

Здравствуйте, уважаемые родители!

Первый слайд (читать со слайда)

Вашему вниманию небольшая презентация о наших ступеньках здоровья, степ – платформ, которые очень нравятся детям.

Второй слайд

А в чём же преимущества степ – аэробики, скажите вы?

Во - первых, детям нравится всё новое и интересное, а степ – это не коврик, на котором каждый день делают зарядку.

Третий слайд

Во - вторых, занимаясь на степах, дети тренируют свой вестибулярный аппарат в игровой форме незаметно для себя. А результат - устойчивое равновесие на малой площади опоры.

Четвёртый слайд

Степ – аэробика для детей – это целый комплекс упражнений различных по темпу и интенсивности, во время выполнения которых идёт работа всех мышц и суставов.

Пятый слайд

Особенностью степ – аэробики является использование специальной степ – платформы, которая позволяет выполнять различные шаги.

Шестой слайд

Степ в переводе с английского языка означает шаг. Это нестандартное оборудование способствует формированию осанки, косно - мышечного корсета, развитию координации движений и дыхательной системы.

Седьмой слайд (читать со слайда)

Дети учатся умению ритмически согласованно выполнять простые движения, которые выполняются легко и длительное время не вызывают утомления.

Восьмой слайд

Занятия степ - аэробикой интересны как девочкам, так и мальчикам. И мы вам сейчас с ребятами это покажем.

Девятый слайд

Степ – аэробика способна вырабатывать у человека выносливость и оказывает оздоровительный эффект на весь организм.

Десятый слайд

А сейчас небольшой видеофрагмент наших физкультурных занятий с детьми старшей группы с использованием степ – платформ, которые доставляют детям большое удовольствие.

Одиннадцатый слайд

Занятия степ – аэробикой всегда сопровождаются бодрой, ритмичной музыкой, которая создаёт у детей хорошее настроение.

Двенадцатый слайд

Спасибо за внимание! Берегите своё здоровье и здоровье ваших детей!

А сейчас мы с ребятами вам покажем наш весёлый танец с использованием степ – платформы «Зелёный лягушонок»