Рекомендации специалиста в работе с детьми, испытывающими трудности в освоении программы, а также с детьми с особыми образовательными потребностями

**Группа общеразвивающей направленности для детей старшего дошкольного возраста от 5 до 6 лет**
**Дата: 06.04.2020- 10.04.2020**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № недели | Название темы | Рекомендации специалиста в работе с детьми |
| 30 | «Телевидение» | Прыжки через скакалку являются прекрасным средством тренировки сердечно – сосудистой и дыхательной системы, развивают общую выносливость и координацию движений, развивают чувство ритма.В прыжках с короткой скакалкой дети проявляют большую активность, настойчивость, *особенно девочки*. Для создания и поддержания стойкого интереса к прыжкам со скакалкой *и у мальчиков*, можно показать детям иллюстрации и рассказать, как спортсмены (борцы, боксеры, легкоатлеты, гимнасты и др.) используют в тренировке прыжки со скакалкой.* Для овладения прыжками важно, чтобы скакалка соответствовала росту ребенка. В диаметре скакалка должна быть не тоньше 0, 8 или 0, 9 см. Если она будет тоньше – она будет слишком легкой и ее будет трудно крутить; если толще – то наоборот, тяжело.
* Захват руками за ручки скакалки осуществляется свободно, без напряжения, развернутыми пальцами вперед, а сама скакалка свисает с внешней стороны рук.
* Вращение скакалки производится только кистями слегка согнутых рук, а не всей рукой. Локти при этом свободно опущены и вместе с плечевыми суставами только поддерживают вращение.
* Начиная обучение, предложите ребенку прыжки на месте. Следите, чтобы руки, слегка согнутые в локтях, были расположены по бокам. При выполнении прыжков туловище следует держать выпрямленным, сохраняя правильную осанку. Дыхание при прыжках задерживать нельзя. Нужно мягко приземляться на подушечки пальцев и стараться отталкиваться большими пальцами ног.

***Дети 5 – 6 лет*** могут начать с вращения скакалки, постепенно переходя к прыжкам, также перепрыгивают разными способами: на месте и в движении, Предложите детям игры со скакалкой «Удочка», «Летающая бабочка» (на середину скакалки привяжите яркий бантик).Прыжки на скакалке это тяжелая утомительная работа для детей, поэтому необходимо чаще менять и разнообразить двигательную деятельность. Например, дети вращают скакалку, затем бегут с ней, кладут на землю, перепрыгивают через нее разными способами.**Игровые упражнения со скакалкой**: <https://www.youtube.com/watch?v=gAIv2H_aZzg>  |