



Чтоб здоровым быть сполна  
Физкультура всем нужна!  
Бег полезен и игра  
Занимайся, детвора!  
Чтоб успешно развиваться  
Нужно спортом заниматься!  
Всем полезно, без сомненья,  
Все, что связано с движеньем!

### **Уважаемые родители!**

Вам предлагается материал, с помощью которого  
с «13» апреля 2020г. по «17» апреля 2020г.

Вы можете вместе с детьми:

- Поиграть в подвижные игры, ведь игра – естественный спутник жизни ребенка (приложение 1)  
(приложение 2)  
(приложение 3)
- Провести интересные игры по профилактике плоскостопия (приложение 4)
- Сделать вместе с детьми утреннюю гимнастику.

Мы предлагаем интересные варианты веселой зарядки

<https://www.youtube.com/watch?v=utirL8uv4Ss>

<https://www.youtube.com/watch?v=hfmVIIvaRtA>

<https://www.youtube.com/watch?v=Lw4dQn4SYc0>

[https://www.youtube.com/watch?v=GzGc1XoVxgQ&list=PLfzhYr0tKftxNh82HQCcuP229ndrGQ\\_He&index=8](https://www.youtube.com/watch?v=GzGc1XoVxgQ&list=PLfzhYr0tKftxNh82HQCcuP229ndrGQ_He&index=8)

А так же гимнастику для красивой осанки (приложение 5)

- Танцевальные разминки в домашних условиях

[https://vk.com/im?sel=259135064&z=video-](https://vk.com/im?sel=259135064&z=video-107796297_456239381%2Fbb6df55c3855459367%2Fpl_post_-107796297_73572)

[107796297\\_456239381%2Fbb6df55c3855459367%2Fpl\\_post\\_-107796297\\_73572](https://vk.com/im?sel=259135064&z=video-107796297_456239381%2Fbb6df55c3855459367%2Fpl_post_-107796297_73572)

- Вашему вниманию предлагается консультация «Берегите здоровье детей!» (приложение 6)

*Поделитесь своими успехами с нами, педагогами через видео или фото.*

**Желаем Вам быть всегда здоровыми!**