

Музыкальные разминки для детей младшего возраста.

https://yandex.ru/video/preview/?text=музыкальные%20разминки%20для%20детей%20младшего%20вл%5Свозраста%20про%20зиму&path=wizard&parent-reqid=1607415181842486-755545756988592916700163-production-app-host-man-web-yp-226&wiz_type=vital&filmId=4984361315954546085

Основные виды движений

1. Прыжки на двух ногах вверх - «Достань до предмета» (4- 5 прыжков). Мяч или игрушку держим расстояний вытянутых рук ребенка. Его задача, согнув ноги в коленях выполнить прыжок вверх и коснуться мяча.
2. Прокатывание мячей друг другу (изменить способ выполнения и исходное положение ног: стойка на коленях, сидя на полу ноги на ширине плеч). По 10-15 раз. Задача катнут мяч в руки родителя.
3. Прыжки на двух ногах между кубиками (кеглями, игрушками), поставленными в один ряд на расстоянии 0,5 м один от другого. Следить чтоб ребенок выполнял прыжки двумя ногами одновременно.
4. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (10-12 раз).
5. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 3 м) до обозначенного места (кубик, мяч). Повторить 2-3 раза.
6. Перебрасывание мяча друг другу (стоя в шеренгах на расстоянии 1,5 м одна от другой) двумя руками снизу. Повторять 10-15 раз

Музыкальные разминки для детей старшего возраста.

https://yandex.ru/video/preview/?text=музыкальные%20разминки%20для%20детей%20младшего%20вл%5Свозраста%20про%20зиму&path=wizard&parent-reqid=1607415181842486-755545756988592916700163-production-app-host-man-web-yp-226&wiz_type=vital&filmId=15224413745330801192

Основные виды движений

1. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками (бросание мяча правой и левой рукой попеременно, ловля его двумя руками)
2. Прыжки на правой, ЛЕВОЙ ноге, продвигаясь вперед. Дистанция 3-4 метра
3. Перебрасывание мяча друг другу (стоя в шеренгах на расстоянии 1,5 м одна от другой) двумя руками снизу. Повторять 10-15 раз
4. Прыжки на правой, ПРАВОЙ ноге, продвигаясь вперед. Дистанция 3-4 метра
5. Бросание мяча о пол и ловля его, после отскока от пола 20 раз.
6. Равновесие - ходьба на носках между предметами. Разложите игрушки на расстоянии 30-40 см между друг другом. Медленная ходьба на носочках, руки на поясе. Повторить 4-6 раз с отдыхом между упражнениями.

Танцевальные игры

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1017858341300412085&reqid=1607415534192852-397883431329845240000154-man1-2848&suggest_reqid=723875726154910238895542767196901&text=я+банан+чипсу+банан+песня

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17328193451090373652&reqid=1607419588275009-92605330986917076600155-man2-5712&suggest_reqid=723875726154910238896076415846693&text=помогатор+фиксика

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14781845063499960723&text=у+оленя+дом+большой+>

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=7722399220345691029&text=елочки+печки>