

Март 2016г.

Продолжает работу лыжная секция с детьми старших групп под руководством воспитателя Власовой Елены Юрьевны. Содержание работы лыжной секции направлено на формирование у старших дошкольников осознанной потребности к систематическим занятиям лыжным спортом.

В процессе формирования двигательного навыка владения лыжами, для выработки чувства лыж, чувства снега, овладения специфическими для лыжника равновесием и координацией движений дети научились выполнять следующие упражнения: перенос веса тела с одной ноги на другую, не отрывая лыжи от опоры; стоя на двух лыжах, опускаться в полу- присед и затем подниматься; прыжки на месте с ноги на ногу; прыжки-подскоки на месте на двух лыжах; поворот переступанием на месте вокруг пяток лыж и вокруг носков лыж; приставные шаги в сторону.

На следующем этапе приступили к изучению ступающего и скользящего шагов как по накатанной лыжне, так и по целине с неглубоким снежным покровом, по небольшим снежным склонам, обходя кусты, деревья и другие ориентиры.

Обучение детей ходьбе на лыжах в лыжной секции проходит в игровой форме с использованием разнообразных форм работы: физические упражнения, спортивные игры, игры с элементами соревнования, игры – эстафеты. Особенно нравятся нашим юным лыжникам свободное катание и лыжные прогулки на территории детского сада.

В настоящее время в лыжной секции идет подготовка детей к проведению лыжного марафона.









