

**МБДОУ «Д/с № 17 «Росинка»**



**Вариант использования  
средств и форм  
физического воспитания  
в течение одного дня в работе  
с детьми дошкольного возраста**



**Воспитатель:  
Ручкина Светлана Михайловна**



### **Гигиенические принципы:**

- 1.** Наличие оптимального двигательного режима с учетом потребностей организма в движении и его функциональных возможностей.
- 2.** Дифференцированное применение средств и форм физического воспитания в зависимости от возраста, состояния здоровья и физической подготовленности.
- 3.** Систематичность занятий, постепенное увеличение нагрузок и комплексное использование разнообразных средств и форм физического воспитания.
- 4.** Создание благоприятных условий окружающей среды.

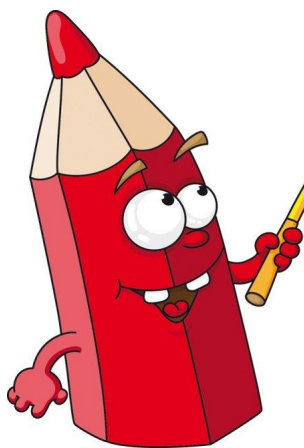


**средства  
физического  
воспитания**

**физические  
упражнения**

**гигиенические  
факторы**

**оздоровительные  
силы  
природы**



**самостоятельная  
двигательная  
деятельность  
детей**

**утренняя  
гимнастика**

**динамические  
паузы**

**гимнастика  
после сна**

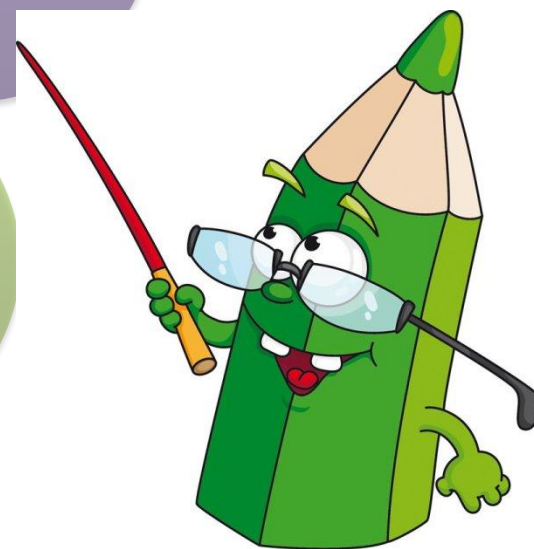
**формы физического  
воспитания детей в  
течение дня**

**«минутки  
здоровья»**

**индивидуальная  
работа по  
развитию  
движений**

**спортивные  
упражнения**

**подвижные  
игры**



















# После сна

а  
б  
в  
г  
д  
е  
ж  
з  
и  
к  
л  
м  
н  
о  
п  
р  
с  
т  
ф  
х  
ц  
ч  
ш  
щ  
ъ  
ы  
ь  
э  
ю  
я  
а  
б  
в  
г  
д  
е  
ж  
з  
и  
к  
л  
м  
н  
о  
п  
р  
с  
т  
ф  
х  
ц  
ч  
ш  
щ  
ъ  
ы  
ь  
э  
ю  
я



**Спасибо за внимание!**

