

Тройной национальный прыжок



Прыжки с места



Можно использовать различные прыжки с заданиями

В ИЖЕМСКОМ РАЙОНЕ АКТИВНО ПРОВОДЯТ СПОРТИВНО-МАССОВУЮ РАБОТУ ПО НАЦИОНАЛЬНЫМ ВИДАМ СПОРТА СЕВЕРНОГО МНОГОБОРЬЯ.

ЕЖЕГОДНО ПРОВОДИТСЯ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ «ИЗЬВАСА ВЕРМӨМЪЯС». ЗНАКОМСТВО С НАЦИОНАЛЬНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА НАЧИНАЕТСЯ С НАЧАЛЬНОГО ЗВЕНА ШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ - 7- 8 ЛЕТ.

ПРОГРАММОЙ «МИ – ИЗЬВАСА ДЗОЛЮКЪЯС» МЫ ЗНАКОМИМ ДЕТЕЙ УЖЕ С ВОЗРАСТА 4-Х ЛЕТ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ГАРМОНИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ, ВОСПИТАНИЕ МОРАЛЬНО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ И СТОЙКОГО ИНТЕРЕСА ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ К САМОБЫТНО-ТРАДИЦИОННЫМ НАЦИОНАЛЬНЫМ ВИДАМ СПОРТА РЕСПУБЛИКИ КОМИ. НАЧИНАЯ ПРИОБЩАТЬ ДЕТЕЙ К НАЦИОНАЛЬНЫМ ВИДАМ СПОРТА В ДЕТСКОМ САДУ МЫ ЗАКЛАДЫВАЕМ ОСНОВУ И ИНТЕРЕС ДЛЯ ПРОДОЛЖЕНИЯ РАБОТЫ В ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.

МБДОУ «Детский сад№2» с.Ижма

Адрес организации
Россия, Республика Коми,
С.Ижма, ул.Чупрова, 76 А
Телефон: 8(82140)98240

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2» с.Ижма

Национальные виды спорта в детском саду

Северное многоборье – технически сложный вид спорта состоящий из 5 видов:

- метание аркана,
- метание топора на дальность,
- бег с палкой по пересеченной местности,
- тройной национальный прыжок с одновременным отталкиванием двумя ногами,
- прыжки через нарты

Подготовил: инструктор по физической культуре
Ветошкина А.Е.

Ижма 2018

Метание аркана

Аркан заменяем обручем



Метание топора на дальность

Топор заменяем шишками



Можно использовать мячи

Бег с палкой по пересеченной местности



Используем бег с изменением направления



Различные эстафеты с передачей эстафетной палочки

Прыжки через нарты



