

Сохранение и укрепление здоровья посредством здоровьесберегающих технологий у детей дошкольного возраста



Автор: Бакулина Оксана Владимировна
инструктор по физической культуре
Куркина Валентина Юрьевна
старший воспитатель

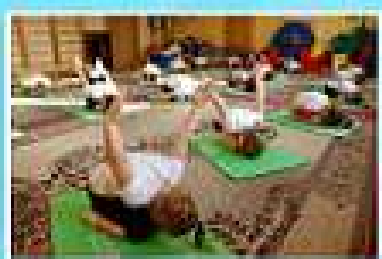
«Гимнастика,
физические упражнения,
задача каждого, кто хочет
сохранить здоровье,
посподевшую и
радостную жизнь»
Гиппократ

ФГОС дошкольного образования ставит проблему охраны и укрепления физического и психического здоровья детей на первое место в системе приоритетных задач.

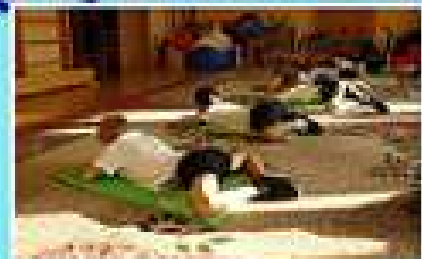
В последние десятилетия устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, несмотря на все достижения современной медицины, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющих изменить эту ситуацию. Одним из путей решения является комплексный подход к оздоровлению детей через использование здоровьесберегающих технологий в физкультурно-образовательном процессе ДОУ.



ИГРОВОЙ СТРЕТЧИНГ



УПРАЖНЕНИЕ «БОЖЬЯ КОРОВКА»

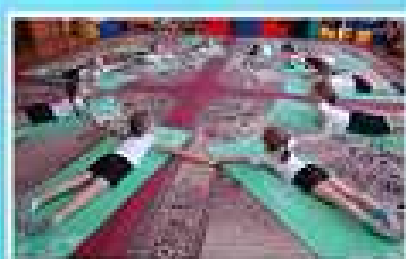


УПРАЖНЕНИЕ «ЛЯГУШКА»



УПРАЖНЕНИЕ «ДЕЛЬФИН»

ГОРИЗОНТАЛЬНЫЙ ПЛАСТИЧЕСКИЙ БАЛЕТ



КООРДИНАЦИОННАЯ ЛЕСТНИЦА



САМОМАССАЖ

