

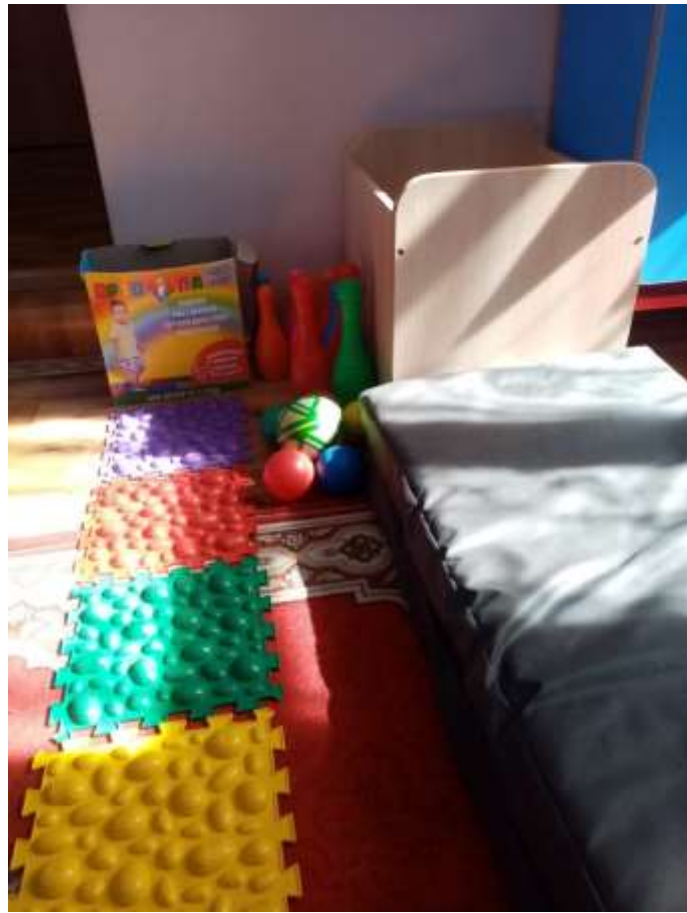
Образовательная область «Физическое развитие»

Уголок двигательной активности и физического развития в СП ГБОУ ООШ с. Заплавное

Одной из основополагающих областей развития ребенка является «Физическое развитие». В нашем детском саду нет специализированного физкультурного зала, но имеется уголок физического развития. В данном уголке созданы условия для реализации задач этой области в группе по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья детей. Имеются: спортивный инвентарь, массажные коврики, атрибуты для проведения подвижных игр, а также пособия, необходимые для проведения утренней гимнастики и картотеки: комплекс утренней гимнастики, комплекс гимнастики после сна, комплекс гимнастики для глаз, профилактики плоскостопия, подвижных игр, загадки о спорте, наглядные пособия по видам спорта.

Групповая комната







Карточка (проект группы) по теме:
ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ ДНЕВНОГО СНА

Дневной сон необходим ребенку для физического и интеллектуального развития. Но как помочь ребенку проснуться и зарядиться энергией и активнее приступить к занятиям? Необходимо составить гимнастику.

Гимнастика после сна – залог продуктивной работы.

Основная цель гимнастики после дневного сна – зарядить организм и активизировать работу детей и повысить контрастность между двумя видами физической активности. Снизить и уберечь здоровье детей.

Гимнастика необходима для обеспечения детям полноценной работы от сна в будничном режиме, поддержания и активной деятельности. Проведение гимнастики активизирует деятельность нервной системы в утренней половине. Гимнастика помогает зарядить и проактивизировать детей, остальные мероприятия по мере необходимости.

Основные задачи, решаемые с помощью комплекса гимнастики после сна:
ослабить мышечное напряжение сна; активизировать и др.;
улучшить работу нервной системы.

помогать работе сердечно-сосудистой системы организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, системы вестибулярной координации и других).

Решение этих задач отвечает цели и способствует быстрой готовности к активной и физической работоспособности детского организма и поддерживать его в активной физической и интеллектуальной нагрузке.



**Комплекс
утренней
гимнастики**

Цель: Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный настрой, «разбудить» организм ребенка.

Программные задачи:

Воспитательные:
воспитывать привычку к ежедневным физическим упражнениям.

Образовательные:
обеспечить нормальное функционирование всех органов и систем организма.

Образовательные:
интересить умные детей, создавать предпосылки к самостоятельности, самостоятельности, умение выполнять движения по команде.