783651309-236852>   1. **«Попади в кольцо»**   - взрослый держит обруч в поднятых рука на расстоянии 1,5 – 2 м от ребенка, который держит мяч у груди. Согнув ноги ребенок отталкивает мяч от груди и старается попасть в обруч. Упражнение выполнить 10 раз;  - ребенок подбрасывает мяч над собой, ловит и бросает в обруч;  - ребенок ведет мяч правой (левой) рукой на месте, по команде родителя «Марш» бросает в обруч. |

С уважением инструктор по физической культуре Чайникова Ольга Владимировна