

муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №9 «Теремок» комбинированного вида

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ПРАКТИКО - ОРИЕНТИРОВАННЫЙ СЕМИНАР

Моноблок дополнительных образовательных услуг

Подготовил:
инструктор по физической культуре
1 квалификационной категории
Дороничева М.С.

Задачи:

- способствовать сохранению и укреплению здоровья;
- способствовать всестороннему гармоничному развитию ребенка;
- формировать устойчивый интерес к двигательной активности;
- способствовать овладению разнообразными двигательными умениями и навыками;
- развивать и совершенствовать физические качества;
- приобщать к подвижным играм различной интенсивности;
- повышать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды;
- развивать сознательность, инициативу, творчество;
- поддержка инициативы в различных видах деятельности.

-Здравствуйте, уважаемые коллеги! Рада приветствовать Вас в нашем спортивном зале. Сегодня вашему вниманию будут представлены вариативные формы организации физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом индивидуальных возможностей и потребностей дошкольника.

В нашем детском саду для детей организованы дополнительные образовательные услуги физкультурно-оздоровительной направленности: ритмическая гимнастика «Диско», фитнес-танс, силовая гимнастика.

Первым будет представлен фрагмент занятия ритмической гимнастикой. Ею занимаются дети с ограниченными возможностями здоровья (имеющими тяжелые нарушения речи). И это не случайно. В той или иной степени эти дети имеют проблемы в двигательной сфере. В группе 10 человек, занятия проводятся 1 раз в неделю.

Цель, которую я ставлю перед собой, это научить воспитанников разнообразным двигательным умениям и навыкам, развитие координационных способностей, пространственной ориентации, чувства ритма, развитие внимания, воли, памяти.

Дети заходят в зал.

Ритмический танец «Кремена».

Сейчас Вам будет представлен фрагмент занятия силовой гимнастикой. Занятия организованы для мальчиков старшего дошкольного возраста 1 раз в неделю. Занятия строятся с учетом интересов мальчиков, и, конечно же, учитывается состояние их здоровья. Формой проведения силовой гимнастики является занятие с использованием простейших тренажеров (гантели, гимнастические палки, гимнастические стенки, модульное оборудование), а также спортивные комплексы.

Дети заходят в зал.

Построение в шеренгу.

Разминка (разновидности ходьбы, бега, упражнения для укрепления свода стопы).

Круговая тренировка:

- подъем по гимнастической стенке по диагонали;
- подтягивание по гимнастической скамейке на животе с помощью рук;
- прыжки через гимнастическую скамейку на двух ногах с опорой на руки;
- «пресс» (подъем ног из положения лежа на спине с касанием перекладины гимнастической стенки).

Дыхательные упражнения.

Упражнения на силовых тренажерах.

Упражнения на релаксацию.

Сейчас вашему вниманию будет представлен фрагмент занятия кружка «Фитнес-данс». Здесь занимаются девочки средней группы, группа первого года обучения. Программа рассчитана на 3 года обучения. На занятиях используются разнообразные пособия, такие как: фитболы, гимнастические палки, мячи разных диаметров, обручи, степ-платформы. Занятия проходят под музыкальное сопровождение.

Дети заходят в зал.

Комплекс упражнений на степ-платформах.

Благодарю за внимание!