

Физкультурно-оздоровительная деятельность в
группе

родничок





Утренней гимнастике принадлежит большая воспитательная и оздоровительная роль. Систематические занятия утренней гимнастикой способствуют развитию у ребят правильной осанки, тренируют и усиливают деятельность всех органов и систем (сердечнососудистой, дыхательной, нервной и т. д.), подготавливают организм ребенка к тем нагрузкам, которые предстоит ему преодолеть в процессе деятельности в течение дня.



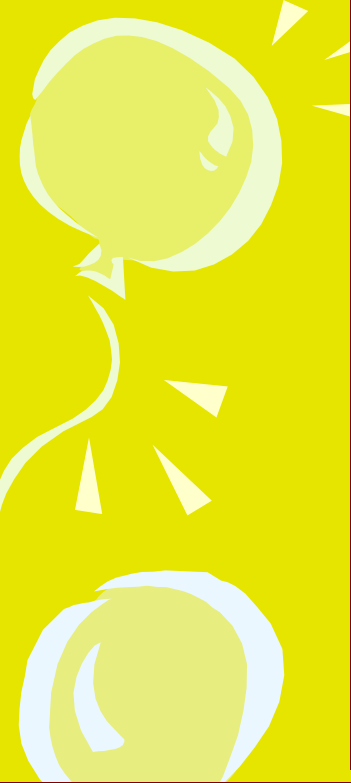
Физкультурные занятия — это форма учебных занятий, обязательная в детских дошкольных учреждениях

Музыкально-ритмические занятия



**Прогулки с включением
подвижных игр являются
обязательными**





Пальчиковая гимнастика проводится ежедневно во время занятий



Пальчиковая гимнастика

Пальчиковая гимнастика для дошкольников играет очень важную роль.



С ее помощью развивается не только мелкая моторика, но также и речевой центр ребенка.





Зрительная гимнастика направлена на улучшение и сохранение зрения, является профилактикой близорукости и дальнозоркости



Дыхательная гимнастика является хорошей профилактикой заболеваний органов дыхания, развивает дыхательную систему ребёнка, укрепляет защитные силы организма.




**Физкультурные
минутки и паузы
во время занятий
являются
обязательными**

Обучение грамоте



Во время занятий необходимо следить за посадкой ребенка, чтобы он правильно держал не только спинку, но и карандаш





Таким образом, комплекс оздоровительных мероприятий в группе направлен на укрепление организма и развитие движений детей.

Помимо укрепления и развития опорно-двигательного аппарата ребенка, вызывает улучшение кровообращения, углубляет дыхание и улучшает вентиляцию легких, повышает пищеварительные и выделительные функции, улучшает обмен веществ.

Все это благополучно влияет на рост и развитие детского организма!