


Дистанционное обучение




1 и 2 средние группы

дата с 25 по 29 мая

Тема: « Массаж кистей и стоп. Броски и ловля мяча в паре. Прыжки через короткую скакалку».

Примерное содержание работы: укреплять мышцы свода стопы, развивать координацию движений и глазомер, формировать навык выполнения вращательного движения скакалки.

Образовательная область	Название	Рекомендации родителям	Медиа - ресурс
Физическое развитие	Массаж кистей и стоп массажным мячом	<p>Катать мяч одной рукой по полу круговыми движениями – рисуем солнышко (выполнить правой и левой руками). Катать мяч пот направлению вперед – назад.</p> <p>Сидя на детском стульчике катать мяч стопой, движения вперед – назад (выполнить поочередно обеими ногами); по кругу в обе стороны и обеими стопами.</p> <p>Если нет массажного мяча, можно выполнять задание с обычным мячом.</p>	

			
	<p>Броски мяча в паре с взрослым</p>	<p>Выполнять бросок мяча снизу двумя руками. Начинать с небольшого расстояния: 1 метр, постепенно увеличивая. Акцент на точности выполнения броска и соизмерения усилий, чтобы мяч попадал точно в руки партнера.</p>	
	<p>Прыжки через короткую скакалку</p>	<p>Перебрасывать скакалку из положения сзади - вперед, выполняя вращательное движение руками с последующим перешагиванием скакалки. Если нет скакалки, можно использовать веревку. Не разрешать ребенку наматывать скакалку на себя и не оставлять его без присмотра во время выполнения заданий со скакалкой.</p>	

Уважаемые родители, предлагаю Вам комплекс мультзарядки для ваших детей

[https://yandex.ru/efir?stream\\_id=4ccf3678e09a1ef08dda1e502d73ea74&from\\_block=logo\\_partner\\_player](https://yandex.ru/efir?stream_id=4ccf3678e09a1ef08dda1e502d73ea74&from_block=logo_partner_player)

[https://yandex.ru/efir?stream\\_id=42e1b15068009ed38f365327f1aad48a&from\\_block=logo\\_partner\\_player](https://yandex.ru/efir?stream_id=42e1b15068009ed38f365327f1aad48a&from_block=logo_partner_player)

Буду рада, если Вы пришлете фото или видео или просто напишете, понравилась ли она вашим детям.