Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 2

Фитбол-гимнастика

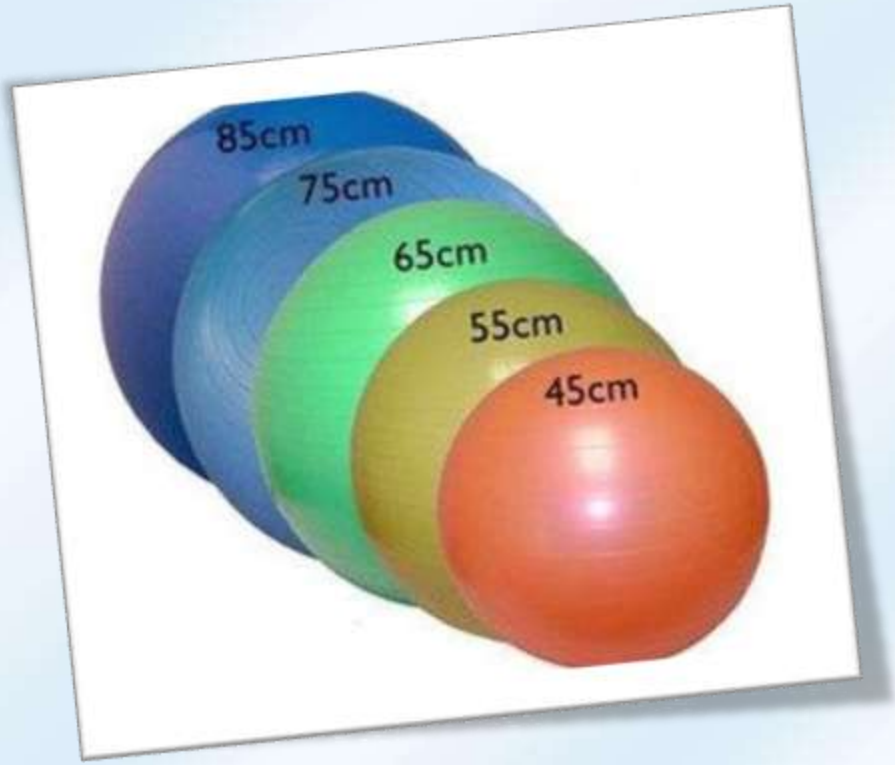
«Вместе играем – спину выпрямляем»

Подготовил
воспитатель МДОУ № 2
Спиридонова В.А.

2018 год

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!