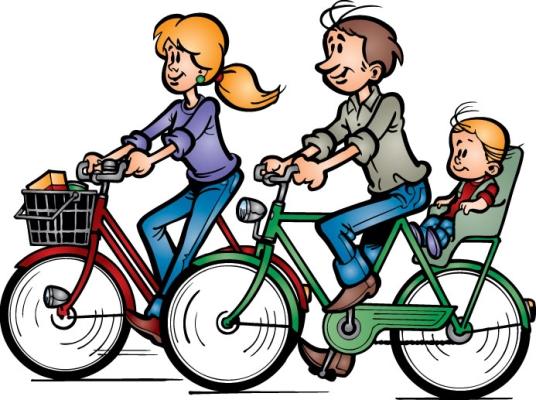
******

**Глава первая**

Хитрюга- толстый кот- лениво развалился на полу и не хотя перекатывал лапой яркий резиновый мячик. Его хозяйка Маргоша недавно вернулась из детского сада и допивала теплое молоко. Маргошкой его назвали мама с папой и ребята из группы «Ладушки» Бабушка Рита , в чью честь назвали девочку, обычно обращалась к ней Ритуся,а если сердилась, то строго Маргаритой.

Потянувшись к сухарнице за овсяным печеньем , Маргоша с удивлением не нашла его на месте .

Зато наткнулась на мягкое. Пушистое, которое неожиданно пискнуло и прочь убежало, унося в в зубах печенье.

-Да ведь это мышонок!- воскликнула с возмущением девочка, глянув на кота. В чем дело ? почему не ловишь мышей?

Хитрюга промурлыкал:

Этот мышонок наш сосед. Он под паркетом живет. Можешь познакомится. Маргоша с удовольствием познакомилась с мягким существом и сразу же предложила поиграть.

Кот Хитрюга предложил поиграть в игру «Мой веселый звонкий мяч»

1. **Бросай мяч и лови его**
2. **Бросай мяч вверх и после хлопка в ладоши лови его**
3. **Бросай мяч вверх и после 2-х хлопков в ладоши лови его.**
4. **Бросай мяч вверх правой рукой и лови его**
5. **Бросай мяч вверх левой рукой и лови его**
6. **Сядь на корточки . брось мяч вверх и поймай его , вскочив на ноги.**
7. **Ударь мячом об пол и поймай его , повернувшись вокруг себя.**
8. **Бросай мяч и лови его после отскока об пол.**
9. **Подбрось мяч , отбей его каленом вверх и после этого поймай 2 руками.**
10. **Подбрось мяч вверх, отбей его головой и поймай.**

**Если тебе удалось выполнить все упражнения с первого раза , значит ты «Мастер мяча», если не все получилось, тебе нужно еще потренироваться.**



**Глава вторая**

Мышонок весело вбежал в комнату , где лениво потягивался кот Хитрюга

-А вот и я и игрушка новая моя, поправляя на талии нарядный поясок.

-Игрушку новую принес? ворчливо спросил кот.

\_Да игрушку, отгадай что это?

«Когда весна берет свое

И ручейки бегут звеня

Я прыгаю через не

А она через меня»

(скакалка)

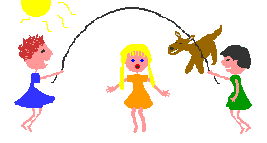
Хитрюга спросил мышонка

-сколько раз он сможет перепрыгнуть через нее без остановок

* Если 20-40раз- отлично
* Если 10-20 раз- хорошо
* Если 3-10раз- следует потренироваться
* Если не одного раза -надо начинать учиться.

Если же ты все-таки научился скакать на скакалке, то прыгай вместе с Маргошей и ее друзьями

1. **Прыгай на двух ногах, вращая скакалку вперед**
2. **Прыгай через скакалку, вращая ее назад**
3. **Прыгай через скакалку с перекрестом рук**
4. **Прыгай через скакалку на 2 ногах с поворотом вокруг себя.**
5. **Прыгай через скакалку на 2 ногах, чередуя ноги скрестно и врозь**
6. **Прыгай через скакалку двух на ногах, одной ноге, с ноги на ногу.**
7. **Беги вперед до ориентира , перепрыгивая через вращающуюся скакалку.**
8. **Прыгай через вращающуюся скакалку вдвоем, с товарищем, стоя лицом друг к другу.**

****