

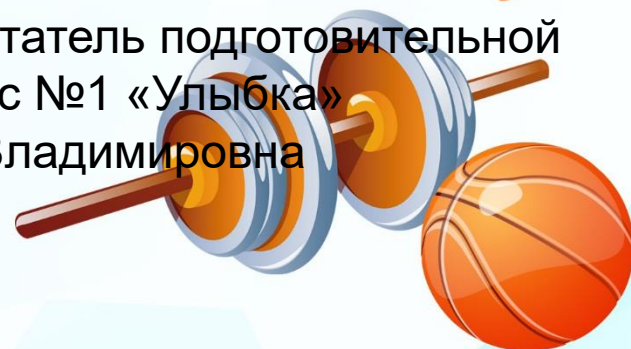


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад №1 «Улыбка» городского округа город Мантурово  
Костромской области

# **«Повышение двигательной активности детей в режимных процессах ДОУ».**



Выполнила воспитатель подготовительной  
группы МБДОУ д/с №1 «Улыбка»  
Курсатова Нина Владимировна



2020г.



**«"Здоровье дороже богатства" – Этьен Рей.**

Точно также утверждают и многие из нас.

- О здоровье говорят,
- О здоровье спорят,
- здоровья желают.



С самого раннего детства каждый должен осознавать важность разумного отношения к своему здоровью.





## Недостаток двигательной активности ведет к :

Росту заболеваемости организма

Снижению показателей физического развития

Гиподинамии

Избыточному весу



# Жизнь и здоровье человека





# Развитие сердечно – сосудистой системы.





**Древнегреческие мудрецы  
говорили: «Хочешь быть  
здоровым – бегай! Хочешь быть  
красивым – бегай! Хочешь быть  
умным – бегай!»**





# Развитие дыхательной системы.






**Подвижные  
игры**

**Спортивные  
игры и  
упражнения**

**Виды  
двигательной  
активности**



**Самостоятельная  
деятельность  
детей**

**Индивидуальная  
работа по ОВД**

# Развитие иммунной системы.



**Солнце, воздух и вода –  
наши лучшие друзья!**



# Значимость двигательной активности

Повышение устойчивости организма к различным заболеваниям

Рост физической работоспособности

Нормализация деятельности отдельных органов и функциональных систем

Формирование личностных качеств

Улучшение психо-эмоционального состояния

Укрепление психического здоровья





**Все новое –  
хорошо забытое  
старое,  
или игры нашего  
детства.**





# Все новое – хорошо забытое старое, или игры нашего детства.

## «Резиночка»

### Бантик

Правая нога снизу первой резинки, левая сверху. Прыгаем на вторую резинку так, чтобы получился бантик (правая сверху, левая снизу). Одним прыжком освобождаемся от резинки и выпрыгиваем с другой стороны

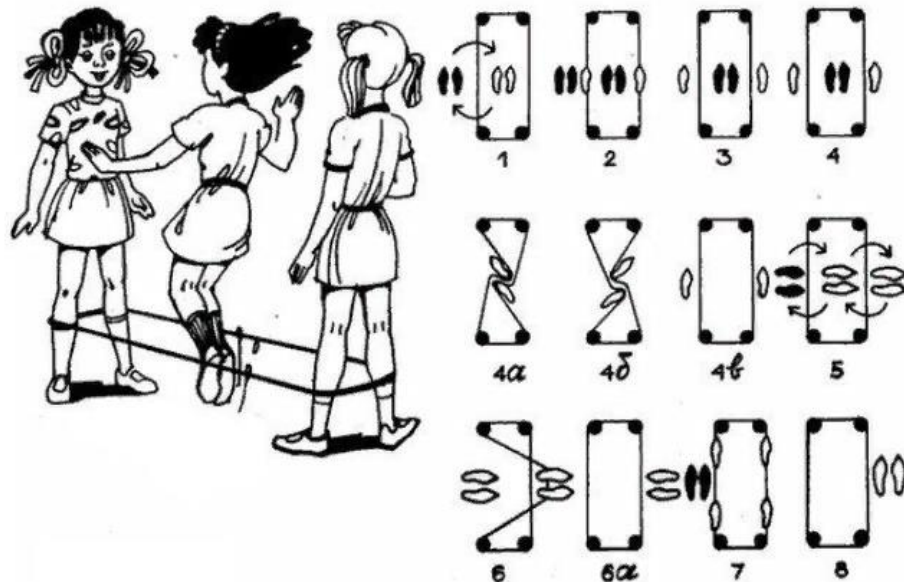


### Ступеньки

Прыгаем двумя ногами (вместе) - подпрыгиваем, зацепляем одну резинку, наступая на другую, потом одним прыжком освобождаемся от резинки и выпрыгиваем с другой стороны



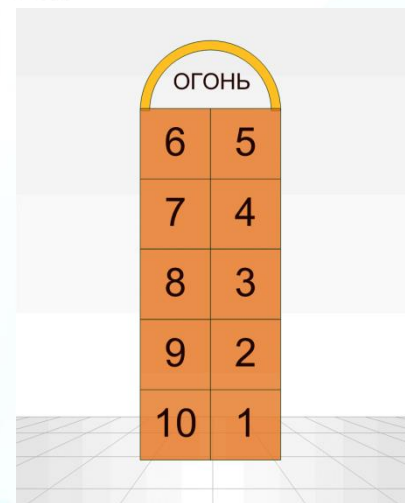
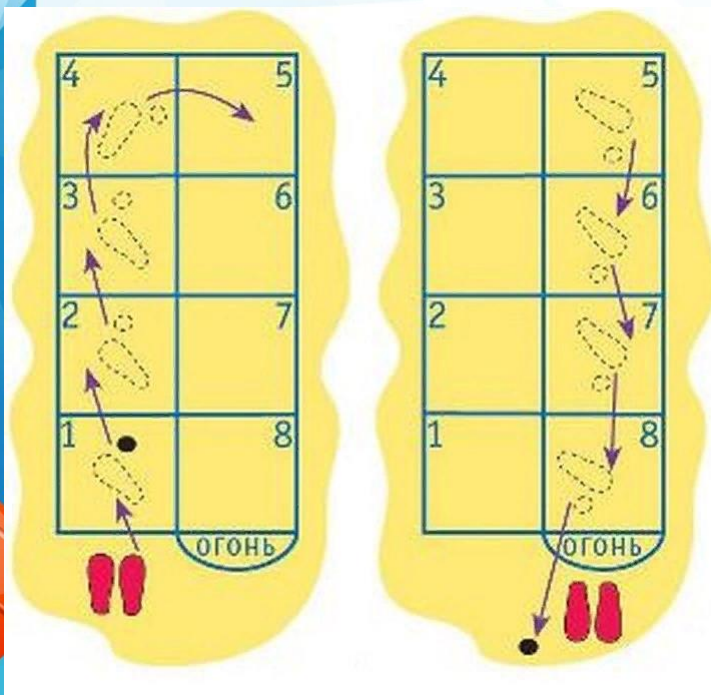
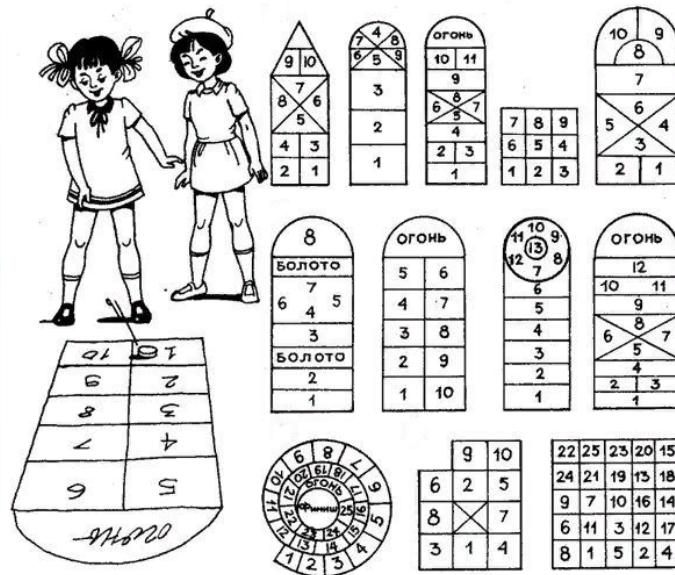
## А Вы помните эту игру? :)





# Все новое – хорошо забытое старое, или игры нашего детства.

## «Классики»





# Все новое – хорошо забытое старое, или игры нашего детства.

## «Игры с мячом»

### Упражнения-задания к подвижной игре с мячом «Десяточка»:

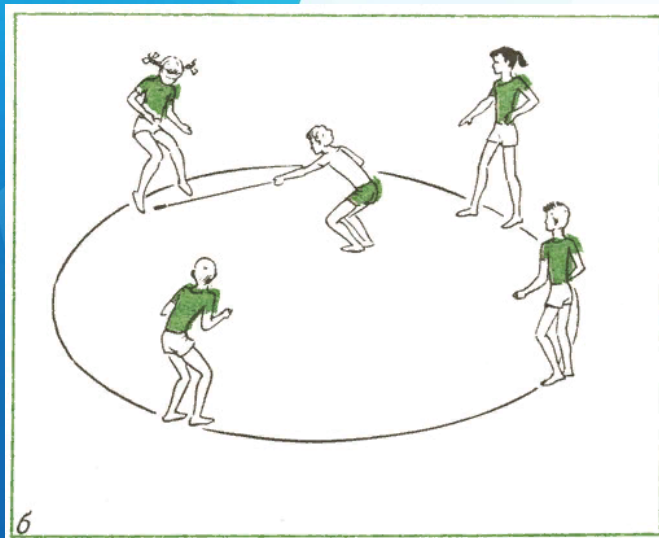
- Бросить мяч так, чтобы он ударился о стену, и поймать двумя руками.
- Бросить мяч так, чтобы он ударился о стену. Пока мяч летит надо хлопнуть в ладоши, а потом поймать мяч двумя руками.
- Бросить мяч так, чтобы он ударился о стену, и поймать его одной рукой.
- Бросить мяч так, чтобы он ударился о стену, повернуться вокруг себя и поймать мяч.
- Бросить мяч так, чтобы он ударился о стену, и перепрыгнуть через него.
- Бросить мяч так, чтобы он ударился о стену, затем о землю, и перепрыгнуть через него.
- Бросить мяч так, чтобы он ударился о землю, затем о стену и поймать мяч двумя руками.
- Бросить мяч из-под ноги так, чтобы он ударился о стену, и поймать его.
- Бросить мяч, стоя спиной к стене так, чтобы он ударился о стену, затем повернуться и поймать мяч двумя руками.
- Бросить мяч между ногами, стоя спиной к стене так, чтобы он ударился о стену, затем повернуться и поймать мяч двумя руками.
- Побеждает тот, кто первым выполнит все задания



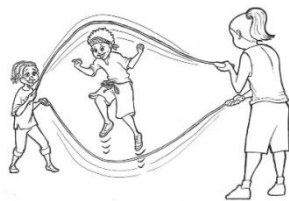


Все новое – хорошо забытое старое,  
или игры нашего детства.

## «Скакалка»



## Игры со скакалкой





## РАЗДУМЬЕ.

**СССР,**

➤ **МАДОУ,**

➤ **ФСБ,**

➤ **СНГ,**

➤ **МЧС,**

➤ **ЦРУ,**

➤ **ФЗОЖ,**

➤ **ООП,**

➤ **ФГОС,**

➤ **ЧБД.**

**Расшифровать аббревиатуры в соответствии с физкультурно-оздоровительной тематикой.**

**Например: СССР – самые сильные и смелые ребята, МЧС – мы чемпионы спорта и.т.д.**





**Движение - это жизнь!**

**СПАСИБО  
ЗА ВНИМАНИЕ!**

