

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида «Улыбка»

**Круглый стол на тему:
« Оздоровительные мероприятия с детьми в режиме
дня»**

Старшая группа №4 «Одуванчики»

Воспитатель: Елховенкова О.В.

- Зачем мне всё это нужно?
- Что нужно делать?
- Как я это буду делать?
- Каковы будут результаты моих действий и как я буду их оценивать?

Закалять – это значит систематически, многократно, дозировано воздействовать на организм теми факторами, которые часто являются причиной заболеваний.

Закалить – это значит вызвать устойчивое протекание всех физиологических процессов при любых изменениях температуры, атмосферного давления, магнитных и электрических полей Земли и т.д.

Закаливание – это образ жизни!

Утренняя разминка



Полоскание полости рта после приёма пищи



Наличие спортивной одежды и обуви для занятий физической направленности



НОД по физическому развитию в физкультурном зале



НОД на тренажерах



НОД по физическому развитию на свежем воздухе



Гигиенические процедуры после НОД по физическому развитию



Подвижные игры с детьми разного уровня ДА



Дыхательная гимнастика на свежем воздухе



Индивидуальная работа по физическому развитию



Гимнастика после сна



Ходьба по дорожкам – раздражителям



Работа с массажёрами



Пальчиковая и артикуляционная гимнастика



Физкультминутка



Гимнастика для глаз

