

МДОУ «Детский сад «Золотой петушок» п.Пангоды»

«ЗДОРОВЫМ БЫТЬ МОДНО!»

Инструктор по
физической культуре:
Сулейманова Т.С.

п.Пангоды
2022г.

Основными задачами детского сада по физическому воспитанию дошкольников являются:

- охрана и укрепление здоровья детей;
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- обеспечение физического и психического благополучия.



Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания. Это включает в себя: гигиенические факторы (гигиена одежды и помещения, режим, рациональное питание), физические упражнения (спортивные игры, утренняя гимнастика, физкультурные занятия, плавание), закаливание в повседневной жизни и специальные меры закаливания.

- Таким образом, триаду здоровья составляют рациональный режим, закаливание и движение.

Флешмоб – как одна из форм оздоровительного досуга



- Флешмоб в детском саду направлен на физическое совершенствование, развитие музыкальности и эмоциональности. Такая форма работы способствует: привлечению детей к здоровому образу жизни, выходу и разрядке отрицательных эмоций, снятию нервного напряжения, созданию положительной эмоциональной обстановки, улучшению физической формы ребенка.
- Флэшмоб для детей может стать не просто развлечением, а целым праздником!



