



НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ

**Составила: воспитатель
Ерешкина А. И.**

Утренняя гимнастика ежедневно:

**способствует более
быстрому вхождению в
работу**

**ускоряет вхождение
организма в
деятельность**

**повышая возбудимость
нервной системы**

**компенсирует до 5%
суточного объема
двигательной
деятельности детей**

**способствует развитию у
детей силы, ловкости,
координации движений,
подвижности в суставах**



В теплые дни (при температуре не ниже + 10 градусов) утренняя гимнастика проводится на открытом воздухе.



**обеспечивает их
полноценное физическое
развитие**

**сохраняет и укрепляет
здоровье детей**

НЕТРАДИЦИОННАЯ УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА

**формирует интерес к
занятиям физкультурой
и спортом**

**поддерживает
положительное
эмоциональное
состояние каждого
воспитанника**

Структура нетрадиционной формы утренней гимнастики

=

структура утренней гимнастики

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

(различные виды ходьбы, прыжков, бега);

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

(комплекс общеразвивающих упражнений);

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

(спокойная ходьба, дыхательные упражнения).



ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ:

сюжетные

игровые

комбинированные

ритмическая
гимнастика

оздоровительного бега
на полосе препятствий

с использованием
нетрадиционного
оборудования

круговых тренировок



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

