

МБДОУ
«ДЕТСКИЙ САД № 11»

Презентация на тему:

**«В здоровом теле-
здоровый дух»**

Для детей средней группы

Воспитатель: Дашкевич Л.В

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

- Цель: укреплять здоровье детей через физкультурно образовательную работу в детском саду.
- Задачи: стимулировать двигательную активность детей, применяя дифференцированный и индивидуальный подход;
 - повышает интерес к физкультурным занятиям, используя нетрадиционное оборудование:
 - формировать умение детей следить и заботиться о своём здоровье.

**Здоровый дух в здоровом теле
Об этом вечно нам твердят!
Мы знаем - спорт на самом деле
Полезен очень для ребят!
Зарядку делаем мы дружно
Ведь понимаем- это нужно!
И всё у нас для спорта есть:
Скакалки, кегли и дорожки
Всё невозможно перечесть.**

Утренняя гимнастика

Утренняя гимнастика позволяет организованно начать день в детском саду,
способствует чёткому выполнению режима дня.
ежедневно выполнение определённых комплексов физических упражнений
способствует совершенствованию двигательных способностей у детей, развивает физические качества (сила, ловкость, гибкость), улучшает координационных механизмов, способствует приобретению знаний в области физической культуры

Утренняя гимнастика ценна и тем, что у детей вырабатывается привычка и потребность каждый день по утрам проделывать физические упражнения.
Это полезная привычка сохраняется у человека на всю жизнь.

Здоровье в порядке, спасибо зарядке!!!



Гимнастика после сна

- Это физические упражнения, которые надо выполнять после сна.

Во время сна ребёнок отдыхает, после пробуждения все органы потихонечку просыпаются. Выполнение физических упражнений помогает привести их в активное состояние, что обеспечивает ребёнку высокую работоспособность, даёт ему ощутимый прилив бодрости.



Гимнастика для развития мелкой моторики

«Ум ребенка находится на кончиках его пальцев»

Сухомлинский В. А.

Массажный мяч – эффективное средство развития кистей рук ребенка, движений его пальцев, разработки мышц. Ребристая игольчатая поверхность мяча воздействует на нервные окончания, улучшает приток крови и активизирует кровообращение. Массажный мячик ускоряет капиллярный кровоток, уменьшает венозный застой и повышает кожно-мышечный тонус. Закруглённые массажные шипы на поверхности мячика воздействуют на биологически-активные зоны кожи головы, туловища и конечностей, способствуют улучшению состояния всего организма. Массажный мяч положительно сказывается на развитии детей. Эта забавная упругая игрушка обогащает сенсорную среду малыша, стимулируя его психомоторное развитие.





**КРАН, ОТКРОЙСЯ! НОС УМОЙСЯ!
ГЛАЗ КУПАЙСЯ! ГРЯЗЬ СМЫВАЙСЯ!**



ПРОГУЛКА



ЧАС ОБЕДА ПОДОШЁЛ, СЕЛИ ДЕТОЧКИ ЗА СТОЛ.



Подвижные игры

Подвижная игра имеет большое значение как средство Физического воспитания . В подвижные игры включаются основные движения: ходьба, бег, метание, лазание, прыжки , равновесие, а также специальные движения и укрепления и развития отдельных групп мышц . Движения, входящие в игру, если они даются воспитателем в правильной дозировке, развивают и укрепляют организм, улучшают обмен веществ, функциональную деятельность всех органов и систем (способствуют более активному дыханию, усилению кровообращения).



Любите ! и цените
здоровье! Что может
быть его дороже на
этой сказочной
земле .



УЛЫБАЙСЯ КАЖДЫЙ РАЗ, ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЭТО КЛАСС!



САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ





ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ



Мы ребята, как всегда
Дружно занимаемся!
Стать мы сильными - должны!
Вот как мы стараемся!
Для массажа, для осанки-
Валики и мячики!
Вот спортивные какие
Девочки и мальчики!



**ВСЕМ ЗДОРОВЬЯ МЫ ЖЕЛАЕМ, И
БОЛЕТЬ, НЕ РАЗРЕШАЕМ !**