

Игры с мячом

Каждый помнит из своего детства это радостное возбуждение, когда, проснувшись, вдруг обнаруживаешь, что на улице все белым-бело, и хочется скорее бежать на улицу играть-играть... А ведь с раннего детства любимой и одной из первых игрушек и забав у ребенка был и остается мяч, игры с которым позволяют всесторонне воздействовать на мышечную систему, укреплять костный аппарат, развивать дыхательную и сердечнососудистую системы, регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект. В спортивном зале наши дошкольники разучивают удары по мячу с места, в движении, учатся играть в сплоченной команде. Ни для кого не секрет, что для укрепления организма детям необходимо как можно больше времени проводить на свежем воздухе. И зима - не исключение из этого правила! Одно дело тренироваться в зале и совсем другое – на зимнем футбольном поле, где можно совершенствовать тактику, разыгрывать сложные комбинации. Наш инструктор по физической подготовке Марина Адольфовна, использует все необходимые педагогические приемы для реализации общеобразовательного стандарта. Спорт ставит в разные жизненные ситуации, ребенок начинает осознавать, что есть успехи и неудачи, надо много тренироваться и трудиться. Чтобы получить желаемый результат. Благодаря спорту, через осознание своего Я, человек становится успешным в спорте и в дальнейшей жизни!





