

A decorative border surrounds the text, featuring various sports equipment icons such as a basketball, tennis racket, soccer ball, badminton racket, volleyball, football, table tennis paddle, and ping pong ball, all set against a light blue background with white floral patterns.

# Физкультурные

## МИНУТКИ

Для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей дошкольного возраста необходим особый двигательный режим, отличающийся разнообразием форм физического воспитания. Одной из таких форм являются физкультурные минутки.

Физкультурные минутки – проводятся с целью снижения утомления и снятия статического напряжения. Длительность составляет 2-3 минуты. Физкультминутки провожу в форме упражнений общеразвивающего воздействия (движения головы, рук, туловища, ног), подвижной игры, танцевальных движений и игровых упражнений. Физкультминутка часто сопровождается текстровкой, связанной или не связанной с содержанием деятельности.