

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 2

Воспитатель
Спиридонова
Валентина
Александровна

2016 год

Фитбол – гимнастика.

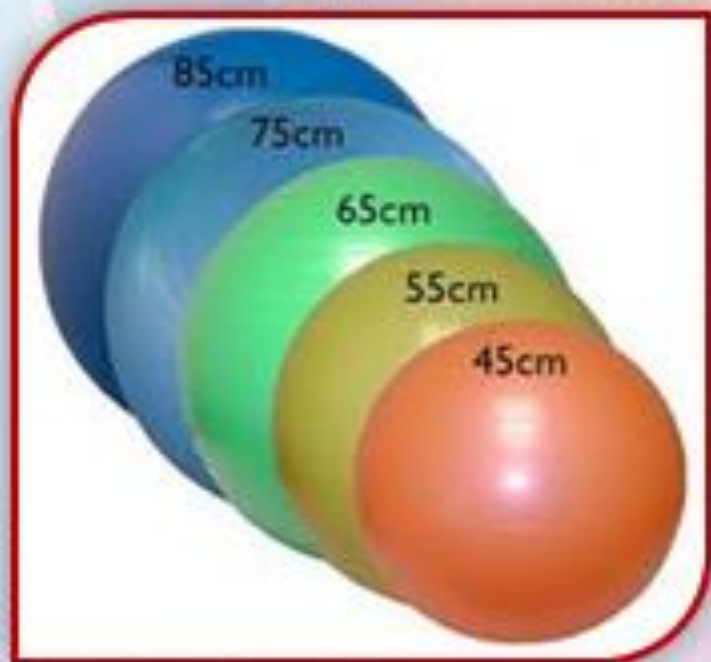
**Вместе играем –
спину выпрямляем!**



Фитбол-гимнастика – средство в борьбе с нарушением осанки



Форма и размер фитбола



Упражнения выполняются в различных исходных положениях



Достоинство фитбола – вибрационный эффект



**Серия игр
с использованием фитбола**

«Волшебный мяч»

«Озорной веселый мячик»



«Самолеты»



«Ручки ходят»



«Силачи»



«Зима»



«Большой мост»



«Кто-то в гости к нам пришел»



Спасибо за внимание!