**«Заглянем в физкультурный зал».**

8 февраля мы заглянули на физкультурные занятия, где занимались воспитанники старших групп.

Инструктором по физической культуре, Прокудиной Анжелой Маратовной во время занятия был активно использован спортивный инвентарь, благодаря которому занятие для детей прошло весело и интересно.

В занятии использовались: малые ориентиры для выполнения различных упражнений «змейкой», например, прыжки на двух ногах, на одной, бег, ходьба и т.д.

В основных развивающих упражнениях были использованы гимнастические палки, благодаря которым дети тренировали мышцы спины, а в следующей части занятия использовались «воздушные подушки», для тренировки равновесия, помимо развития равновесия, с помощью этих «подушек» происходил одновременный массаж стопы за счет маленьких выпуклых кочек на поверхности.

Благодаря проведению занятий с привлечением спортивного инвентаря на разные группы мышц, занятия получаются развивающими многие группы мышц, увлекательными и веселыми.

