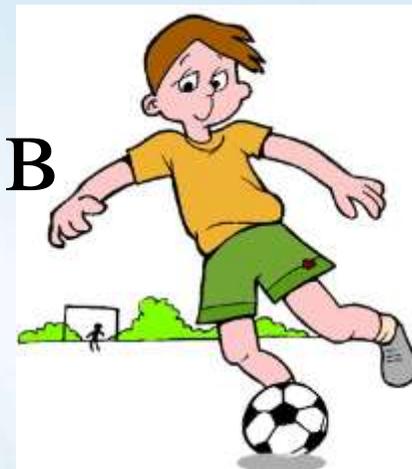


Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Березка»

«Сказкатерапия в физической культуре»



Докладчик: Борисова В.Д



**Фитбол-
гимнастика**

**Игровой
стретчинг**

**Подвижные
игры**

**Ритмические
танцы**

«ЗДОРОВЯЧОК»

**Игровой
само массаж**

**Упражнения на
спортивном
комплексе**

**Дыхательная
гимнастика**





Основной целью программы «ЗДОРОВЯЧОК» является укрепление здоровья

ребёнка и профилактика наиболее часто встречающихся заболеваний детского возраста.

Частные задачи по реализации программы:

- Оптимизация роста и развития опорно-двигательного аппарата, приобретение навыка формирования правильной осанки;
- Развитие и функциональное совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- Развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростных, силовых и координационных способностей, а так же мелкой моторики.
- Содействие развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умению согласовывать движения с музыкой;
- Содействие воспитанию умения эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движении;

Формирование у детей основ здорового образа жизни

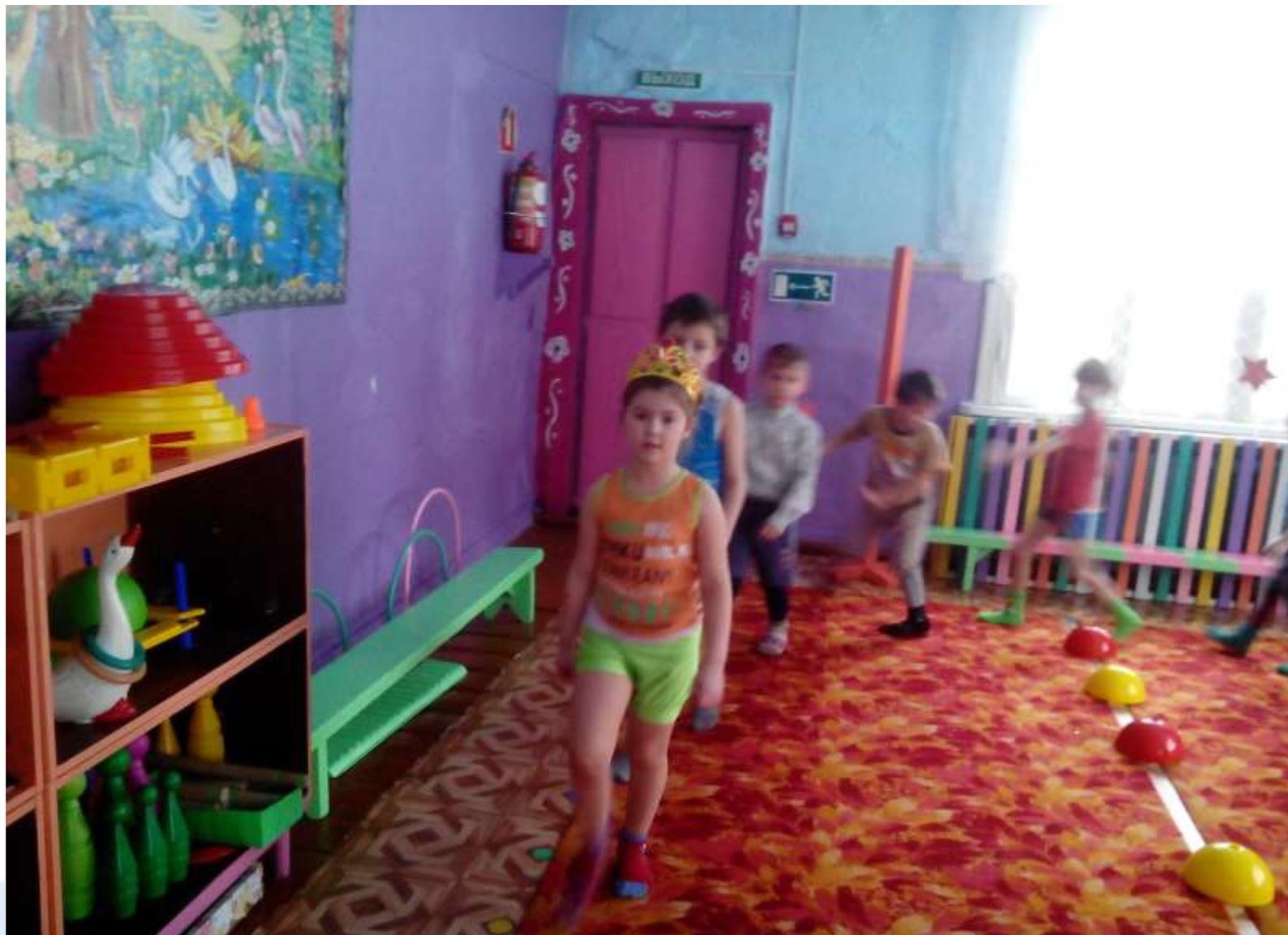
При составлении конспектов занятий руководствовались следующими принципами:

1. принцип сознательности и активности участников образовательного процесса;
2. принцип доступности и постепенности нагрузок;
3. принцип систематичности и регулярности;
4. принцип рассеянности (направленность на различные группы мышц);
5. принцип контроля (со стороны инструктора);
6. принцип комплексного подхода.

















Результативность внедрения оздоровительных технологий.

Это, прежде всего, положительная динамика уровня развития навыков у детей по владению своим телом:

- Дети умеют правильно расслабляться, в нужный момент сосредотачиваться.
- Повысилась уверенность в своих силах, способность к сопереживанию, содействию.
- Дети овладели простейшими приёмами самомассажа.
- Развилась ритмичность, выразительность, пластичность, грациозность, координация движений, согласованность движений с музыкой.
- У детей закрепился навык формирования правильной осанки, дыхания.
- Сформировалось двигательное воображение;
- У детей выработалась потребность в здоровом образе жизни, появляется желание заниматься и дальше физическими упражнениями и оздоровлением.



