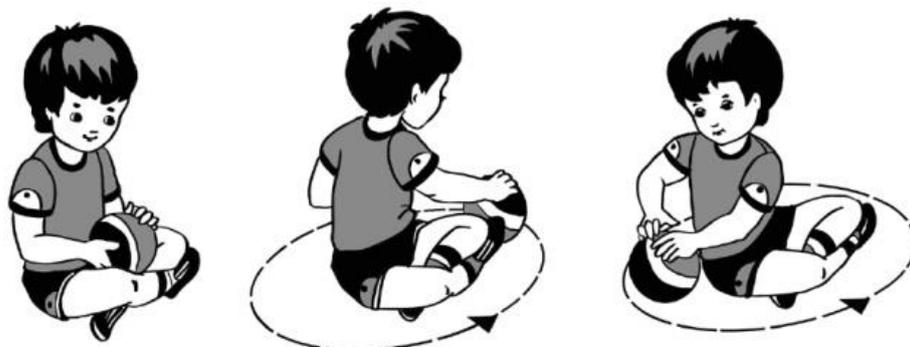


## ***Самоизоляция и занятие физической культурой.***

Сегодня мы предлагаем вам следующие игровые упражнения.

### **«Колобок румяный бок»**



Ребенок сидит на полу, мяч в обеих руках. Предложите ребенку прокатить мяч вокруг себя. Когда ребенок приступит к выполнению, вы проговаривайте стихотворение:

Колобок, Колобок,  
У тебя румяный бок.  
Ты по полу покатись  
И Максиму (Дарине) улыбнись!

### **Физкульт минутка «Пешеходы»**



Постовой стоит упрямый (Ходьба на месте).  
Людам машет: Не ходи! (Движения руками в стороны, вверх, в стороны, вниз)  
Здесь машины едут прямо (Руки перед собой)  
Пешеход, ты погоди! (Руки в стороны)  
Посмотрите: улыбнулся (Руки на пояс, улыбка)  
Приглашает нас идти (Шагаем на месте)  
Вы, машины, не спешите (Хлопки руками)  
Пешехода пропустите! (Прыжки на месте)

***Упражнения с ребенком повторите несколько раз. Сделайте фото для фотоотчета и отправте воспитателям.***