Уважаемые родители!

Карантин продолжается, поэтому пора двигаться и развиваться в домашних условиях. Дети, лишенные уличных прогулок и спортивных занятий, начинают выплескивать нерастраченные силы дома. Поэтому, уважаемые родители, предлагаю Вам найти [время](http://www.parents.ru/article/mne-skuchno-igrat-v-detskie-igry/), чтобы поиграть с сыном или дочкой. А я, инструктор по ФК Егорова О.В. хочу предложить вам несколько вариантов подвижных игр с малышами.

Предлагаю отправиться в путешествие со своим ребенком, не выходя из дома. Любая комната в глазах малыша может превращаться в бушующее море, таинственный остров или далекую планету. Стул может превратиться в гору, которую нужно преодолеть, или туннель, через который приходится пробираться ползком. Попробуйте устроить путешествие с преодолением препятствий- перебраться через «горный хребет» (пройти осторожно по дивану, перешагивая через подушки), преодолеть «трещину в леднике» (с дивана на стул). Преодолевая препятствия, малыш будет развивать ловкость и сообразительность.

Вот еще один вариант игры с малышом. Возьмите 2 небольших надувных шарика, встаньте напротив друг друга и одновременно бросайте шары. Представьте что это «горячая картошка» и ее нужно поймать и сразу бросить обратно. Эта игра способствует развитию внимания и координации движений.

Уважаемые родители! Надеюсь, Вам и вашим деткам будут интересны предложенные игры. Благодарю Вас за участие.