


Организация двигательной активности в утренний отрезок времени



Утренняя гимнастика

- ◆ Традиционная
- ◆ Игрового характера
- ◆ Полоса препятствия

Традиционная

- ◆ Непродолжительная ходьба разного вида, переходящая в бег.
 - ◆ Непрерывный бег в умеренном темпе
 - ◆ Разные построения
 - ◆ Упражнения общеразвивающего воздействия.
 - ◆ Бег
 - ◆ Подскоки на месте
 - ◆ Непродолжительная ходьба с дыхательными упражнениями.
- 

Утренняя гимнастика игрового характера



Физкультурное оборудование



Полоса препятствия



Физкультминутки

Цель – предупреждение утомления на занятиях, связанных с длительным сидением в однообразной форме, требующих умственной работоспособности детей.

Пальчиковая гимнастика

