



## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Развиваем координацию и ловкость у малыша: играем дома»


### ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?


Координация и ловкость – это не просто спортивные навыки. Это безопасность вашего ребенка (меньше падений) и уверенность в себе («Я могу справиться с этим препятствием!»).


### ЛУЧШИЙ ДРУГ ЛОВКОСТИ — МЯЧ!

Купите малышу легкий мяч диаметром 15–20 см.


Помогите ребенку овладеть мячом, научив выполнять 3 движения.


 **Катать:** Сядьте напротив, широко расставив ноги. Катите мяч ребенку – пусть катит обратно.


 **Кидать:** Покажите, как кидать мяч двумя руками снизу или из-за головы в коробку/таз.


 **Ловить:** Начинайте с близкого расстояния. Ловить мяч с воздуха сложно, поэтому если не получается — не настаивайте, вернитесь к катанию.

### ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ (Что важно помнить)

 Малыш пролил компот или споткнулся? Это мозг учится управлять телом. Просто скажите: «Ничего, в следующий раз получится лучше».

 Ходите босиком. По полу, по траве, по песку, по массажным коврикам. Это развивает нервные окончания стопы и чувство равновесия.

 Стимулируйте движение. Если постоянно говорить «не беги», «сядь», «не прыгай», ребенку негде тренироваться. Пусть попробует! А вы просто подстрахуйте.

 Хвалите за усилия. Даже если упал, но встал и пошел дальше – скажите: «Какой ты сильный и смелый!».



**МБДОУ «Детский сад «Сказка»  
ул. Академика Мясникова 24/1  
659900, Россия, г. Белокуриха**

**Контакты:  
+7(38577)34040  
+7(38577)34039  
detskivsad.skazka@vandex.ru**

