

Фотоотчёт

Выполнили педагоги
дополнительного образования
БОУ ДО г. Омска «ГорДЮЦ»:

Вяльчина И.В.,

Закалина О.С.,

Лобова Л.А.

Подвижные игры с элементами стретчинга



Гигантские шаги



Простые шаги

Гигантские шаги

Возраст: 7 — 9 лет.

Цель игры: развить у детей гибкость (игра нацелена на улучшение растяжки и заставляет работать группы мышц ног). Кроме того, игра улучшает глазомер.



**Прыг-
скок! Прыг-
скок!
Начинаетс
я урок:**

**Числа ты
повтори:
«Раз! Два!
Три!»**



Число

Возраст: 7 — 9 лет.

Цель игры: игра способствует развитию гибкости у детей, в частности разрабатывает мышцы ног и ступни. Кроме того, игра закрепляет навыки счета.



Путаница

Возраст: 7 — 9 лет.

Цель игры: развить гибкость у детей. Кроме того, игра способствует развитию логического мышления, так как учит детей выполнять действия в определенной логической последовательности (то есть учит видеть причинно-следственные связи).



Нарисуй картинку

Возраст: 7 — 9 лет.

Цель игры: развить у детей гибкость. Игра учит детей держать равновесие в положении на цыпочках, развивает навыки прыгания.



Запутывалка

Возраст: 5 — 8 лет.

Цель игры: развить у детей гибкость и грацию движений.





Верблюжьи бега

Возраст: 7 — 9 лет.

Цель игры: развить у детей гибкость и равновесие. Игра способствует укреплению позвоночника.



Лодочки

Возраст: 5 — 7 лет.

Цель игры: способствовать развитию гибкости у детей. Игра прекрасно укрепляет позвоночник, учит четкости, ловкости и быстроте движений.



Лимбо

Возраст: 7 — 8 лет.

Цель игры: развить у детей гибкость и чувство равновесия.

Необходимое оборудование: планка или скакалка (длина 1 — 1,5 м).



Ворота

Возраст: 7 — 9 лет.

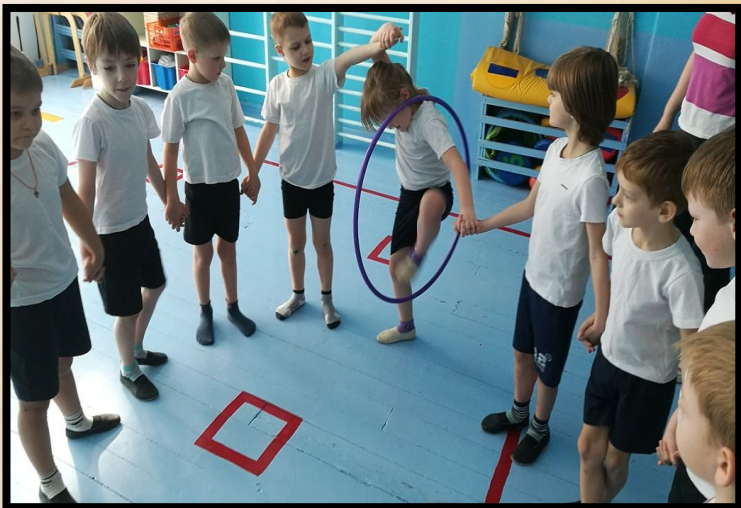
Цель игры: развить у детей гибкость движений. Игра способствует развитию внимания и точности и быстроты реакции.



Колдун

Возраст: 7 — 9 лет.

Цель игры: развить у детей гибкость движений. Игра способствует развитию внимания и точности и быстроты реакции.



Живой обруч

Возраст: 7 — 8 лет.

Цель игры: развить у детей гибкость, ловкость и координации. Игра формирует умение работать в команде.



**Туннель из
обручей**

**Передача
мяча**



**Передача
гимнастическ
ой палки**

Эстафеты

Цель игры: развить гибкость и ловкость.

Предоставили фотографии педагоги
дополнительного образования БОУ ДО г.
Омска «ГорДЮЦ»:

Брайт О.А,
Вяльчина И.В.
Домарёнок И.Г.,
Зайцева Е.А,
Закалина О.С,
Кучакова Н.Ф
Нейланд В.Б.

**Спасибо за
внимание!**