

Фотоотчёт об обучении детей
средней и старшей группы ходьбе на лыжах

Подготовила инструктор по физической культуре
СП «Детский сад №29»
Силкина Светлана Анатольевна

Ходьба на лыжах – один из самых привлекательных, доступных и эффективных зимних видов спорта.

Ходьба на лыжах положительно влияет на формирование свода стопы, а также оказывают благоприятное влияние и на формирование осанки.

Цель: формирование у воспитанников умений и навыков по начальной лыжной подготовке, представлений о лыжных видах спорта.

Прежде чем начать **обучение** воспитатели познакомили **детей** с зимним видом спорта - **ходьбой на лыжах**. Воспитателями были проведены беседы, просмотр видео, мультфильмов. На физкультурных занятиях мы закрепляли полученные знания на практике.



Ходьба на лыжах без палок является **подготовительным упражнением**, а также используется для развития равновесия и ритма. При ходьбе на лыжах без палок легче сосредоточить внимание на положении ног, сохранить равновесие, координировать движение рук и ног.



Задачами основной части занятия является **обучение детей** элементам техники передвижения на лыжах, совершенствование её, развитие ловкости, решительности, смелости.



В **старшей** группе более совершенствуется навык скользящего шага.

В **старшей** группе совершенствуется умение **детей** делать повороты на лыжах. Повороты выполняются на месте переступанием вокруг носков и задников лыж вправо и влево.



Для более интересного и увлекательного занятия были закуплены пластиковые лыжи. Дети быстро освоили, как надевать лыжи, расправлять их крепления, держать равновесие, выполнять несложные шаги. Перед занятием дети с удовольствием сами берут инвентарь и убирают его на место.

Все фотоматериалы были использованы с разрешения родителей (законных представителей).