

Нетрадиционные формы проведения физкультурного занятия.

Инструктор по ФК: Егозарьянц В.М.

Для ребёнка играть так же естественно, как дышать. Игра обучает, развивает, поднимает настроение, а подвижные игры - укрепляют здоровье и формируют тело.

Поэтому полезно проводить физкультурное занятие, построенное на подвижных играх, в игровой форме. Занятие включает в себя игры с бегом, прыжками, метанием, лазанием, игры малой подвижности.

Игры с бегом развивают у детей быстроту движений, скорость, ловкость, умение бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга, развивают ориентировку в пространстве.



«Колонна-шеренга.»



«Чьё звено скорее соберётся?»

Игры с прыжками развивают прыгучесть, ловкость, внимание, умение прыгать разными способами, укрепляют мышцы ног.



«Удочка»



«Волк во рву»

Игры с метанием развивают глазомер, ловкость, точность броска, умение действовать по сигналу.



«Ловишка с мячом»



«Мяч через сетку»

Игры с лазанием благоприятно влияют на осанку, развивают смелость, уверенность, ловкость, быстроту.



«Перелёт птиц»



«Жуки»

Игры малой подвижности снимают напряжение, усталость, развивают у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу.



«Котята»



«Угадай, кто позвал?»



«Шалтай-Болтай»