

НЕТРАДИЦИОННЫЕ ВИДЫ УТРЕННИХ ГИМНАСТИК В ДОУ



Что же такое утренняя гимнастика?

Утренняя гимнастика – это комплекс упражнений, который настраивает, заряжает весь организм человека положительной энергией и бодростью на весь предстоящий день в целом.



Цель:

- 1) «разбудить» организм ребенка, настроить его на действенный лад
- 2) сохранение и укрепление здоровья ребенка, разносторонне, но умеренно влиять на мышечную систему, активизировать деятельность сердечной, дыхательной и других функций организма, стимулировать работу внутренних органов и органов чувств.
- 3) формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики

Утренняя
гимнастика

Традиционная

Нетрадиционная

Вводная: Ходьба, бег,
перестроение
Основная: КОРУ, игра б/п
Заключительная: ходьба, игры
м/п

Вводная:.....
Основная:....
Заключительная:.....

Нетрадиционность?



Своеобразность,
необычность, неизбитость

Словарь Синонимов



Не является традиционным;
связанно с отказом от
традиций.

Толковый словарь
Кузнецова

Нетрадиционность

(Современной педагогике)



Отход от классики, от традиций, от программ



Является традицией, обыденностью

Нетрадиционные формы проведения утренней гимнастики:

1. Сюжетная гимнастика: «На прогулке», «Мы в лес ходили», «Бабочки» и др.;
2. Игрового характера (из 3-4 подвижных игр);
3. С использованием элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов;



4. Оздоровительный бег;
5. С использованием полосы препятствий;
6. С использованием простейших тренажеров;
7. Игровой стретчинг;
8. Гимнастика на фитболах;
9. Степ – аэробика;
10. Гимнастика с элементами дыхательной ,
пальчиковой гимнастики и с упражнениями для
профилактики нарушения осанки.







СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!



Будьте здоровы!!!

