

Дистанционное обучение детей дошкольного
возраста

1 младшая группа

Тема недели «Весна. Изменения в природе»
(18.05-22.05)

Физическое развитие

Занимаемся вместе с папой



- 1) Взяв ребенка за руки, помогайте ему подпрыгивать как можно выше на двух ногах. Повторить 5-10 раз.
- 2) Ребенок делает стойку, ставя руки на стопы взрослого. Держа ребенка в таком положении, взрослый ходит по комнате 20 секунд.
- 3) Держать ребенка за ноги. Ходьба на руках на расстояние 3-10 метров.

Упражнения с мячом помогут укрепить мышцы спины и живота



Ходьба по массажным дорожкам может быть: обычной, на носках, на пяточках, на внешней и внутренней стороне стопы, прыжки, бег.

Наши маленькие ножки дружно ходят по дорожке раз, два, три, четыре, пять -пойдём по полю гулять.

