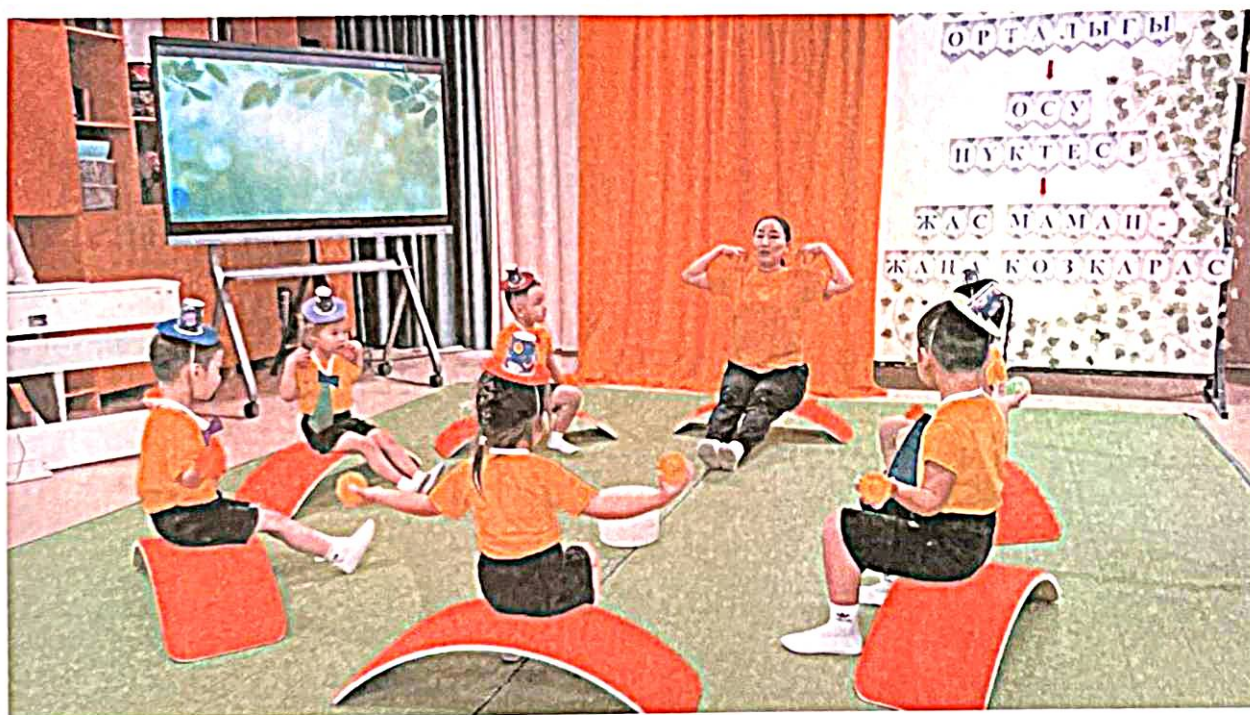


«Күншуақ» бөбекжай – бақшасы» МКҚК

Тақырыбы: «Балансборд – қуат алу миссиясы»



Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Гүлнәр Дүйсенғалиқызы

Қараша 2025 жыл

Тақырыбы: «Балансборд – қуат алу миссиясы».

Мақсаты: балалардың денсаулығын нығайтып, қозғалыс мәдениетін қалыптастыратын тиімді құрал. Ол тепе-теңдікті сақтауға, зейінді шоғырландыруға және өз денесін сезінуге үйретеді. Осындай заманауи жаттығу түрлері арқылы балалардың белсенді өмір салтына қызығушылығы артады.

Балансборд — бұл тепе-теңдікті үйрететін ойын құрал. Балалар тақтайдың үстіне тұрып, құламай тепе-теңдікті сақтауға тырысады.

Бұл ойын:

- денені ширатады,
- тепе-теңдікті дамытады,
- көңілді әрі пайдалы жаттығу болады.

Балансборд – балалардың тепе-теңдік сезімін, қимыл-қозғалыс координациясын және дене бұлшықеттерін дамытуға арналған заманауи жаттығу құралы.

Бұл құрал арқылы балалар ойын түрінде денесін шынықтырып, ептілік пен шапшаңдықты дамытады.

Балансбордпен жаттығу жасау – қызықты әрі пайдалы іс.

