

Черлидинг- инновационная форма
в системе внеурочной
воспитательной работы по
сохранению и укреплению
здоровья обучающихся, с пользой
для развития личности ребенка,
удовлетворения его
потребностей в движении.

- Это занятия под специально подобранную музыку с использованием разнообразного спортивного инвентаря, которые укрепляют мышцы ребенка, повышают способность ориентироваться в пространстве, развивают координацию и ловкость движений, чувство ритма, гибкость и пластичность, внимание и быстроту реакции.
- На занятиях используются следующие направления:

«Зверобика» - аэробика подражательного характера, развивает воображение и фантазию



«Лого – аэробика» - физические упражнения с одновременным произношением звуков и четверостишек; развивает координацию движений и речь ребенка



Упражнения на укрепление свода стопы, незаменимые для детей с развивающимся плоскостопием



Детская йога – благотворно влияет на психоэмоциональное состояние. Если ребенок неусидчив, гиперактивен, йога поможет научиться сдержанности.



Упражнения - на освоение навыков равновесия, развитие памяти, речи, мелкой моторики



Упражнения для развития вестибулярного аппарата



Упражнения на развитие психических качеств: внимания, памяти, воображения, умственных способностей



Аэробные упражнения



Выступление в праздничных концертах



Спасибо за внимание!
Желаем всем здоровье!