

Согласно плану управления проектом «Развитие физических качеств воспитанников детского сада № 26 «Кораблик» посредством внедрения игрового стретчинга» («Со стретчингом дружить – здоровым быть!»), было организовано и проведено мероприятие физкультурно-оздоровительной направленности «Мы за солнышком шагаем!».

Целью мероприятия является углубление и закрепление приобретенных ранее двигательных навыков в разнообразной физкультурной деятельности – упражнениях, подвижных играх, эстафетах, танцевальных и ритмико-двигательных элементах.

В вводной части мероприятия ведущий провел краткую беседу с детьми о времени года лето, о приметах, о летних забавах. Затем персонаж - Солнышко отправился вместе с ребятами в путешествие по «сказочным» полянкам.

На первой полянке дети нашли волшебный мешочек с загадками. А отгадки изображали с помощью упражнений игрового стретчинга, направленных на развитие силы основных групп мышц.

На следующей полянке ребята выполняли ритмическую гимнастику с обручем, которая способствует укреплению групп мышц плечевого пояса, спины и живота.

Затем юные путешественники преодолевали препятствия в эстафете «Перешагни через мостик», в игре «Найди свой домик» с целью развития подвижности суставов и связок.

Мы за солнышком шагаем!

Автор: site

24.06.2017 05:15 - Обновлено 24.06.2017 05:35

