

Тема занятия: Равновесие.

Человек с самого рождения выполняет гимнастические упражнения, сначала не осмысленно, а подрастая уже при помощи сначала мамы, затем в детском саду, в школе, в общем, спорт присутствует в жизни человека всегда. Наша группа «Ягодки» очень любит физкультурные занятия под руководством физинструктора Седовой Марины Адольфовны. Все физкультурные занятия проходят не похожими на предыдущее и поэтому интерес детей всегда более чем высок!

Вот и сегодня войдя в спортзал ребята, сразу же оживились и поняли: сегодня будет очень интересно! Тема сегодняшнего занятия: Круговая тренировка по теме Равновесие-объявила Марина Адольфовна.

Всё предусмотрено на занятии по ТБ. Сначала проходит небольшая спортивная разминка. Затем выбираются командиры для 5 станций и 1 помощник для вручения «медалей». Ребятам предлагается распределиться самим, с каким командиром они будут участвовать. На 5 станциях разные задания, и на прохождение каждой даётся 1,5 минуты, (получается каждая группа детей, выполняет одновременно своё задание). Прежде чем ребятам начать выполнение своих заданий, инструктор на своём примере показывает, как нужно выполнять задание каждой станции. Затем звучит свисток «Старт» и команды начинают выполнять каждая своё задание, перемещаясь по часовой стрелке на следующую станцию. По свистку «Стоп», команды заканчивают движение. Было не всегда легко пройти станцию, так как ручки ребят опускались, потому как они глядели под ноги. И поэтому не у всех было равное количество медалей. Физическое развитие детей в детском саду всегда проходит на высоком уровне! О чем и говорят полученные медали ребят! Поэтому, когда закачивается занятие, ребята с сожалением покидают спортивный зал! Но все получают заряд положительных эмоций и чувств! Уходя, ребята всегда говорят инструктору «Спасибо!».









