

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида №29 «Ёлочка»
Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан»

Презентация Игры, которые лечат

Воспитатели: Пигасова М.М., Пигасова А.А.



Известно, что игра представляет особую деятельность, которая с детских лет сопровождает человека на протяжении всей его жизни. Для ребенка дошкольного возраста игра-ведущий вид деятельности, и несомненно, эффективное средство оздоровительной физической культуры.

Игра положительно влияет на ребенка. Он обретает новые определенные навыки в той или иной деятельности, в том числе и в общении, потихоньку готовится к взрослой жизни. Игра обладает и лечебным действием.

Предлагаем вам адаптированные, изменённые в виде игры, упражнения по профилактике заболеваний.



Игры на формирование правильной осанки.

Нарушение осанки - частый спутник многих хронических заболеваний. Дефекты осанки отрицательно влияют на деятельность сердца, желудка, печени, почек. Приобретение правильной осанки - длительный процесс, поэтому ребенку необходимо многократно показывать, что такое правильная осанка. А лучше всего играть почаще в игры на развития осанки.



Игры

«Донеси, не урони», «Мяч бросай, не теряй», «Живое кольцо», «Мастер мяча», «Большие ноги идут по дороге», «Разбей цепь»



Игры, направленные на профилактику плоскостопия.

Плоскостопие чаще всего встречается у слабых, физически плохо развитых детей. Оно отрицательно сказывается на осанке и общем состоянии ребенка. Игры должны укреплять связочно-мышечный аппарат голени и стопы, способствовать общему оздоровлению организма и воспитанию навыка правильной ходьбы «не разводя носков». Это игры с ходьбой на наружных краях стоп, на носках, со сгибанием пальцев ног, захватыванием различных предметов пальцами ног, приседанием в положении: «носки внутрь, пятки разведены».



Комплекс «В траве сидел кузнечик» подходит как для профилактики и коррекции осанки так и плоскостопия одновременно



В играх на повышение общего жизненного тонуса, сопротивляемости и устойчивости организма к простудным заболеваниям развивается дыхательная мускулатура, увеличивается подвижность грудной клетки и диафрагмы, улучшается кровообращение в легких.

«Надуй шарик»



«Самый сильный ветер»



«Мыльная атака»

(учить вдыхать воздух носом, а выдыхать ртом, формировать ритмичный вдох и выдох)



«Пастушок дудит в рожок»



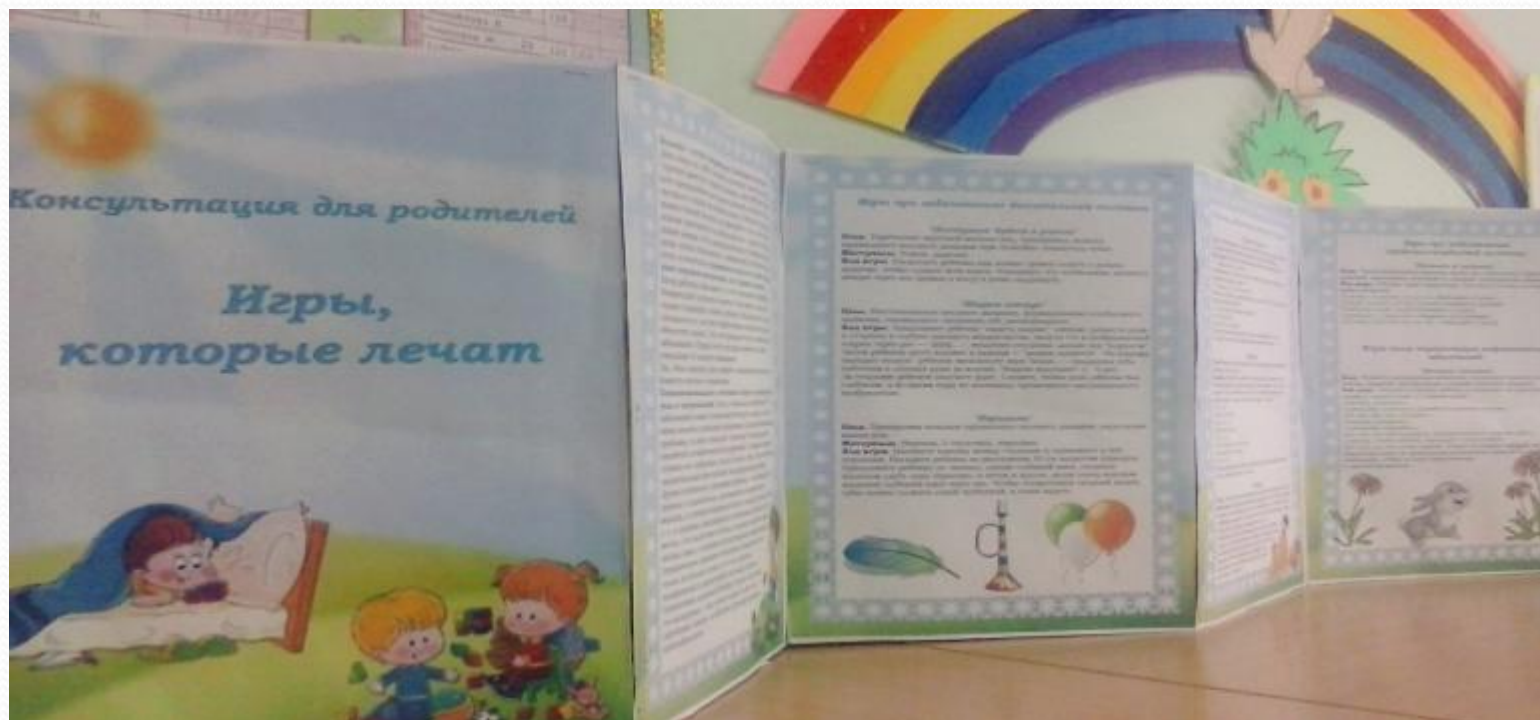
Игра «Поиграем с ушками».

Этот игровой вид закаливания основан на стимуляции биологически активных точек, расположенных на ушной раковине и связанных рефлекторно почти со всеми органами тела. Массаж этих точек полезен в частности, для улучшения работы органов дыхания и для защиты организма от простудных заболеваний. Является доступным для детей всех возрастов.



Проблема здоровья детей в настоящее время очень актуальна. Чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении. К основным направлениям оздоровительной деятельности в нашем детском саду мы относим:

- Организацию режима гигиенических условий жизнедеятельности детей(утренняя гимнастика;оздоровительная гимнастика;физминутки, динамические паузы;обеспечение условий для реализации двигательной активности детей в течение дня;физкультурные занятия, прогулки)
- Организацию здорового сбалансированного питания;
- Привлечение родителей к участию в сохранении и укреплении здоровья своих детей (папки-передвижки, консультации)



Следует помнить о том, что только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников здоровьесберегающим технологиям сохранения и укрепления здоровья приведут к положительным результатам.



Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его.

Здоровье не купишь, никто не продаст,
Его берегите, как сердце, как глаз.

(Джамул Джабаев)

