

**СП ДС «СОЛНЫШКО»
ГБОУ СОШ «ОЦ» пос.ФРУНЗЕНСКИЙ**

«Фитбол – гимнастика как средство физического развития дошкольников»

Воспитатель: Улаева Татьяна Сергеевна

2018 г.

Актуальность :

Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья детей, увеличение количества детей с нарушениями физического развития диктует необходимость поиска эффективных методов оздоровления и физического развития детей в условиях детского сада



Цель: повышение уровня физического развития детей дошкольного возраста.

Задачи:

- ❑ Развивать двигательные качества;
- ❑ Обучать основным двигательным действиям;
- ❑ Развивать и совершенствовать координацию движений и равновесие;
- ❑ Укреплять мышечный корсет, создать навык правильной осанки;
- ❑ Улучшать функционирование сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- ❑ Нормализовать работу нервной системы, стимулировать нервно-психическое развитие;
- ❑ Развивать мелкую моторику и речь;
- ❑ Воспитывать интерес и потребность в физических упражнениях и играх.

В целом, занятия на фитбол-мячах укрепляют мышцы спины и брюшного пресса, создают хороший мышечный корсет, развивают координацию и чувство равновесия, но главное – формируют, сложно и длительно вырабатываемый в обычных условиях, навык правильной осанки.















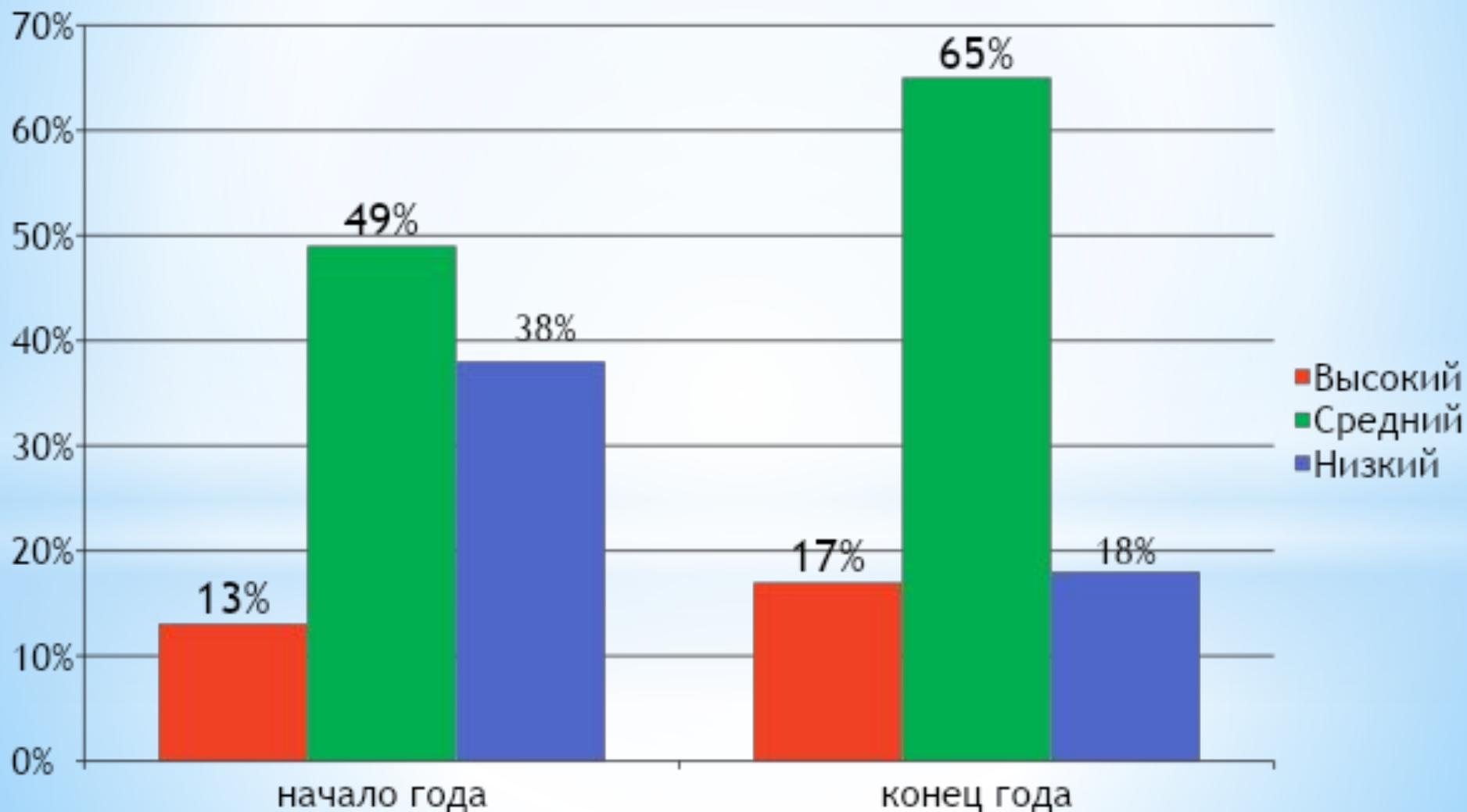


Результативность использования фитбол-гимнастики

Динамика физического развития детей

Второй младшей группы

за 2016 – 2017 учебный год



Спасибо за внимание!

