

МЫ НА ФИЗКУЛЬТУРЕ!

Инструктор по физической культуре:
Часовских Н.В.

Цель физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ:
сохранение и укрепление физического и психического
здоровья детей, совершенствование их физического
развития, приобщение их к здоровому образу жизни.



Раз – два! По порядку! Выходите на зарядку!



Со спортом нужно подружиться.
Всем тем, кто с ним еще не дружен.
Поможет вам он всем взбодриться.
Он для здоровья очень нужен.



Лазанье под жгутом,
индивидуальная работа на
тренажёрах.



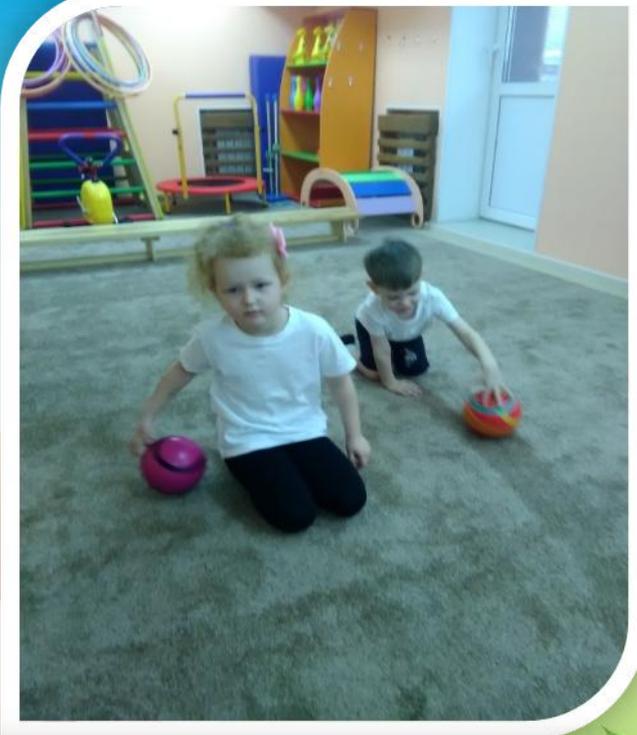
Упражнения на меткость с
кольцами, с мячом.



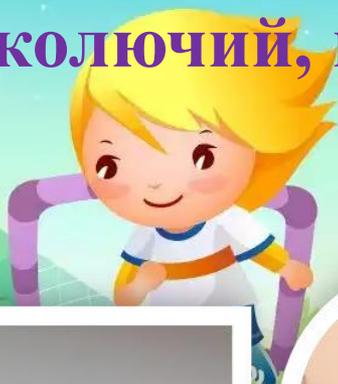


Обруч, кубики помогут
Гибкость нам развить немного
Будем чаще наклоняться
Приседать и нагибаться.

Станем прямо, ноги шире.
Мяч поднимем-три-четыре!



«Игровой самомассаж»:
-Гладь мои ладошки ёж!
Ты колючий, ну и что ж!

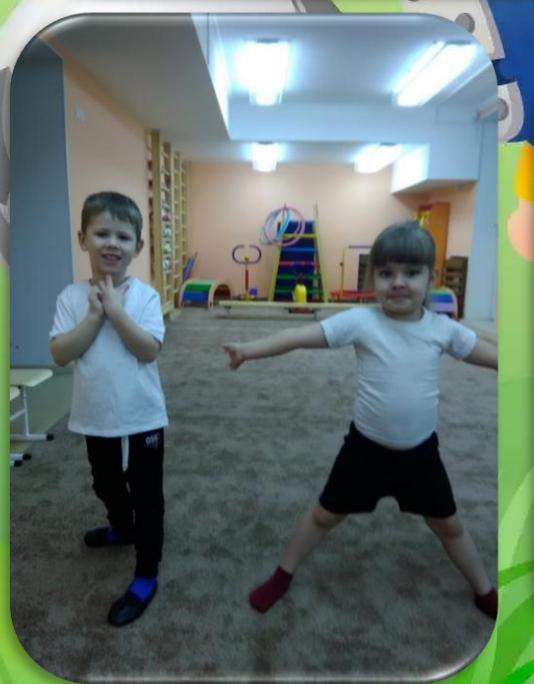


«Игровой самомассаж»:
-Гладь мои ладошки ёж!
Ты колючий, ну и что ж!





Поиграть скорей хочу,
И друзей своих зову!
Подвижная игра:
«Кот и мыши»



Подвижная игра:
«Фигура»

**Спорт, ребята, очень нужен!
Мы со спортом крепко дружим!
Спорт - помощник, спорт - здоровье,
Спорт - игра, физкульт-УРА!!**



Спасибо за внимание!

