

Уважаемые родители, предлагаем Вам сделать оборудование для домашних спортивных занятий . Самое главное, что они создаются своими руками из подручных средств, которые найдутся в каждом доме и совершенно безопасны.

1. Чтоб развивать мелкую моторику. Изготавливают различные палочки-моталки. Это обычные деревянные палочки, куда привязывают один конец веревки или ленты, а с противоположной стороны какую либо безделушку.



2. Чтоб развить дыхание изготавливаются бутылочки с трубочкой внутри. В бутылке помещен пенопласт. Когда ребенок будет дуть в трубочку, пенопласт будет подниматься



3. Чтоб развить ловкость и синхронизировать движения используют игру "Поймай мячик". Изготавливают из пластиковой бутылки и мячика (основы от киндера) на шнурочке.



4. «Волшебный коврик»

Данное оборудование изготовлено из пластиковых бутылок с пробками на основе драповой ткани. Предназначено для босохождения, исправления и предотвращения плоскостопия, закаливания



