

КРЕАТИВНАЯ СКАКАЛКА

Раз, два, три, четыре, пять,
Начинаем мы скакать.
Скачем прямо, скачем боком,
С поворотом и подскоком.

21 ноября в нашем детском саду состоялось замечательное детско-родительское занятие по физической культуре *«Креативная скакалка для повышения двигательной активности дошкольников»*. Скакалка – один из самых доступных и любимых детьми спортивных снарядов. Прыжки на ней являются прекрасным физическим упражнением, они развивают выносливость и ловкость, укрепляют все мышцы тела и сердечно-сосудистую систему организма.



Кроме того, прыгать на скакалке и играть с ней в разные игры - это весело!



Ребята подготовительных групп и их родители не только соревновались в прыжках, но и с большим удовольствием сыграли в веселые игры со скакалкой «Удочка», «Лошадки», «Перепрыгни через ручеек», «Змейка».



Участники получили заряд бодрости и энергии!!!

Инструктор ФК Мясникова Н.С. 21.11.2019г.