

педагогический совет № 3

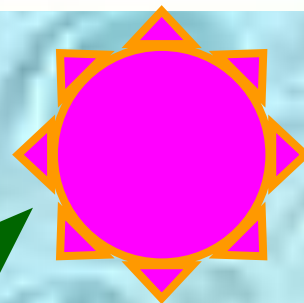
Тема:

**«Обеспечение оздоровительной направленности
физического воспитания в детском саду»**

Инструктор по физической культуре

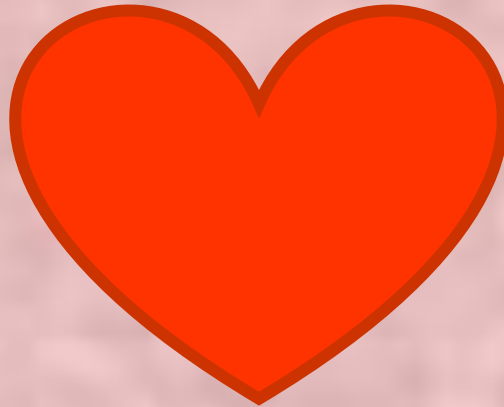
Лазько Александра Валериевна





ДВИЖЕНИЯ

сердечно-сосудистая система



циклические движения

- ходьба
- прыжки
- бег
- плавание
- езда на велосипеде, самокате

«Хочешь быть здоровым – бегай!

Хочешь быть красивым – бегай!

Хочешь быть умным – бегай!»

1. При проведении физкультурного занятия в детском саду две трети движений, составляющих его структуру, должны быть циклического характера

дыхательная система

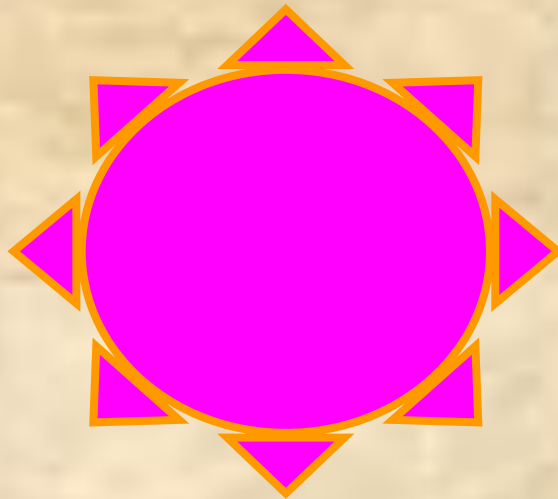


двигательная активность на свежем воздухе

- подвижные игры
- спортивные игры
- индивидуальная работа над ОВД
- самостоятельная двигательная активность

**2. Повышение резервов
дыхательной системы ребёнка
происходит за счёт регулярной
двигательной активности
на свежем воздухе**

иммунная система



закаливающие мероприятия

«Солнце,

воздух

и вода –

наши лучшие друзья!»

3. Органичное сочетание физкультурных занятий с закаливающими процедурами способствует совершенствованию системы иммунной защиты ребёнка

4. Регулярность физических нагрузок способствует нарастанию резервных мощностей организма ребёнка

- Уделять особое внимание развитию у детей движений циклического характера (бег, прыжки, ходьба и т.д.)
- Максимально увеличить время пребывания детей на свежем воздухе с обязательной организацией двигательной активности
- Рационально сочетать физкультурные занятия с закаливающими процедурами
- Нарращивать резервные возможности организма ребёнка за счёт регулярных физических упражнений.