Уважаемые родители!
Сегодня мы предлагаем вам следующие игровые упражнения:

«Быстрые жучки»
Ползание на четвереньках между предметами с опорой на ладони и колени.

«Зайки-прыгуны»
Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед по прямой до кубика. Дистанция 2,5 м. Ребенок изображает зайца на лужайке.

«Поймай комара»
На конец небольшого прута или палочки привязывают шнурок (или веревку) и к нему прикрепляют вырезанного из картона комара. Взрослый вращает прут над головой ребенка. Ребенок подпрыгивает на двух ногах, стараясь дотронуться до комара - поймать его.

«Через ручеек»
Из шнуров (или веревок) выкладывается несколько ручейков (3-4 шт.). Ширина каждого - 25 см. Ребенок прыгает через каждый ручеек.

Подвижная игра
«Зайчата»
Ребенок изображает зайчат. Ребенок прыгает на двух ногах и произносит слова:

Скачут зайки
Скок, скок, скок,
На зеленый на лужок.
Скок, скок, скок, скок.

«Школа мяча»
Виды движений:
Подбросить мяч вверх и поймать его двумя руками.
Подбросить мяч вверх и, пока он совершает полет, хлопнуть в ладоши перед собой.
Ударить мяч о землю и поймать его двумя руками.
Ударить мяч о землю, одновременно хлопнуть в ладоши перед собой и поймать его двумя руками.

«Прокати обруч»
Взрослый становится напротив ребенка на расстоянии 3 м. В руках у взрослого обруч. Нужно обруч поставить ободом на пол, левую руку положить сверху обода, а ладонью правой руки оттолкнуть обруч так, чтобы он покатился.