

Кинестезия

(развития общей моторики)



Тренируем ритмические движения разных конечностей:

- совершаем прогулки на свежем воздухе;
- регулярно с ребёнком посещаем бассейн и берём уроки плавания;
- учим ребёнка кататься на велосипеде и регулярно совершаем велопогулки всей семьёй;
- занимаемся ритмикой и аэробикой;
- совершаем вместе с ребёнком утренние пробежки;
- записываем ребёнка в танцевальный кружок;
- регулярно посещаем вместе с ребёнком занятия по лечебной физкультуре;
- разучиваем вместе с ребёнком простые стихи и декламируем их во время прогулки