ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ НА СНИЖЕНИЕ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ

Подготовила:
Н.М. Копырюлина

«Цель наша должна состоять в том, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов, или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей»

С.Я. Эйнгорн

Двигательная активность – деятельность, основным компонентом которой является движение и которая направлена на физическое и двигательное развитие ребенка. Любая двигательная активность является двигательной деятельностью.

Движение – это хороший воспитатель. Благодаря ему окружающий мир открывается малышу во всем своем удивительном многообразии.

COOL

Принципы организации двигательной активности в детском саду:

- физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития;
- сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами;
-обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики;
- медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская помощь;
-включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

***Формы организации двигательной активности детей в течение дня различны*:**

- физкультурные занятия в зале и на прогулке;
- занятия в бассейне;
- прогулки-походы;
- дозированная ходьба;
- оздоровительный бег;
- физкультминутки;
- физкультурные досуги, праздники, «дни здоровья»;
- утренняя гимнастика;
- индивидуальная работа с детьми.

Василий Александрович Сухомлинский говорил: «Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд педагога. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.»