|  |  |
| --- | --- |
| https://thumbs.dreamstime.com/b/%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%83%D0%BB%D0%BA%D0%B8-%D0%BF%D0%B0%D1%80%D0%BA%D0%B0-%D1%81%D0%B5%D0%BC%D1%8C%D0%B8-%D0%BE%D1%81%D0%B5%D0%BD%D0%B8-11682940.jpg | ***Это интересно!***  **Осенние игры и забавы по дороге**  **из детского сада.**  А Вы знаете, что дорогу из детского сада до дома можно превратить в весёлую и увлекательную игру, которая поможет развить физические способности Вашего малыша. |

Для взрослого человека ходьба, бег, прыжки, умение ориентироваться в пространстве и другие виды движений привычны, а малыш только начинает их осваивать. Именно поэтому очень важно научить ребенка управлять своим телом и упражнять его в основныхвидах движений.

Это совсем не сложно и не потребует никакой специальной подготовки и оборудования.

Даже осень не время для скуки! Осень - отличное время для прогулок, для осенних игр и забав!

**Родителям на заметку** https://catherineasquithgallery.com/uploads/posts/2021-02/1614531187_5-p-smailik-na-belom-fone-5.jpg

|  |  |
| --- | --- |
| https://img2.freepng.ru/20190922/eah/transparent-umbrella-cartoon-clip-art-play-5d8824b6b14f51.2871536715692033827263.jpg | **Осенние лужи!** Лужи - это бесспорно очень привлекательное и заманчивое место для малыша.  Предложите ребёнку исследовать лужу, превратив все в познавательную и двигательную игру:  - посчитать, сколько шагов вы затратили на обход лужи;  - обойти лужу слева или справа; - обежать их «змейкой»;  - перешагнуть лужу высоко поднимая ноги (словно цапли);  - запустить кораблики (можно заранее сделать дома несколько заготовок из бумаги или использовать осенний листочек). |

|  |  |
| --- | --- |
| **Какая же осень без листьев?**  Предложите ребёнку допрыгнуть до ветки и коснуться листочка желтого, красного или ещё зелёного цвета.  А можно попытаться поймать лист, летящий по воздуху.  А можно искать опавшие листочки поиграть в подвижную игру «Раз, два, три к дереву беги …» | https://www.pinclipart.com/picdir/middle/452-4524033_-clip-art-cute-illustration-pasta.png |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Малыши в мире профессий. | | Для развития **равновесия** можно предложить малышу несложное задание:  - пройти по узкому бордюрному камню тротуара, в парке, сквере;  - по ветке, лежащей на земле, обязательно со страховкой взрослого!  Если по дороге встретятся две упавшие ветки, расположите их параллельно (ширина между ними не менее 25 см) и по­просите ребёнка, балансируя руками, пройти, не наступая на ветки. Следите за тем, |
| чтобы малыш держал голову и спину прямо.  **«Навигатор».** Предложите ребёнку превратиться в «робота», который будет выполнять Ваши указания или наоборот, подсказывать дорогу Вам. *Например*, через 4 шага поверните налево, двигаетесь прямо до каштана и т.д.  Такая игра способствует развитию умения ориентироваться в пространстве, помогает усвоить понятия влево-вправо, учит прогнозированию.  **Игра «Как можно…..»** Взрослый спрашивает «Как можно играть в …(мяч)?», ребёнок перечисляет все известные ему действия со спортивным инвентарём. | | |
| https://phonoteka.org/uploads/posts/2021-05/1621630863_18-phonoteka_org-p-fon-dlya-prezentatsii-znaki-prepinaniya-19.jpg | **Родителям важно знать!** Наблюдайте за своим ребёнком! Если он много  бегал и прыгал без отдыха и у него появилась одышка, сильная бледность  или покраснение лица, или даже нарушение координации, это значит, что  физическая нагрузка превышает его возможности и ему надо предложить  более спокойный вид движений! | |

Уважаемые, родители! Пусть ваша прогулка станет активной, яркой, познавательной, способствующей развитию физических качеств ребенка…

Надеемся, что советы о здоровье, игры и другая полез­ная информация помогут вам в воспитании здорового малыша!

*С уважением инструктор по физической культуре*

*Прокопенко Т.В.*