Нетрадиционные формы проведения утренней гимнастики

Составила: воспитатель
Ерешкина А. И.

Утренняя гимнастика ежедневно:

способствует более быстрому вхождению в работу

ускоряет вхождение организма в деятельность

повышая возбудимость нервной системы

компенсирует до 5% суточного объема двигательной деятельности детей

способствует развитию у детей силы, ловкости, координации движений, подвижности в суставах

В теплые дни *(при температуре не ниже + 10 градусов)* **утренняя гимнастика проводится на открытом воздухе.**

обеспечивает их полноценное физическое развитие

сохраняет и укрепляет здоровье детей

Нетрадиционная утренняя гимнастика

формирует интерес к занятиям физкультурой и спортом

поддерживает положительное эмоциональное состояние каждого воспитанника

Структура нетрадиционной формы утренней гимнастики

=

структура утренней гимнастики

вводная часть
(*различные виды ходьбы, прыжков, бега*);

основная часть
(*комплекс общеразвивающих упражнений*);

заключительная часть
(спокойная ходьба, дыхательные упражнения).

Формы проведения:

- сюжетные
- игровые
- комбинированные
- ритмическая гимнастика
- оздоровительного бега на полосе препятствий
- с использованием нетрадиционного оборудования
- круговых тренировок

Спасибо за внимание!