

**Средняя группа № 10  
МАДОУ «ДС КВ №16» г.Усинска  
Воспитатель:  
Татьяна Александровна Коптенко**



**Закаливание  
детей дошкольного  
возраста  
нетрадиционными  
способами**

***Закаливание*** – комплекс мероприятий, направленных на тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию факторов внешней среды

# Правила:

- ❖ Учет индивидуальных особенностей ребенка и состояние его здоровья
- ❖ Систематичность и последовательность
- ❖ Опора на положительные эмоции у ребенка при закаливании

# Цель:

Укрепления здоровья и  
своевременная коррекция  
имеющихся нарушений в  
физическом развитии ребенка

# Задачи:

1. Создать максимально благоприятные условия для физического развития личности



НИ ДНЯ БЕЗ СПОРТА

ДОСТУПНОСТЬ



06/12/2013 02:02



06/12/2013 02:12





Игры на городском  
стадионе очень любят  
дети



11/09/2013 03:06



11/09/2013 03:01

## 2. Помочь каждому ребенку осознать значение физических упражнений в закаливании и оздоровлении своего организма





11/09/2013 03:36

### 3. Воспитать в детях потребность в здоровом образе жизни





01/10/2013 07:17



01/10/2013 07:17





22/10/2013 07:11



22/10/2013 07:06



22/10/2013 07:08



25/10/2013 03:08



25/10/2013 03:07

# Точечный массаж

# Введение:

- 1) Перед проведением точечного массажа необходимо подготовить пальцы и кисти рук, сосредоточить на них внимание
- 2) Пальцами левой руки обхватить левое плечо и тоже самое правой рукой. Круговые движения назад, вперед (3 – 4 раза)
- 3) Пальчиковая гимнастика «Две сороконожки» и т. д.
- 4) Массаж повышает защитные свойства слизистых оболочек носа, глотки, гортани, трахеи, бронхов. Под действием массажа организм начинает вырабатывать интерферон

## Точка 1.

Связана со слизистой трахеи, бронхов, а также костным мозгом. При массаже этой зоны уменьшается кашель, улучшается кровоснабжение.







**Точка 2.**  
Регулирует  
иммунные  
функции  
организма.  
Повышает  
сопротивляемость  
инфекционным  
заболеваниям.



**Точказ.**  
Контролирует  
химический  
состав крови и  
одновременно  
слизистую  
оболочку  
гортани.



**Точка 4.**  
Шею сзади  
необходимо  
массировать сверху  
вниз. Зоны шеи  
связаны с регулятором  
деятельности сосудов  
головы, шеи и  
туловища.  
Нормализует работу  
вестибулярного  
аппарата

## **Точка 5.**

Расположена в области седьмого шейного и первого грудного позвонка и связана с регуляторами сосудистых реакций.





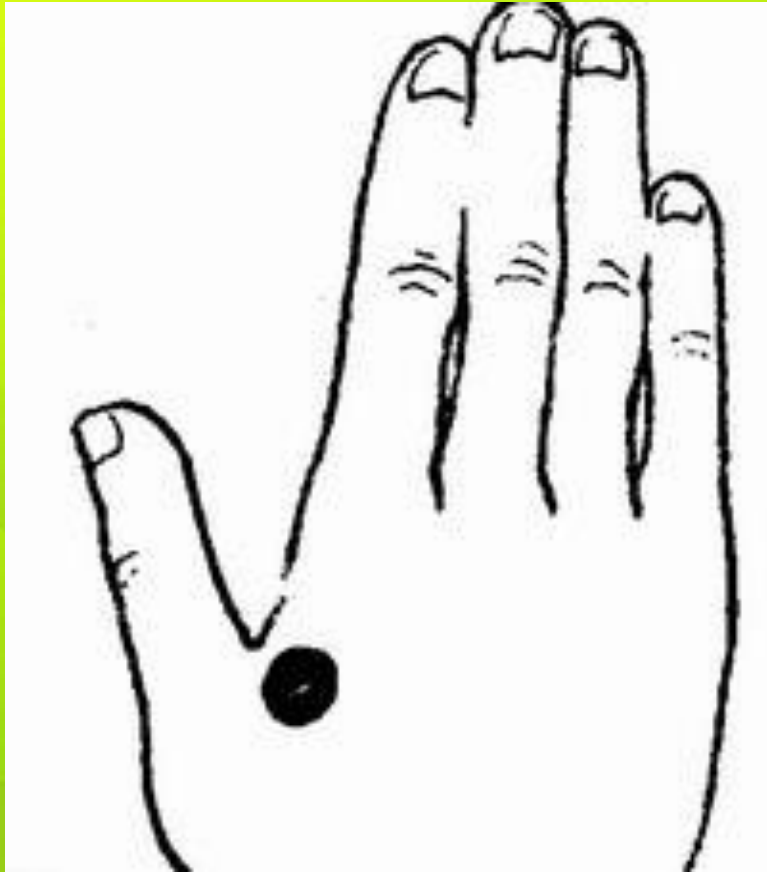
**Точка 6.**  
Улучшает  
кровообращение  
слизистых оболочек  
носа и гайморовой  
полоски. Дыхание  
через нос становится  
свободным, насморк  
проходит,  
нормализуется  
обоняние.



**Точка 7.**  
Улучшается  
кровообращение в  
области глазного  
яблока и лобных  
отделов мозга.



**Точка 8.**  
Массаж этой области  
воздействует на  
органы слуха и  
вестибулярный  
аппарата,  
ответственный за  
поддержание  
равновесия.



## **Точка 9.**

**Руки человека  
связаны со своими  
органами. При  
массаже этих точек  
нормализуются  
многие функции  
организма**



# **Использованная литература:**

- **Комплексы утренней гимнастики  
Е.А. Сочеванова**
- **Дошкольное воспитание – 2008г. №1  
и 2009г. №2**
- **Справочник старшего воспитателя  
2007г. №6**



**Спасибо  
за  
внимание!**

