

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №78»
мкр. Царский, д.14, г.Чита
тел.44-16-36

**Организация физкультурно-оздоровительной
работы с дошкольниками
«Маленький дом большого здоровья»**



**Инструктор по физической
культуре Смышляева С.Е.**

**г.Чита
2019 г.**

Физкультурно-оздоровительная среда в физкультурном зале



Здоровье с утра !

Утренняя гимнастика в нашем детском саду имеет большое оздоровительное значение и является обязательной частью распорядка дня.

Игровой самомассаж и элементы суставной гимнастики (используемые в комплексах) защищают организм от простудных заболеваний, повышают деятельность головного мозга, улучшают кровообращение, доставляют радость и хорошее настроение.



Физкультурные занятия

Много нового и интересного узнают ребята на занятиях по физкультуре. Они «отправляются» в увлекательные путешествия, учатся помогать друг другу, вместе преодолевать препятствия, радоваться успехам товарищей.



Прогулки.



Чтобы вырасти здоровыми, дети должны проводить на свежем воздухе как можно больше времени. Увлекательно и интересно проходят подвижные игры на прогулке. У детей развивается ловкость, быстрота, сила и выносливость, умение проявлять активность и самостоятельность.



Бассейн

Занятия в бассейне закаливают организм и улучшает иммунитет, развивают все физические качества. Умение плавать всегда пригодиться в жизни





Гимнастика пробуждения после дневного сна отличается от традиционной зарядки. Её новизна заключается в более естественном переходе от сна к бодрствованию. Сначала дети выполняют упражнения лежа в кроватках, потом сидя и стоя.

Интересный сюжет, красивая негромкая музыка уводят детей в мир сказок, положительно влияют на развитие речи и восприятие окружающего мира.



Закаливание. Чтобы дети меньше болели в зимний период, необходимо начинать закаляться в летний период: обливаться, принимать воздушные ванны, ходить босиком



Спортивные праздники в детском

саду – окно в волнующий мир спорта, поэзии увлекательных игр и затей. Праздники являются своеобразной школой чувств ребенка, в которой он учиться радоваться, восторгаться, удивляться. Без праздника невозможно представить себе счастливого детства.



Спортивные соревнования в

детском саду – Без соревнований не будет результатов. Дети готовятся к соревнованиям не только в саду, но и дома, а когда получают за высокий результат награду, они не останавливаются на этом, а стремятся «покорить вершины» в других видах спорта.



Профилактика и коррекция плоскостопия



Массаж стоп используя
массажных мячей



Игровой самомассаж стоп



Собирание предметов пальцами ног



Рисование пальцами ног



Ходьба по массажным дорожкам



Работа пальцами ног

Мы растем здоровыми!



**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**

