

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ВЕРХ - ИСЕТСКОГО РАЙОНАМУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА № 486

«Неделя фитнеса »

Выполнили:

Воспитатели : Вострова А.В.

Сидорова Г.Н.

Учитель-дефектолог: Лысякова Ю.А.

Фитнес — один из самых молодых видов физкультурно-спортивной деятельности взрослых и детей, быстро завоевавший популярность во всем мире.

Понедельник: Прыжки с обручем



Вторник: Занятия на гимнастическом коврикe



Каждый спортивный день данной недели способствовал физическому развитию детей, укреплению здоровья, расширению представлений детей о здоровом образе жизни. Среда:

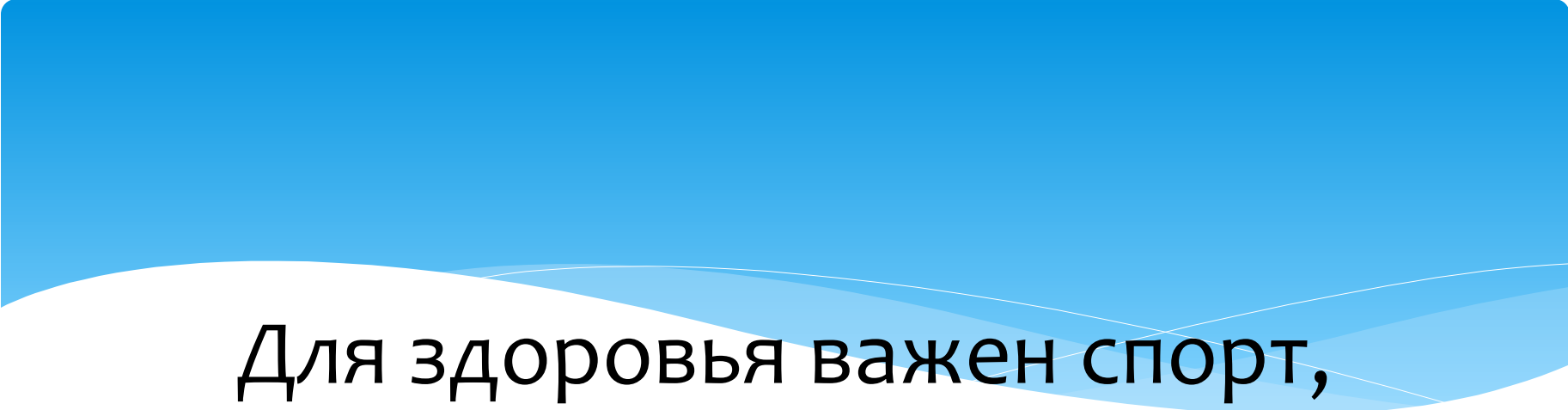


«Можно многого в жизни добиться, если с детства со
спортом сдружиться»
Четверг: Прыжки



Детский фитнес – отличный способ разносторонне развивать ребенка, укреплять его здоровье и физическое развитие. Регулярные занятия помогают укрепить иммунитет, улучшить работу сердечно-сосудистой системы, повысить выносливость, гибкость и координацию движений. Кроме того, фитнес способствует развитию навыков самоконтроля, умения работать в команде и повышает самооценку.





Для здоровья важен спорт,
Чтоб болезням дать отпор.
Нужно спортом заниматься,
И здоровым оставаться!