

<http://przedszkole3.staszow.pl/moje-zdrowie-moja-sila-moja-wielka-moc-gimnastyka.html>

Zajęcia gimnastyczne z dziećmi w wieku przedszkolnym stanowią bardzo ważny element edukacji fizycznej, pozwalają one na zachowanie prawidłowej postawy oraz wzmacniają odporność fizyczną dzieci. Poprzez zabawy i ćwiczenia ruchowe, dzieci pokonują trudności dzięki czemu wzmacniają wiarę we własne możliwości. Szeroki wachlarz gier i zabaw ruchowych, oraz ćwiczeń korekcyjnych, dostosowanych do wieku dziecka, a także prostota i przystępność tych form ruchu umożliwia dzieciom przyjemne spędzenie czasu i pozwala na rozwój wzajemnych kontaktów rówieśniczych. Przemyślane i odpowiednio przeprowadzone zajęcia gimnastyczne są ważnym środkiem oddziaływania zdrowotnego i wychowawczego. Dlatego w naszym Przedszkolu zajęcia gimnastyczne dla dzieci w każdej grupie odbywają się systematycznie. Poprzez gry i zabawy ruchowe, a także typowe ćwiczenia korekcyjne dzieci przyswajają prawidłowe nawyki zdrowotne oraz dobrze się bawią.

Katarzyna Niziałek