

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОПТИМИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО САДА.

ПРИ ИЗУЧЕНИИ ПУТЕЙ ОПТИМИЗАЦИИ
ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В УСЛОВИЯХ САДА МЫ
ВЫДЕЛИЛИ НЕСКОЛЬКО НАПРАВЛЕНИЙ.



Рациональная. организация двигательной активности детей в организационной и самостоятельной деятельности.



Определение наиболее адекватной деятельности, способствующей полноценному удовлетворению ребенка в движении.



Использование традиционных и нетрадиционных методов активизации двигательной активности детей.

ТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДЫ АКТИВИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

- Прием детей в утренние часы на улице



ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ В УТРЕННИЕ И ВЕЧЕРНИЕ ЧАСЫ



УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА.ЕЖЕДНЕВНО. ДЛИТЕЛЬНОСТЬ 10-12 МИН



**ФИЗКУЛЬТМИНУТКА. ДИНАМИЧЕСКАЯ ПАУЗА. В
ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВИДА И СОДЕРЖАНИЯ ЗАНЯТИЙ.
ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ОТ 3 ДО 5 МИН.**



**ДВИГАТЕЛЬНАЯ РАЗМИНКА.ЕЖЕДНЕВНО ВО
ВРЕМЯ ПЕРЕРЫВА МЕЖДУ ЗАНЯТИЯМИ.
ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ОТ 7 ДО 10 МИН.**



ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ И ФИЗИЧЕСКИЕ
УПРАЖНЕНИЯ НА ПРОГУЛКЕ.ЕЖЕДНЕВНО.
ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ОТ 25 ДО 30 МИН.



ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ. 3 РАЗА В НЕДЕЛЮ.



ГИМНАСТИКА ПРОБУЖДЕНИЯ. ЕЖЕДНЕВНО. ДЛИТЕЛЬНОСТЬ 10 МИН.



ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ . БАСКЕТБОЛ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ.2 РАЗА В НЕДЕЛЮ.



ИНТЕГРАТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ.



НЕТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДЫ АКТИВИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ.

□ Использование тренажеров



ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

- На занятии педагога-психолога и музыкального руководителя.



ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ

- На занятии учителя-логопеда.



ЭЛЕМЕНТЫ ЙОГИ.



ФИТБОЛ-ГИМНАСТИКА.

- Индивидуальная работа с детьми.



ЛОГОРИТМИКА.

- На музыкальных занятиях.



ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА (СТРЕЛЬНИКОВОЙ)

- На занятии дефектолога.



САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ДЕТЕЙ.



НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ.



ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ДОСУГИ.



ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ.



-
- Наш опыт показывает . Двигательная активность детей ,оптимальна в том случае, когда ее основные параметры(объём, продолжительность , интенсивность) соответствует индивидуальным особенностям каждого ребенка , когда для её организации используются наряду с традиционными и нетрадиционные методы ,а в группах и на прогулке созданы соответствующие условия.