

«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ
ИГРОВОГО СТРЕТЧИНГА В
НЕПРЕРЫВНОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ДЕТЬМИ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА»



Выполнил:

Лайкова Марина Борисовна
инструктор по физической
культуре

МБОУ гимназия
Перспектива
г.о. Самара

АКТУАЛЬНОСТЬ

- Федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного образования определяют как одну из важнейших задач: охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого - педагогической, профилактической и оздоровительной работы.
- Одной из современных здоровьесберегающих технологии сохранения и стимулирования здоровья дошкольников является Стретчинг.

- Стретчинг (*англ. stretching*) - это упражнения, предназначенные для растягивания мышц, связок и сухожилий.
- Суть стретчинга-реализация игровых возможностей в целях оздоровления и развития дошкольника.
- Игровой стретчинг - это творческая деятельность, при которой дети живут в мире образов.
- Стретчинг - улучшение гибкости. Благодаря ему увеличивается подвижность суставов, мышцы становятся более эластичными и гибкими, дольше сохраняют работоспособность.
- Стретчинг снижает мышечное напряжение, обладает психологическим эффектом: улучшает настроение, поднимает самооценку, создает ощущение комфорта и спокойствия.

ЦЕЛЬ :

- Обеспечить двигательную активность, способствующую тренировке всех функций организма, посредством творческого самовыражения дошкольников.



ЗАДАЧИ:

- Оптимизировать рост и развитие опорно-двигательного аппарата (формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия).
- Совершенствовать физические способности: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость; скоростные, силовые и координационные способности.
- Развивать психические качества: внимание, память, воображение, умственные способности.
- Развивать и функционально совершенствовать органы дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистую и нервную системы организма.
- Создавать условия для положительного психо-эмоционального состояния детей
- Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движении.

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ К КОНЦУ ГОДА

- - развитие опорно-двигательного аппарата;
- - формирование правильной осанки;
- - развитие и функциональное совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой системы, нервной системы;
- - совершенствование психомоторных способностей детей;
- - формирование мышечной силы;
- - развитие функции равновесия, вестибулярной устойчивости;
- - развитие внимания, памяти;
- - повышение интереса к занятиям физической культурой.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

