

**ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО
ОБОГАЩЕНИЮ ДВИГАТЕЛЬНОЙ
АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ
В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ.**

ЧТО ОЗНАЧАЕТ ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ?

- ▣ Это суммарное количество двигательных действий, осуществляемых ребёнком в течение дня.

ЗНАЧИМОСТЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ:

- ▣ - развитие нервной системы
- ▣ - психики
- ▣ - развитие интеллекта
- ▣ - физических качеств
- ▣ - формирование личностных качеств
- ▣ - укрепление здоровья
- ▣ - психолого-эмоциональное состояние

Общая продолжительность двигательной активности занимает не

менее 50% периода бодрствования, при этом 90% - средней и малой интенсивности и 10-15% - большой.

Выполнение этих требований обеспечит предупреждение

утомления ребёнка на протяжении всего дня, создаст условия

для правильного физического развития.

-
- ▣ **Двигательный режим обеспечивает повышение физических кондиций ребёнка, способствует коррекции телосложения, закаливанию организма, направленному на активное сопротивление простудным и инфекционным заболеваниям.**

СПАСИБО !!!