

Виртуальный тренер



детский сад
Дет Спорт

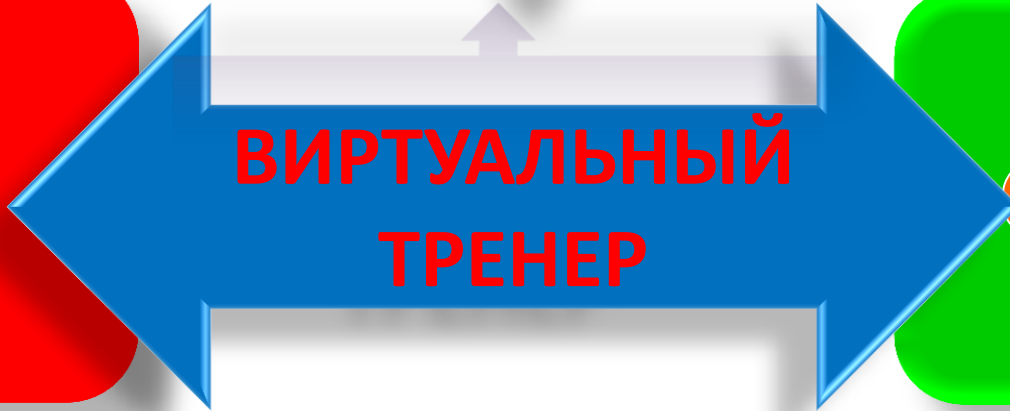


«Быстрее, Выше, Веселее!»

ИОМ



ДОУ



ВИРТУАЛЬНЫЙ
ТРЕНЕР



СЕМЬЯ

Личный тренер

Первые шаги к
ГТО

Спортивный
выходной



Показатель развития	Рекомендации
«Мои движения» метание, лазание)	Владеет основными видами движений (ходьба, бег, прыжки,

Прыжки вверх из глубокого приседа с высоты, с места и с разбега на мягкое покрытие.



Прыжки через скакалку разными способами.



Бегает с высоким подниманием колен



Лазание с изменением темпа (по гимнастической стенке)

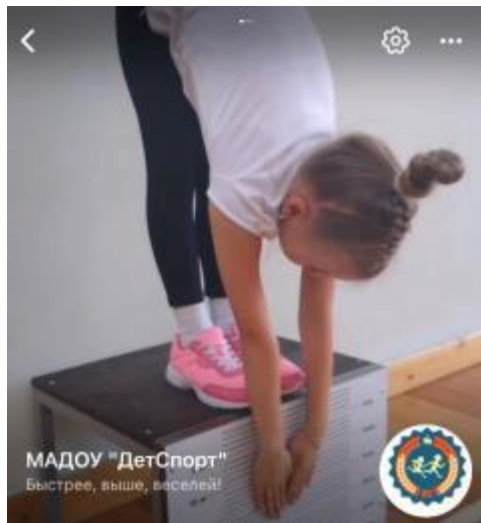


Метание мяча на дальность в разной технике





Первые шаги к ГТО





ПЕРВЫЕ ШАГИ К ГТО



Видеокурс «Первые шаги к ГТО»

Видеокурс - сборник физических упражнений, направленных на формирование готовности старших дошкольников к сдаче норм ГТО.

Данный курс адресован инструкторам по физическому воспитанию ДОО для организации деятельности с детьми старшего дошкольного возраста в процессе подготовки к сдаче норм ГТО, может быть рекомендован родителям.

Физические упражнения, представленные в данном видеокурсе, подходят как мальчикам, так и девочкам 6-8 лет.

Содержание видеокурса

Физические упражнения на развитие быстроты;

Физические упражнения на развитие ловкости;

Физические упражнения на развитие силовых способностей;

Физические упражнения на развитие гибкости;

Физические упражнения на развитие выносливости.



- Индивидуальный подход
- Результативность
- Простота, удобство и комфорт
- Повышение родительской активности
- Трансформируемость