

Как я провожу
утреннюю
гимнастику.



УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА ЯВЛЯЕТСЯ ОДНИМ ИЗ ВАЖНЕЙШИХ КОМПОНЕНТОВ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ. ОНА НАПРАВЛЕНА НА ОЗДОРОВЛЕНИЕ, УКРЕПЛЕНИЕ, НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И СПОСОБНОСТЕЙ.

Гимнастику провожу не в быстром темпе, так как у детей этого возраста не достаточно устойчивый вестибулярный аппарат.

Гимнастика проводится не более 5 минут.

Делаю подборку развивающего и дидактического материала: картотеку подвижных игр, развивающих упражнений, подборка дыхательных упражнений, музыки и оздоровительного материала (пробковые коврики, ребристые дорожки,...)

Составляя комплексы утренней гимнастики соблюдаю следующие требования:

- Упражнения должны быть доступны малышам.**
- Не превышать дозировку в выполняемых упражнениях.**
- При выполнении упражнений не забывать о правильной осанке**



Чтобы утренняя гимнастика проходила интересно и занимательно малышей встречает знакомый сказочный персонаж («Филя, Степашка, Хрюша»)



Важную роль в проведении, гимнастики или какого другого вида двигательной активности особенно с малышами играет импровизация.

...По ровненькой дорожке шагают наши ножки...



Утренняя гимнастика пройдёт более занимательной если её провести по одной из знакомых детям потешке.

...Вышла курочка хохлатка, за ней малые ребятки...



Утренняя гимнастика пройдёт более занимательной если её провести по одной из знакомых детям потешке.

...Зайка серенький сидит...



В заключительной части обязательно провожу подвижную игру.

Дети младшего дошкольного возраста подражают в игре всему, что видят. Однако в подвижных играх малышей прежде всего находит отражение не общение со сверстниками, а отображение той жизни, которой живут взрослые или животные (они с удовольствием летают, как «воробушки», взмахивают руками, как «бабочки» крылышками).

...Мой веселый звонкий мяч....



С младшими дошкольниками провожу игры с использованием разнообразной атрибутики: если это групповая игра, шапочки изготавливаю на каждого ребёнка.



Обязательно на восстановление дыхания, я провожу
небольшую малоподвижную игру в стихотворной форме:
такие например как: «Тишина у пруда», «Колобок»,
«Ветерок» и др.



Раннее детство – время, когда ребёнок растёт и развивается, с интересом познаёт окружающий его мир.

Л.С. Выготский образно призывал создавать «золотой запас ребёнка»: знания и умения малыш ещё не в силах усвоить самостоятельно, но может воспринять с помощью взрослого, который поможет ему перейти на новую ступень развития.

В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ, ЗДОРОВЫЙ ДУХ.



Название презентации	«Как я провожу утреннюю гимнастику» (здоровьесберегающие технологии)
Аннотация к работе	Практическая работа с детьми младшего дошкольного возраста (опыт работы). УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА ЯВЛЯЕТСЯ ОДНИМ ИЗ ВАЖНЕЙШИХ КОМПОНЕНТОВ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ. ОНА НАПРАВЛЕНА НА ОЗДОРОВЛЕНИЕ, УКРЕПЛЕНИЕ, НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И СПОСОБНОСТЕЙ.
Количество слайдов	10 слайдов
Автор	Серго Галина Анатольевна
Возрастные рекомендации	Младшая группа
Категория работы	Детский сад