04.03.22 2-БкласЗаярнюк С. А. Фізкультура **Тема.** Організовуючі вправи. Вправи для профілактики плоскостопості.

Виконуємо вправи для: голови, рук, пояса і ніг, так, як на зарядці в школі.

<https://www.youtube.com/watch?v=OO-_a_qHkSw>

**Пропоную пограти з батьками такі ігри:**

Це така старовинна французька гра, що бабусі й дідусі, і навіть прабабусі і прадідусі можуть пригадати, як грали в неї.

Для цієї гри з дітьми вдома треба взяти товсту нитку або шнурок довжиною приблизно 45 см. Один з його кінців приклеюється липкою стрічкою до тенісної кульки, а інший - до денця пластмасового стаканчика. Можна також прив'язати кінець нитки до ручки пластмасової кружки.

У грі беруть участь кілька людей. Від гравця потрібно підкинути кульку вгору і зловити її в стаканчик або кружку. За це й нараховуються очки. Ловити кульку потрібно по черзі, до промаху. Промахнувшись, гравець передає більбоке наступному гравцеві. Виграє той, хто першим набере обговорену кількість очок.