Добрый день уважаемые родители и дети!

 А вы ребята уже решили, кем хотите стать, когда вырастите?

Отгадайте загадку:

Лучше всех спортсмена знает,
Во всём ему он помогает.
Сражаться учит, побеждать
И бодрость духа не терять.
(Тренер)

Сегодня вы окажитесь в мире профессии – тренер по спорту.

Основной успех любых спортсменов зависит не только от личных качеств и упорных тренировок, но и от того, кто будет с ними рядом, кто направит в нужную сторону. Естественно, что это может быть только тренер.

Тренером называют инструктора, который руководит занятиями, следит за правильностью выполнения физических упражнений.

Хотите сегодня стать тренером? Тогда зовите скорей папу и маму, брата или сестру, это будет очень здорово!.

Разминка

<https://www.youtube.com/watch?v=QuqQcy6DsGE>

<https://www.youtube.com/watch?v=QuqQcy6DsGE>

<https://www.youtube.com/watch?v=zGIV7Xa9Rkw>

Гимнастика

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1271187078947591554&reqid=1586885195366438-985916547479487496603050-sas1-8830-V&suggest_reqid=1274339157358195952397367681922&text=прыг+скок+пожарные>

Воркаут для детей

<https://www.youtube.com/watch?v=fgxR1PiEiDk&t=46s>

Йога для детей

<https://www.youtube.com/watch?v=pdCvuiheAso>

Танцуем чику-рику

<https://www.youtube.com/watch?v=ICuvAMk33pQ>

