Май. Занятие 27

**Уважаемые родители, можно использовать для упражнений предметы заместители, которые имеются у вас дома.**

**Рекомендуем, задействовать в совместную деятельность с ребенком всех присутствующих родственников, кто находится дома.**

**Задачи.**Упражнять детей в продолжительном беге, развивая вынос­ливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повто­рить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.

**I часть.**Ходьба в колонне по одному, переход на бег в среднем темпе  
(продолжительность до 2 минут); переход на ходьбу; повторить бег.

**II часть.***Игровые упражнения*

«Пас на ходу». Играющие распределяются на пары и становятся на ис­ходную линию. У одного ребенка в паре мяч (большой диаметр). По си­гналу родителя дети шагом передвигаются на другую сторону площадки, перебрасывая мяч друг другу в ходьбе (дистанция 10 м). Побеждает пара, быстро и без потери мяча справившаяся с заданием. Повторить 2-3 раза.

Прыжки через короткую скакалку. Дети свободно располагаются по площадке, у каждого в руках короткая скакалка. Выполняют прыжки на месте, вращая скакалку вперед, затем прыжки с дополнительным под­скоком, прыжки на правой и левой ноге. Мальчикам, которые не очень охотно прыгают через скакалку, можно предложить упражнения по пе­редаче мяча ногами — с элементами футбола.

**III часть.**Игра по выбору детей.