

Zajęcia ruchowe w przedszkolu

W naszym przedszkolu dbamy o prawidłowe kształtowanie postawy ciała dziecka i zapewniamy podstawowe i niezbędne warunki do zaspokojenia potrzeb ruchowych dzieci z jednoczesnym, dogłębnym realizowaniem zadań programowych w zakresie wychowania fizycznego.

Propagowanie zdrowego stylu życia i rozwijanie sprawności ruchowej oraz podnoszenie wydolności organizmu realizujemy poprzez udział w ćwiczeniach porannych, ćwiczeniach gimnastycznych, spacerach, wycieczkach, grach i zabawach ruchowych. Gry i zabawy są akceptowaną przez dzieci i atrakcyjną formą działania, gdyż charakteryzują się dużą różnorodnością, prostotą ruchów, dają swobodę. Dzieci mają możliwość wyboru rozwiązań i sprawdzenia się z rówieśnikami. Zabawy ruchowe są oparte na prostych formach ruchów motorycznych, takich jak: chód, bieg, skok, czworakowanie, pełzanie, rzucanie i są oparte na rywalizacji indywidualnej. Gry ruchowe są natomiast wyższą formą zabaw, w której udział biorą drużyny rywalizujące ze sobą o zwycięstwo.

Poprzez szereg proponowanych ćwiczeń i zabaw ruchowych staramy się zaspokoić duże potrzeby ruchowe dzieci, rozwijamy ich sprawność użytkową i ruchową, a ruchy dzieci stają się bardziej skoordynowane, harmonijne i szybsze.

Aneta Muchowicz, Monika Komisarek