

МБДОУ «Головчинский детский сад комбинированного вида  
«Солнышко» Грайворонского района, Белгородской области.

# «Я выбираю спорт, как альтернативу пагубным привычкам»



Автор работы: Безматная Нина Сергеевна, воспитатель,  
48 лет, Белгородская область, Грайворонский район,  
село Головчино, улица Харьковская, дом 56 В.  
Наставник: Смородинова Виктория Артуровна  
старший воспитатель.

# Нет вредным привычка



«Я здоровье берегу,  
сам себе я помогу»

# Мы за здоровый образ жизни

**«Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.  
Чтоб здоровым и сильным быть, надо всем со  
спортом дружить»**



С целью содействия  
физическому  
гармоничному  
развитию детей в  
МБДОУ  
«Головчинский  
детский сад  
комбинированного  
вида «Солнышко»  
был проведен  
«День силовой  
атлетики»



Силовая атлетика позволяет ребенку развивать силу, скоростно-силовые качества, выносливость, что делает ребенка подготовленным и активным.

Главной целью физического воспитания в дошкольном учреждении является удовлетворение естественной, биологической потребности в других разнообразных формах физкультурно-оздоровительной работы.



Утренняя зарядка дала положительный настрой воспитанников детского сада на весь день. С самого утра ребята показывали своим воспитателям, а также другим воспитанникам детского сада свои умения.



# Заходите на часок в спортивный уголок

Я расту достойной сменой  
Всем известнейшим  
спортсменам  
Я вынослив и силён  
Мой ответ, всегда здоров.



Наши воспитанники, Озеров Саша и Шаунов Мирослав, посещают секцию ДЗЮДО, тем самым показывая пример своим сверстникам.

Силачом я стать решил

К силачу я поспешил

Расскажите вот о чем,

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

-Очень просто.

-Много лет,

-Ежедневно, встав с постели,

-Поднимаю я гантели.



Будь спортивным и здоровым!  
Спортивным быть теперь вновь модно!  
Со спортом много ты поймёшь:  
Спорт – и здоровье без таблеток,  
Спорт – и веселье без забот.  
С друзьями спортом заниматься,  
Поверь, реально круглый год!



# Тренируя мышцы рук мы сильнее всех вокруг



Дети с большим удовольствием и интересом пробовали свои силы в необычных новых упражнениях в измерении силы рук, перетягивания канатов, отжимании. Такие мероприятия помогают развивать у детей физические качества: силу, гибкость, выносливость, быстроту и ловкость. Занимаясь в соревновательной форме, дети сами почувствовали, что их организм нуждается в физической подготовке. Ребята получили массу положительных эмоций.



Всегда полезно спортом заниматься,  
Беречь здоровье, правильно питаться.  
Ходить в бассейн не просто покупаться,  
А закалятся и оздоровятся.  
С утра пробежку делать непременно  
С гантелями в руках одновременно,  
Ведь это помогает несомненно,  
Будь крепким, сильным мега современным.

