

«Здоровьесберегающие технологии и строевые упражнения»

Консультация для педагогов



Инструктор по ФК ГБДОУ № 79

Лысенко Л. В.

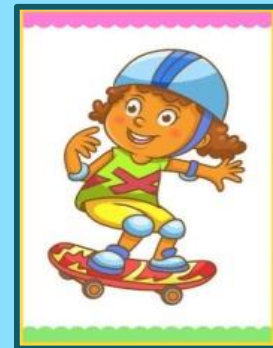
Комбинированного вида

Приморского района

Санкт-Петербурга

Задачи здоровьесбережения:

- ***создание условий для развития, обучения, оздоровления детей;***
- ***сохранение здоровья, повышение двигательной активности и умственной работоспособности;***
- ***создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения.***



Классификация здоровьесберегающих технологий:

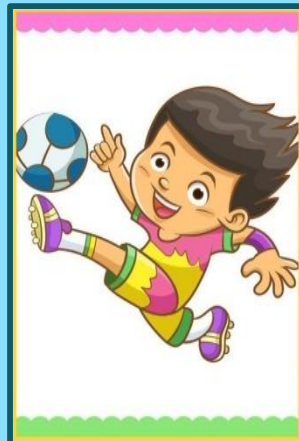
- **медико-профилактические;**
- **физкультурно-оздоровительные;**
- **социально-психологические;**
- **образовательные.**

Физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии:

- **технологии сохранения и укрепления здоровья;**
- **технологии обучения ЗОЖ;**
- **коррекционные.**

Технологии сохранения и укрепления здоровья:

*подвижные и спортивные игры;
бодрящая гимнастика; динамические
паузы(физкультминутки, гимнастика
для глаз); дыхательная гимнастика,
пальчиковая гимнастика; релаксация.*



Технологии обучения ЗОЖ:

***физкультурные занятия(по программе);
утренняя гимнастика; физкультурные
праздники, досуги, развлечения; занятия
по формированию ЗОЖ;_точечный
самомассаж.***



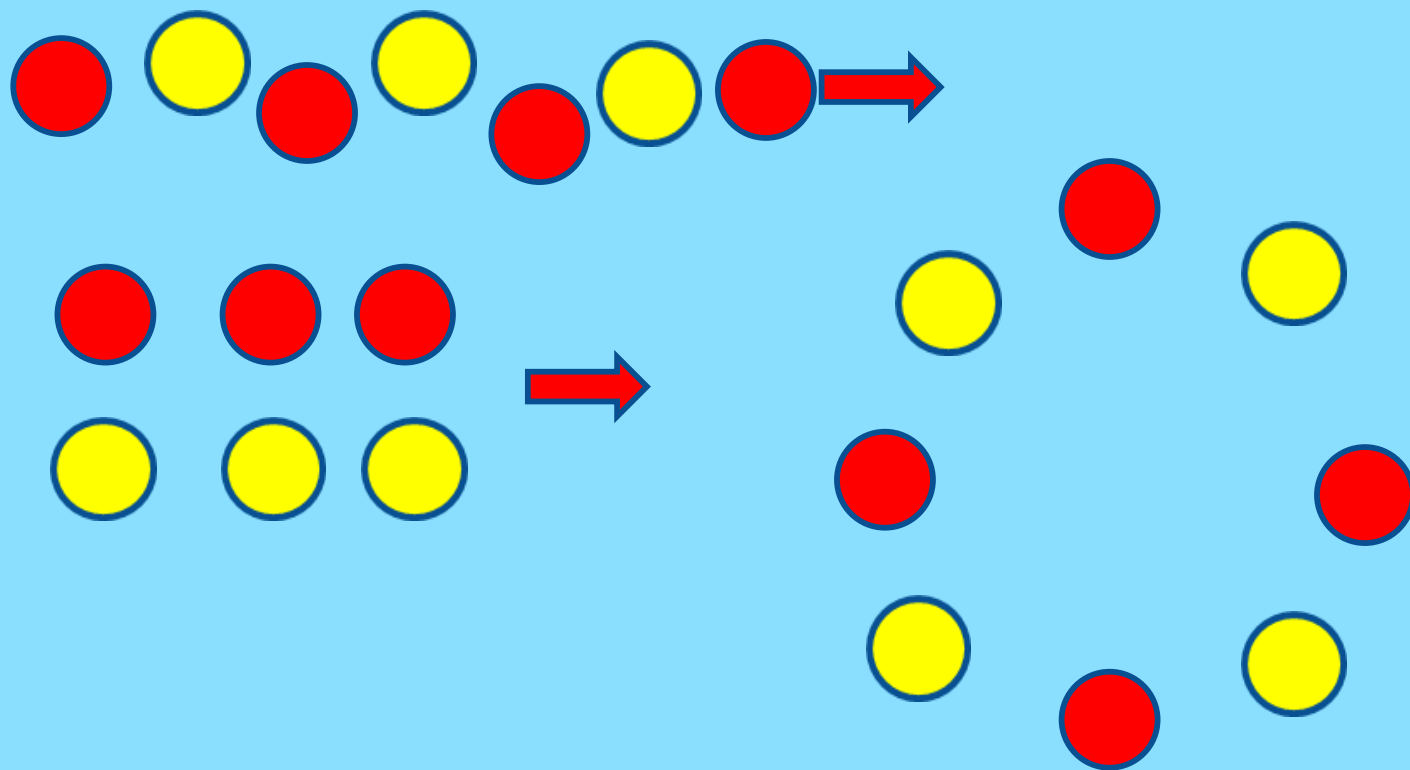
Коррекционные технологии:

лечебная физическая культура; фитбол-гимнастика; ритмопластика; игровой стретчинг; сказкотерапия; упражнения на развитие координации речи и движения.



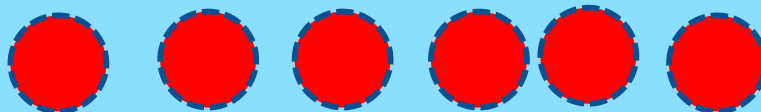
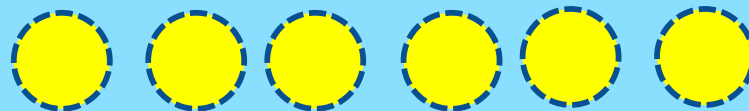
Строевые упражнения

2-ая младшая группа



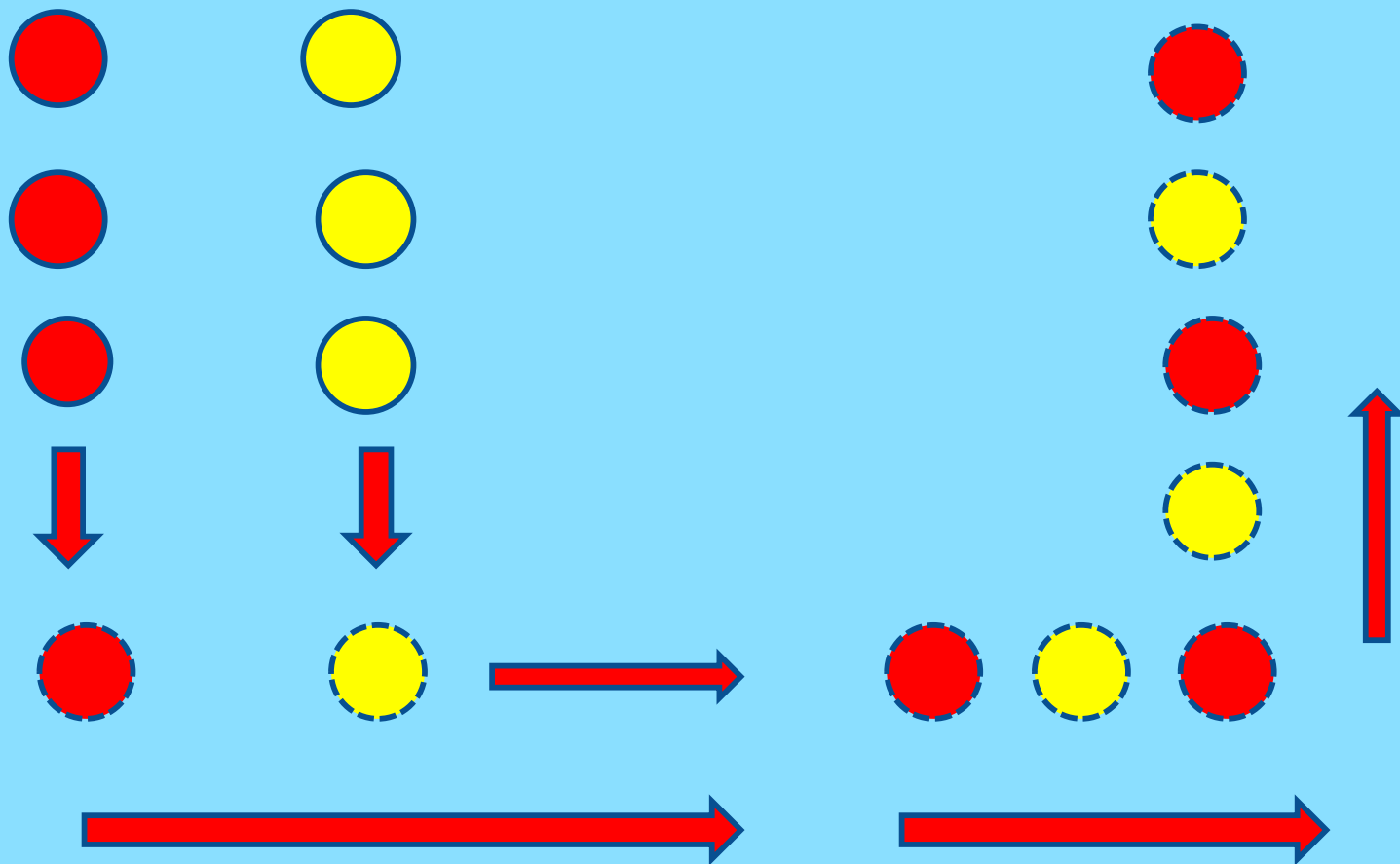
Строевые упражнения

средняя группа

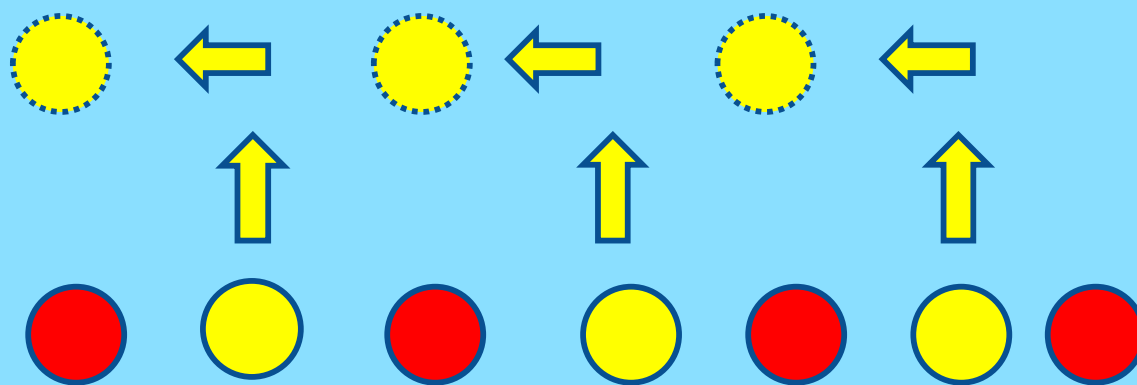


Строчные упражнения для старшего дошкольного возраста

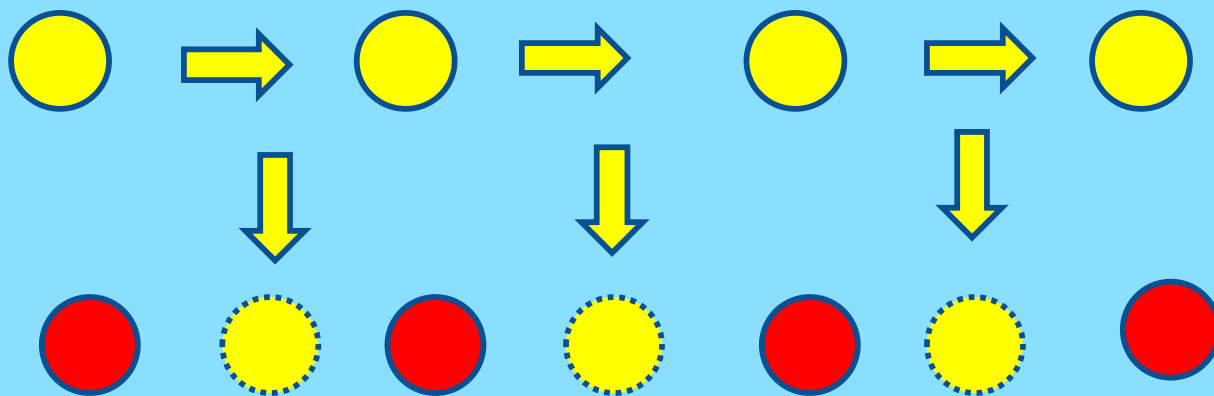
Перестроение из К. по 2 в К. по 1-му



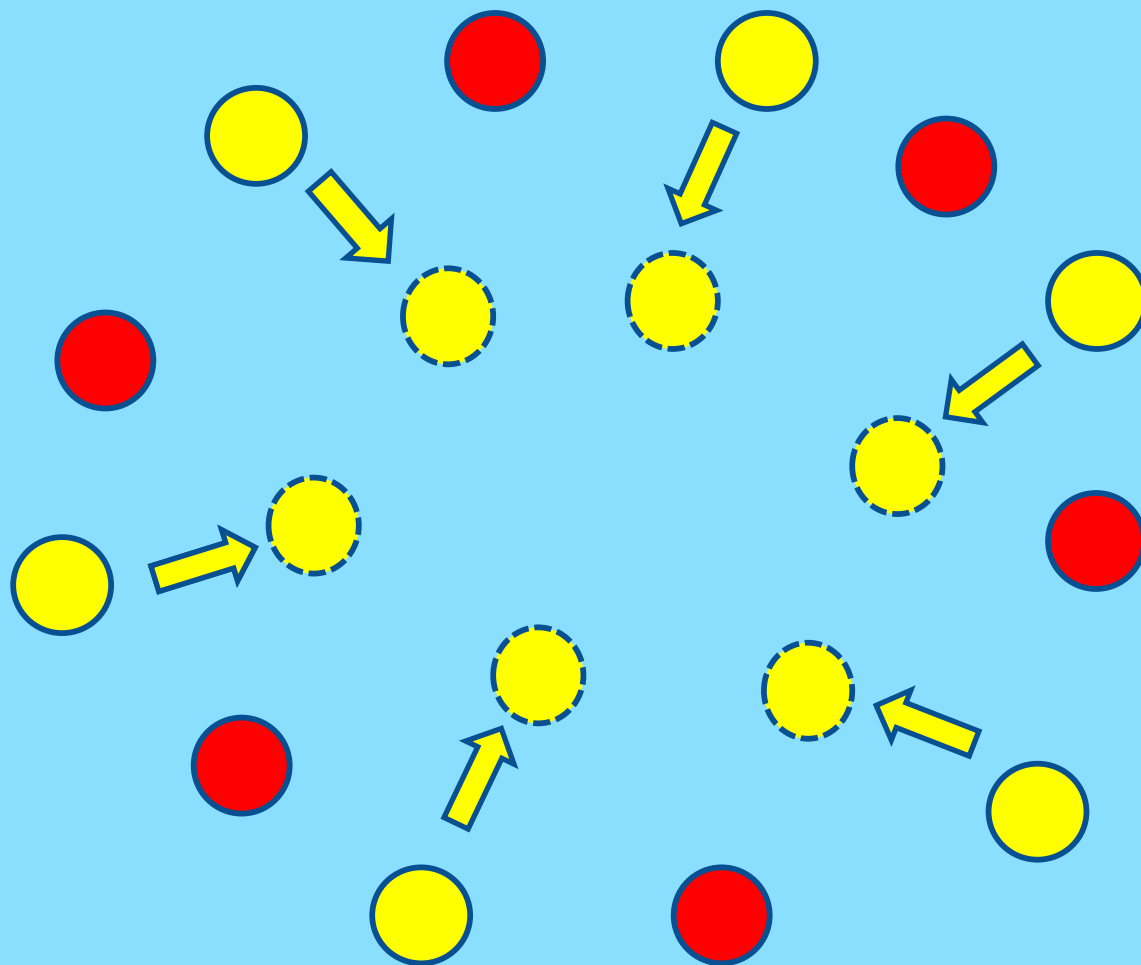
Построение из одной шеренги в 2



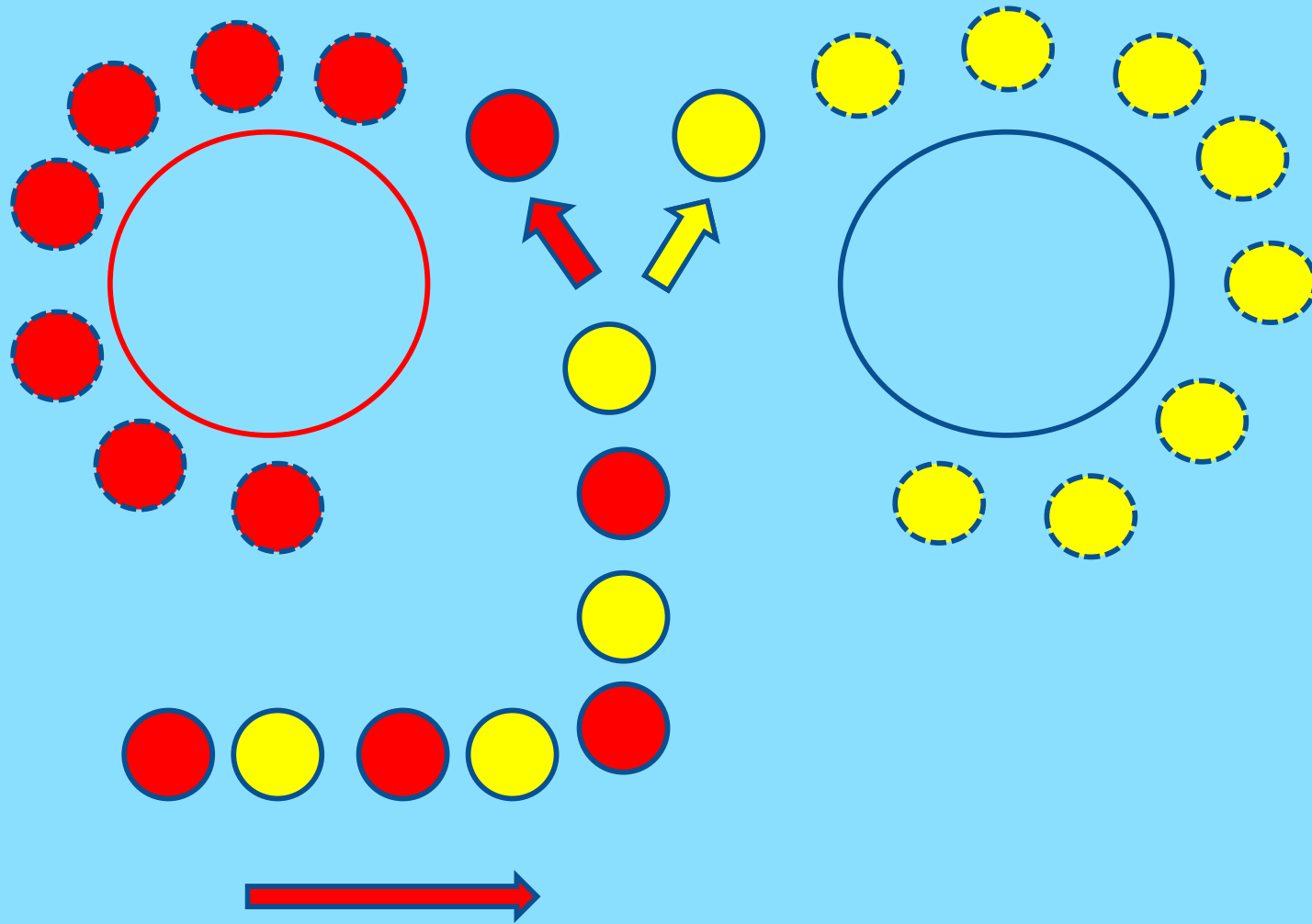
Обратное перестроение из 2-х шеренг в 1



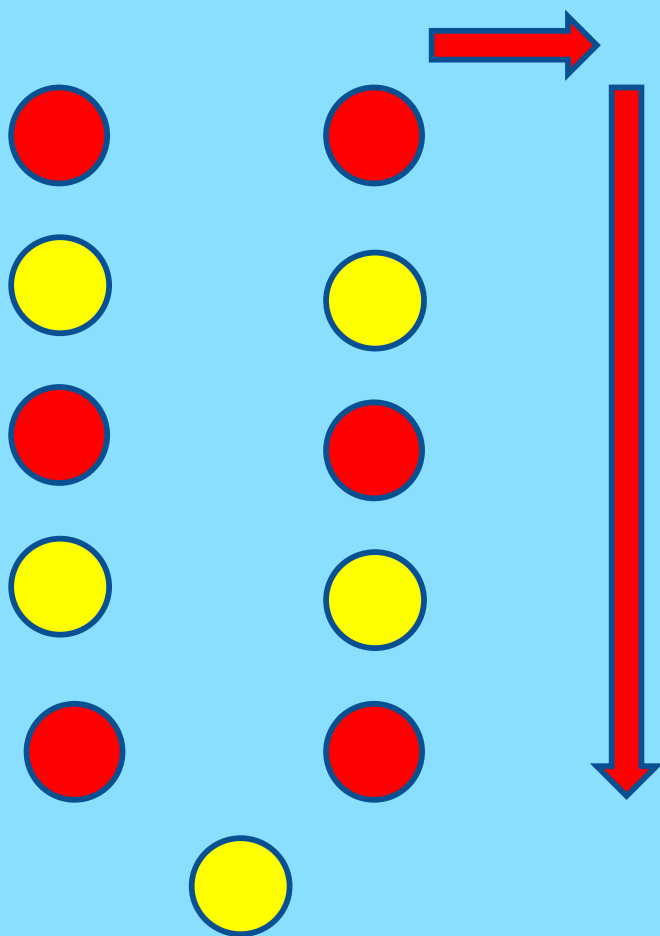
Перестроение из 1 круга в 2



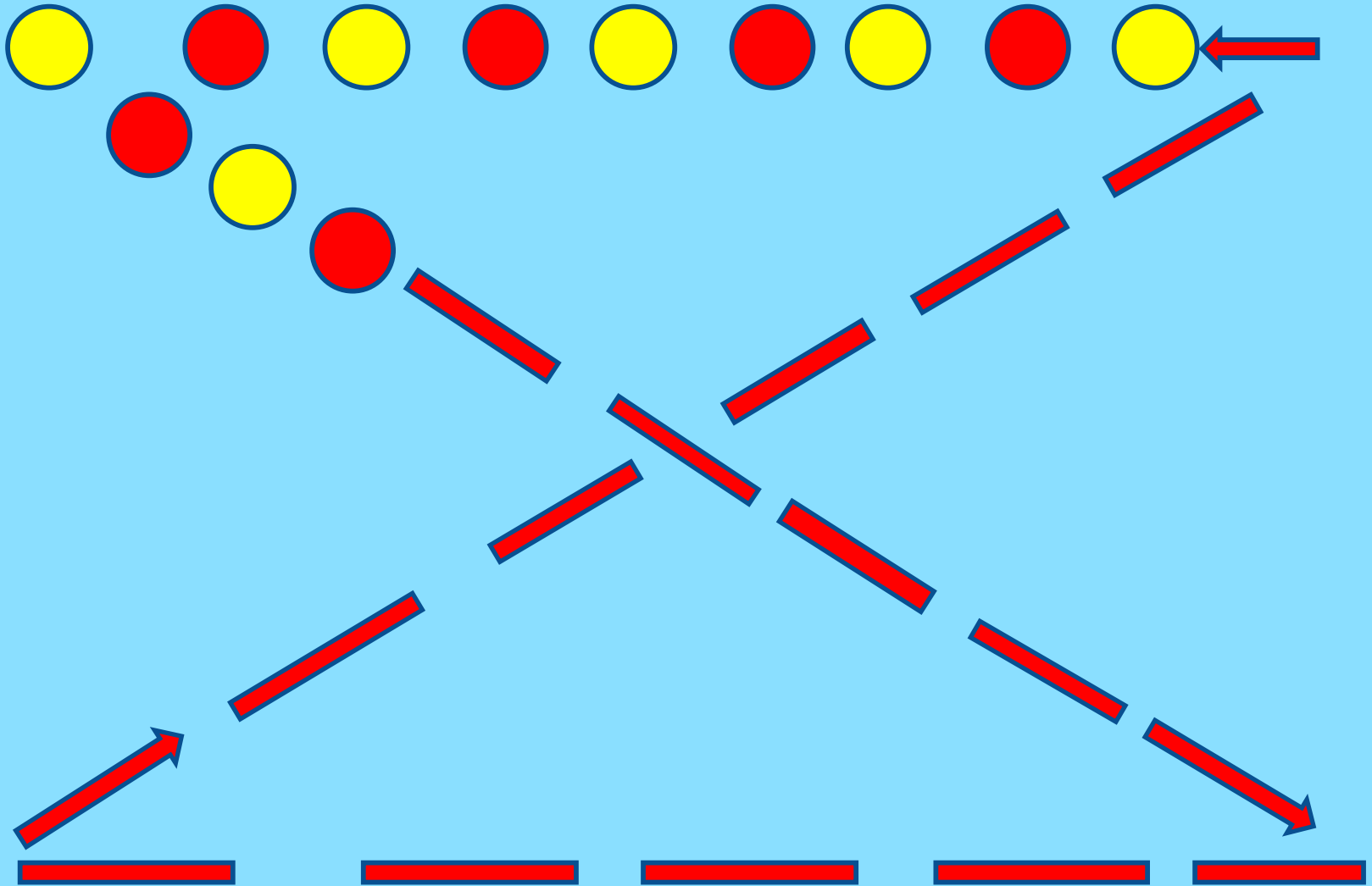
Перестроение в 2 круга из К. по 1-му



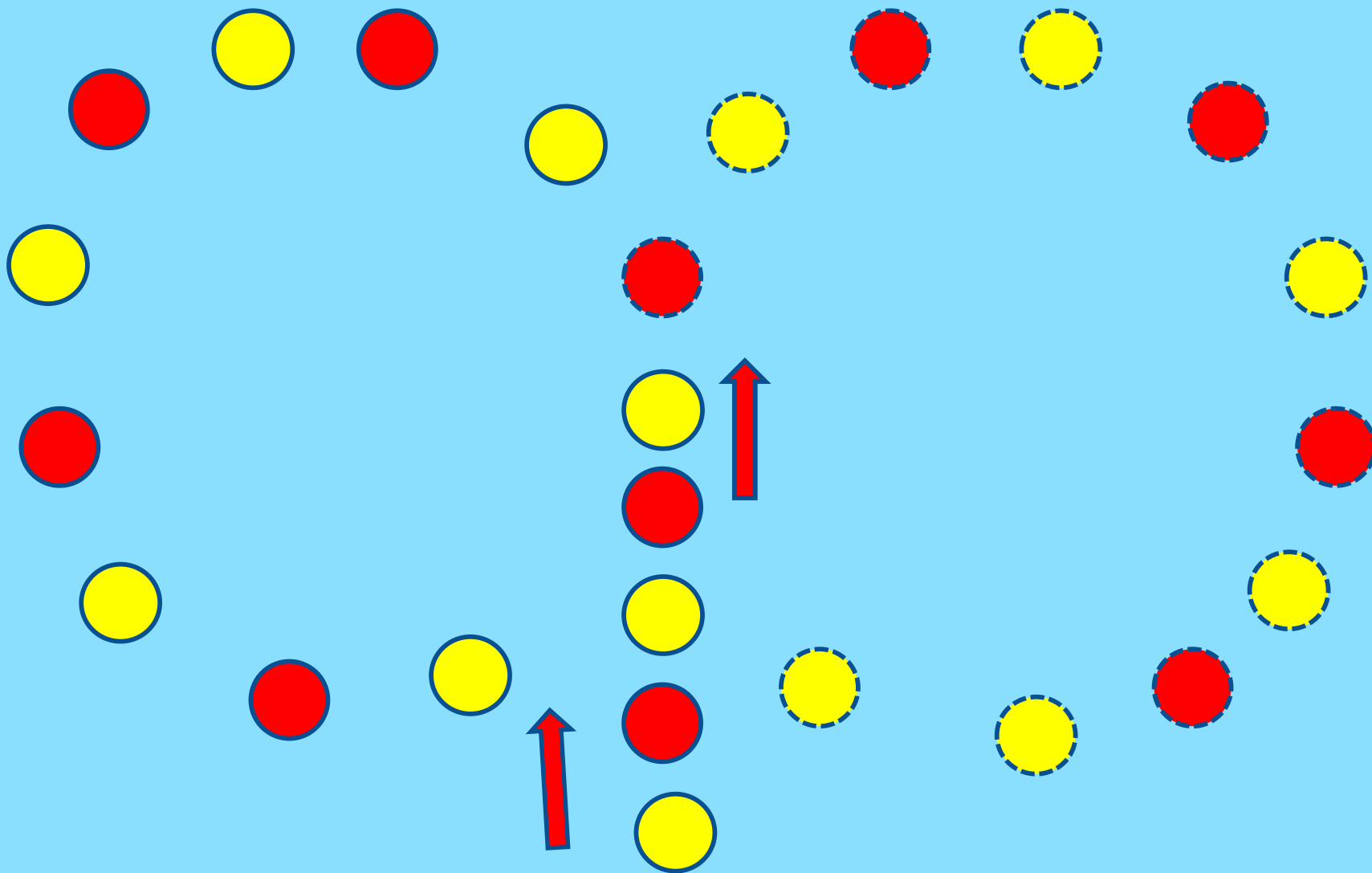
Ходьба противходом «Змейкой»



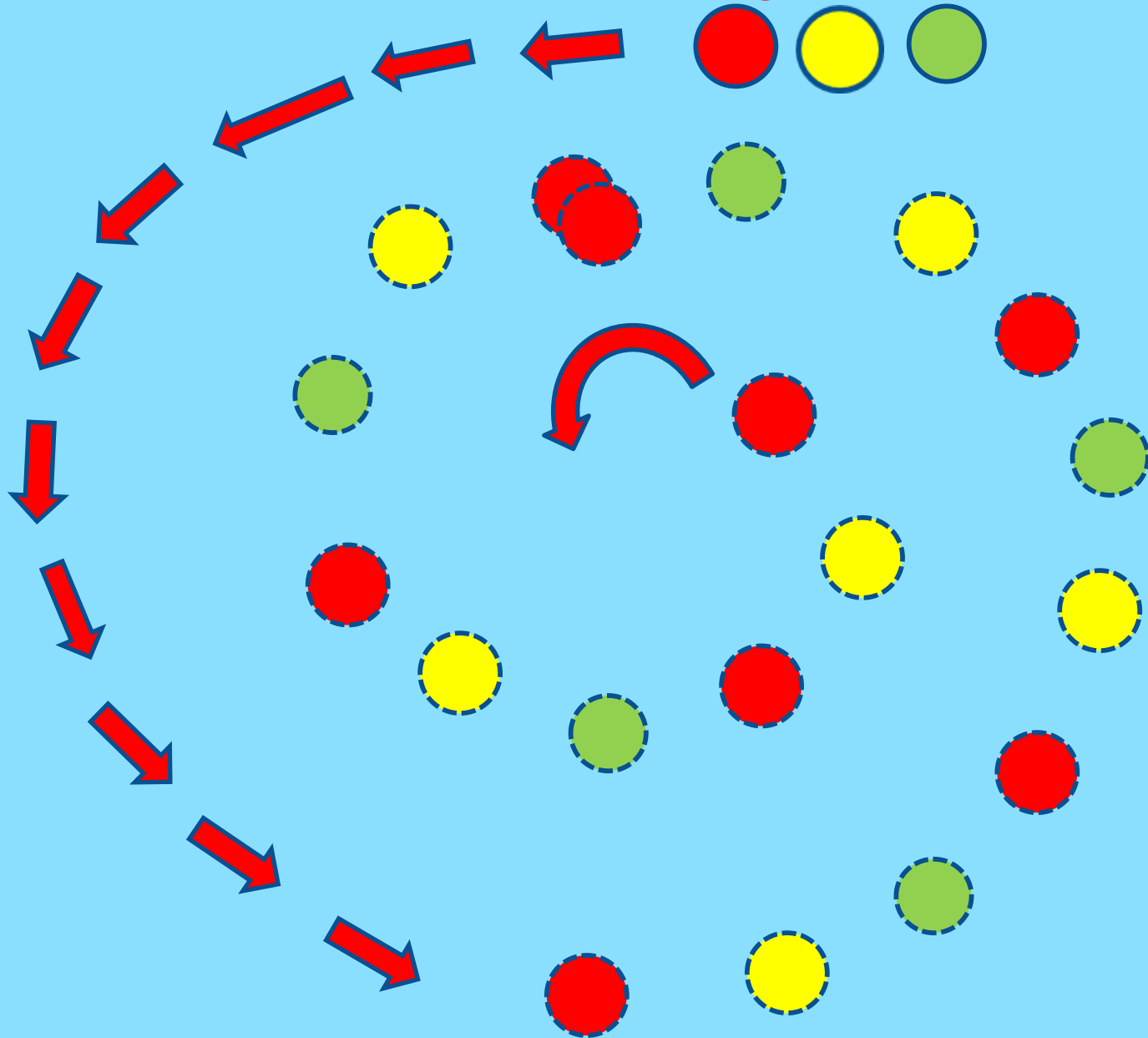
Ходьба по диагонали противопологом



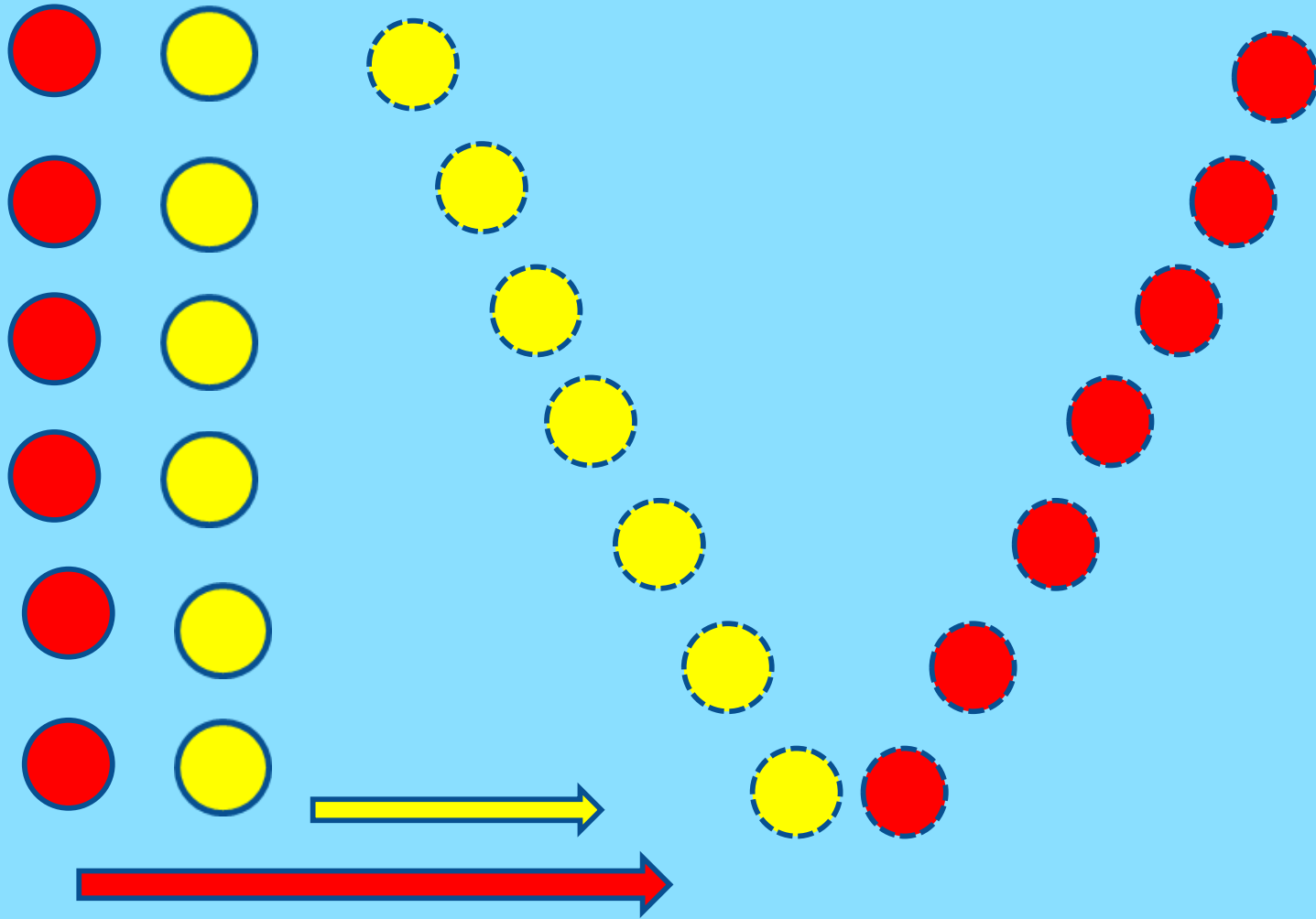
Ходьба «восьмеркой»



Ходьба по спирали



Перестроение из двух К. на клин



Всем отличного настроения!

