

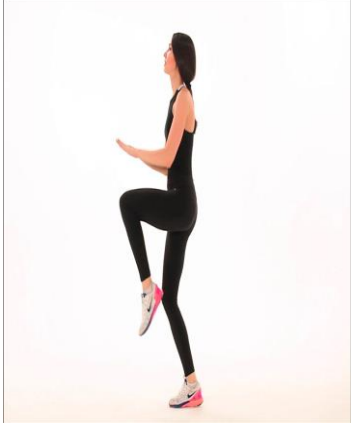
## Дистанционное обучение

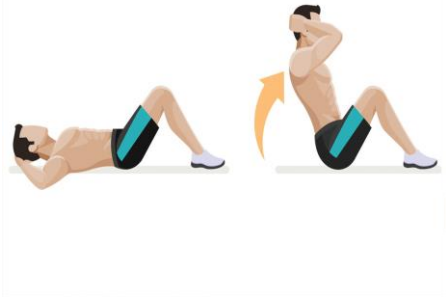

Для старших групп

дата с 25 по 29 мая

Тема: «наклон ,прыжки,пресс.».

Примерное содержание работы: .Укреплять мышцы живота,формировать правильную осанку,развивать гибкость тела,

Образовательная область	Название	Рекомендации родителям	Медиа - ресурс
Физическое развитие	Прыжки с высоким подниманием бедра,прыжки на носках с хлопком над головой.	При выполнении упражнений рука держать прямыми перед собой,стараться коснуться коленями ладошек,  следить за правильной осанкой ребенка.  Голову вниз не опускать.  Прыгать на носочках.	
	Наклон вперед из положения стоя,наклон вперед из положения сидя.	Встать ровно,стопы на ширине плеч,колени не сгибать.	<p>Наклон вперед из положения стоя или сидя на полу – развитие гибкости.</p> 

	Пресс.	<p>При выполнении Упражнения руки держать на груди.</p> <p>Ноги согнуты на 90 градусов, локтями коснуться колен.</p>	 
--	--------	--	---

Разминка для детей:

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12082253276622155286&text=%D0%B7%D0%B0%D1%80%D1%8F%D0%B4%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9&path=wizard&parent-reqid=1590749846231217-751100595781072296700252-production-app-host-man-web-yp-346&redircnt=1590749852.1>