

МДОУ детский сад №23 «Ромашка»
г. Лыткарино

Наш помощник — ТРЕНАЖЕР

Выполнила
инструктор по ФИЗО
Федорова Н.А.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из актуальнейших проблем нашего времени.

В детском саду реализуется и адаптируется оздоровительная технология «Тренажеры детям». Эта технология носит профилактический характер и направлена на развитие моторно-двигательной системы и поддержание эмоционально-положительного тонуса детей.



Дошкольный возраст с 5 до 8 лет наиболее благоприятен для развития координационных и скоростно-силовых качеств, выносливости и гибкости. Дети этого возраста уже способны анализировать свои движения и действия, контролируя таким образом свое самочувствие.



Во время занятий на тренажерах старшие дошкольники стремятся не только поддерживать высокий уровень двигательной активности, но и проявлять физические возможности – силу, ловкость и выносливость.



Тренажеры для детей ориентированы на возраст от 3 до 8 лет. Они удовлетворяют потребность детей в движении. Укрепляют выносливость организма ребенка и прививают любовь к спорту с детства.



Данные тренажеры предназначены для улучшения работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем, для тренировки общей выносливости, укрепления мышц ног.

Беговая дорожка



Велотренажер



Тренажер «Бегущий по волнам» для развития чувства равновесия способствует развитию ловкости и силы.

Детский батут доставляет уйму радости детям и при этом развивает все группы мышц, а также вестибулярный аппарат, улучшается кровообращение, повышается иммунитет.



Для развития гибкости позвоночника и координационных способностей - гимнастический мяч, скакалки



Для проведения массажа ступней ног и профилактики плоскостопия дети занимаются на массажерах.



**Гребной тренажер - для тренировки мышц брюшного пресса,
тренировке дыхательной и сердечнососудистой систем,
способствует развитию выносливости**



Мини-степпер способствует тренировке сердечно-сосудистой системы, укрепляет мышцы ног и таза ребенка, развививает выносливости. Полезен для профилактики плоскостопия и общему оздоровлению организма



Упражнения на тренажерах способствуют укреплению всех групп мышц, развитию силы, быстроты движений, ловкости, гибкости и общей выносливости.



Занятия на тренажерах проходят по методу круговой тренировки.



Занятия на тренажерах повышают эмоциональный тонус, активизируют познавательную деятельность, воспитывают выдержку, решительность смелость





Спасибо за внимание!

*Презентацию подготовила
Инструктор ФИЗО
Федорова Наталья Анатольевна*

Интегрированные занятия

Тренажёры

Физкультурно-оздоровительные
досуги и праздники

Дни здоровья

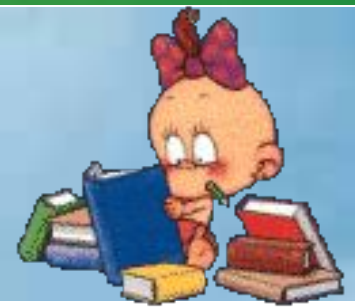
**РАБОТА
С
ДЕТЬМИ
В
СПОРТИВНОМ
ЗАЛЕ**

Спортивные секции
(футбол , дзюдо,
акробатика)

Участие воспитанников в ППС

Проектная деятельность

Индивидуальная работа



Дальнейшее развитие

- Продолжить работу по обновлению развивающей предметно-пространственной среды в соответствии с современными требованиями.
- Привлекать родителей воспитанников, спонсоров к оказанию помощи в организации развивающей среды.
- Выявлять и распространять передовой опыт педагогов в организации развивающей предметно-пространственной среды.



ВЫВОД:



На небольшой территории нам удалось создать спортивный зал, в котором развивающая предметно-пространственная среда соответствует требованиям ФГОС ДО. Это помещение способствует активному физическому развитию и укреплению здоровья дошкольников, которые становятся призерами спортивных соревнований различного уровня.