

### **Тема: Мячик из носков**

Здравствуйтесь, дети и родители! Наше занятие пройдёт в дистанционном формате. Предлагаю вам сегодня сделать мячик из носка. Это отличная сенсорная игрушка!



1. В носок насыпаем рис, завязываем резиночкой или верёвочкой. Сверху для надёжности надеваем второй носок и завязываем «хвостик».

2. Бросаем «мячик» друг другу, сначала медленно, потом быстрее. Сделать и правой и левой рукой.

Этот снаряд ведёт себя совсем не так, как обычный мячик.

Варианты усложнения:

- Если вас больше трёх, можно сделать два мячика и друг за другом пустить их по кругу.

- Сделать два «мячика» и кидать «мячик» друг другу одновременно.

- Кидать и ловить стоя на одной ноге, потом на другой ноге.

- Кидать «мячик» и играть в «Слова» (или «Города»).

3. Метаем «мячик» в корзину, в детские кегли или бутылки. Сделать и правой и левой рукой.

Варианты усложнения:

- Встать дальше от цели.
- Кидать стоя на одной ноге, потом на другой ноге
- 4. Мнём «мячик» руками. Отличная сенсорная игрушка.
- 5. Развиваем равновесие и координацию. Кладём «мячик» на голову и идём прямо, не уронив его.

Варианты усложнения:

- Идти зигзагом, по кругу.
- Придумать сложный маршрут.
- Добавить небольшие препятствия, которые ребёнок должен перешагивать или обойти.

С наступающим Новым годом! Успехов! До встречи на следующем занятии. Приносите с собой готовые мячики из носков.