

## **МИР ДВИЖЕНИЙ** **МАЛЬЧИКА**



### **ПАПИН КЛАСС**

### **УВАЖАЕМЫЕ ПАПЫ !**

По тому, как человек ходит, можно судить о его воспитании, культуре поведения.

На мужчину приятнее смотреть, когда в его походке чувствуется независимость и надёжность. *Поэтому обратите, пожалуйста, внимание на формирование правильной осанки Вашего сына.*

Помогите ему освоить *основные правила походки для мальчиков:*

1. Ходить уверенным шагом, твёрдо ставить стопы, смотреть вперёд, корпус держать прямо.
2. Руками не размахивать, двигать ими размеренно.
3. Не семенить, шаг средний, темп сдержанный,
4. Колени при ходьбе выпрямлять.
5. При ходьбе по лестнице не наклонять туловище вперёд.

Лучше всего решать эту задачу во время игр вместе с ребёнком!

\*Отвлекитесь ненадолго от своих дел и предложите ему *упражнения-пантомимы*. Пусть покажет движениями, стойкой мимикой, жестами настроения разных людей: удивлённого человека, любопытного, попавшего под дождь, внимательно слушающего и др.

\*Помогите мальчику походить по «карнизу» дома, то есть спиной к стене, прижимаясь лопатками и ягодицами к плоскости.

\*Загадайте ему пантомимическую загадку (морьяк за штурвалом, художник перед мольбертом, дирижёр перед оркестром, капитан корабля на мостике и др.). А он пусть отгадает, кто стоит. Потом загадывать будет сын, а Вы – отгадывать его движения.

Обращайте внимание на то, как ребёнок меняет положение своего тела, как он держит голову, плечи, руки. Помогайте ему личным примером, а для этого следите и за своей походкой. *Мальчику очень нужны образцы мужества, уверенности, независимости.* И именно они исходят от пап!