

# AKTUALNOŚCI

26.05.2021 10:03

## Treść

Zajęcia gimnastyczne z dziećmi w wieku przedszkolnym stanowią bardzo ważny element edukacji fizycznej, pozwalają one na zachowanie prawidłowej postawy oraz wzmacniają odporność fizyczną dzieci. Poprzez zabawy i ćwiczenia ruchowe, dzieci pokonują trudności dzięki czemu wzmacniają wiarę we własne możliwości. Uczestnictwo w programie Zdrowo i Sportowo jest doskonałą formą mobilizacji do cotygodniowych zajęć gimnastycznych. Szeroki wachlarz gier i zabaw ruchowych dostosowanych do wieku dziecka, a także prostota i przystępność tych form ruchu umożliwia dzieciom przyjemne spędzenie czasu i pozwala na rozwój wzajemnych kontaktów rówieśniczych.

Zabawy ruchowe i gimnastyczne dla przedszkolaków, poza dobrą zabawą, mają na celu pozytywne wpływanie na rozwój ruchowy i motoryczny dziecka. Upraszczając teorię:

- rozwój fizyczny dotyczy zmian w budowie – rozrostu kości, mięśni, zmiany wagi i wzrostu;
- rozwój motoryczny dotyczy kompetencji związanych z ruchem.

Gimnastyka w wieku przedszkolnym ma ogromną rolę, kształtuje bowiem wszystkie sprawności niezbędne w dalszym etapie kształcenia, w tym tak ważną sprawność manualną.

Przemyślane i odpowiednio przeprowadzone zajęcia gimnastyczne są ważnym środkiem oddziaływania zdrowotnego i wychowawczego.

Dlatego w naszym Przedszkolu zajęcia gimnastyczne dla dzieci odbywają się raz w tygodniu. Poprzez gry i zabawy ruchowe, a także typowe ćwiczenia korekcyjne dzieci przyswajają prawidłowe nawyki zdrowotne oraz dobrze się bawią. Oczywiście oprócz zajęć gimnastycznych prowadzone są także codzienne:

- *zabawy i ćwiczenia poranne;*
- *zabawy ruchowe z całą grupą (organizowane np. przed obiadem, po obiedzie, lub w czasie zabaw dowolnych),*
- *zabawy muzyczno - ruchowe w kole oraz ze śpiewem;*
- *zabawy organizowane i dowolne na placu przedszkolnym;*
- *zabawy i konkursy organizowane podczas wielu przedszkolnych imprez.*

*Jolanta Pach, Ewelina Dudzik*

[CERTYFIKAT.pdf](#)

[\[GALERIA\]](#)