

ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА В СТАРШЕЙ ГРУППЕ №7



ГБДОУ Детский сад №10
Воспитатели: Ильина С.Г.
Позднякова С.В.

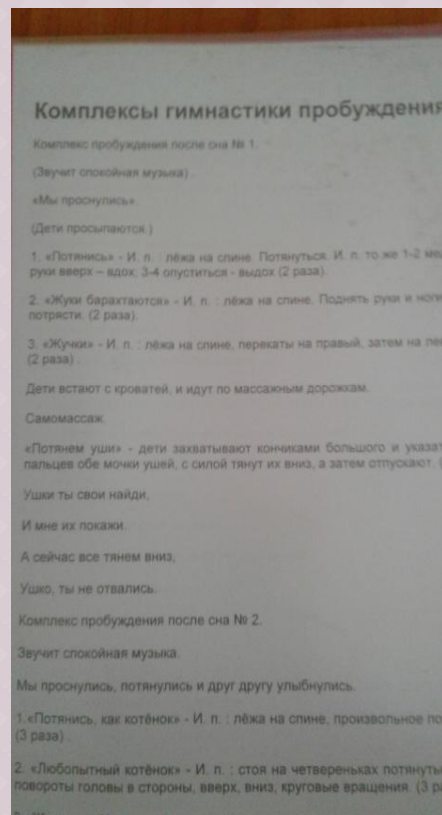
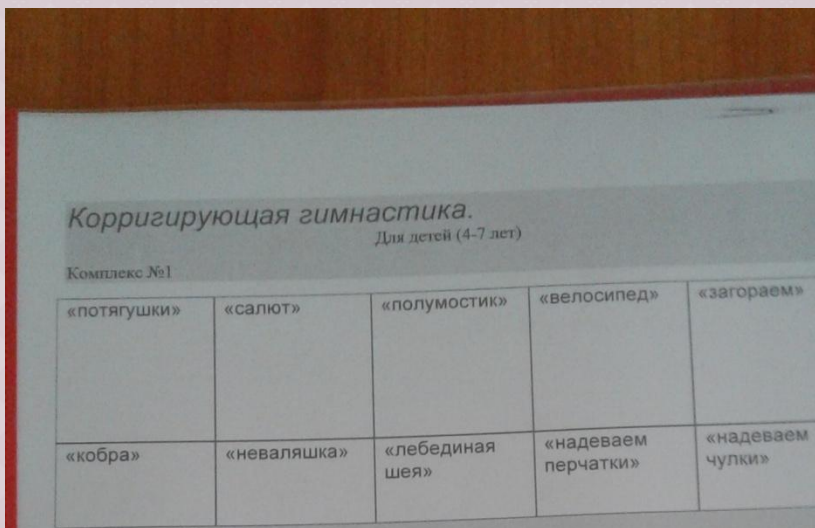
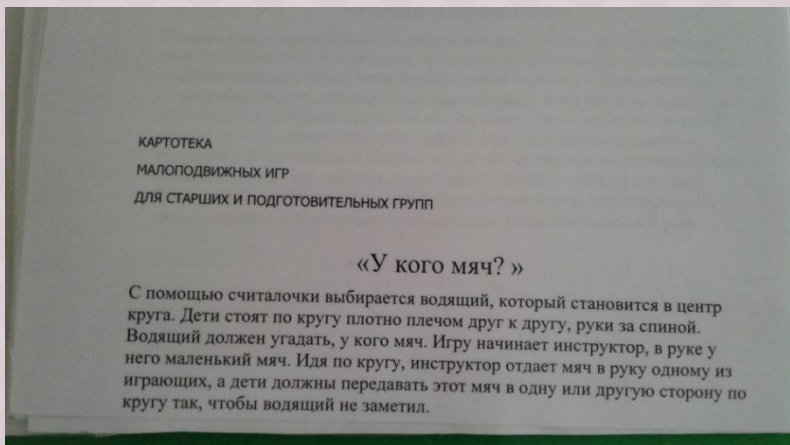
- В группе есть физкультурный уголок для оптимальной реализации оздоровительного, воспитательного и образовательного направления физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребенка.



МОДЕЛЬ ЕЖЕДНЕВНОЙ СИСТЕМЫ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ



ДЛЯ ЕЖЕДНЕВНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ГРУППЕ ИМЕЮТСЯ РАЗЛИЧНЫЕ КАРТОТЕКИ И ПОСОБИЯ







Занятия со скакалкой заключается в улучшении координации тела, многие мышцы его тела активно участвуют в процессе, (плечевой пояс, икроножные, а также ягодичные участки). Прыжки помогают маленькому спортсмену выработать гармонию с собственным телом и постепенно повышать нагрузки тренировок. Укрепляется костный аппарат, что немаловажно для растущего организма.

Упражнения и игры с мячом являются средствами, гармонически развивающими ребенка, дающими значительный образовательный, оздоровительный и воспитательный эффект. Поэтому освоение детьми владения мячом занимает одно из ведущих мест в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками.



ТУРНИК



- Подтягивания - упражнение, полезное для детей. Оно помогает улучшить физическую форму, деятельность сердечнососудистой системы, повысить выносливость, сделать сильными руки, укрепить пресс.

ИГРА «МЕШОЧКИ»

- Развитие координации движений .Координация является составной частью ловкости. Ловкость определяется умением быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с внезапно меняющейся обстановкой. В этих упражнениях предъявляются повышенные требования к вниманию, сообразительности, скорости реакции, так как условия могут меняться быстро, неожиданно.

