

МАДОУ «Детский сад №111 «Дашенька»

Здоровьесберегающая деятельность в средней группе

Выполнил:
воспитатель Кокорина Е.А.

Модель организации оздоровительной работы



Утренняя гимнастика вовлекает весь организм ребенка в деятельное состояние, углубляет дыхание, усиливает кровообращение, содействует обмену веществ, поднимает эмоциональный тонус, воспитывает внимание, целеустремленность, вызывает положительные эмоции и радостные ощущения



Физкультурные занятия направлены на укрепление здоровья, совершенствование физического здоровья, положительное воздействие на жизненно важные функции организма, повышение двигательной активности и т.д.



Гимнастика после дневного сна.

После дневного сна важно поднять настроение и мышечный тонус у каждого ребенка, а также позаботиться о профилактике нарушений осанки и стопы.



Так же внимание уделяется внимание проведению закаливающих процедур, которые особенно влияют на укрепление здоровья и снижение заболеваемости.



Подвижные игры служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитание физических качеств.



Самостоятельная двигательная деятельность.

Помимо организованной деятельности по физической культуре в режиме дня детей дошкольного возраста значительное место занимает самостоятельная двигательная деятельность.



Дыхательная гимнастика положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, улучшает функцию бронхов и является профилактикой многих заболеваний.



В ходе проводимой оздоровительной работы с детьми, повышается уровень физического, психического и социального здоровья детей. Использование разнообразных форм организации работы помогает добиваться наилучших результатов.

Спасибо за внимание!!!
Будьте здоровы!!!