

ая эстафета «Здоровье детей в наших руках»

Команда «СПЕЦИАЛИСТЫ»

Команда «МОЛОДЕЖКА»

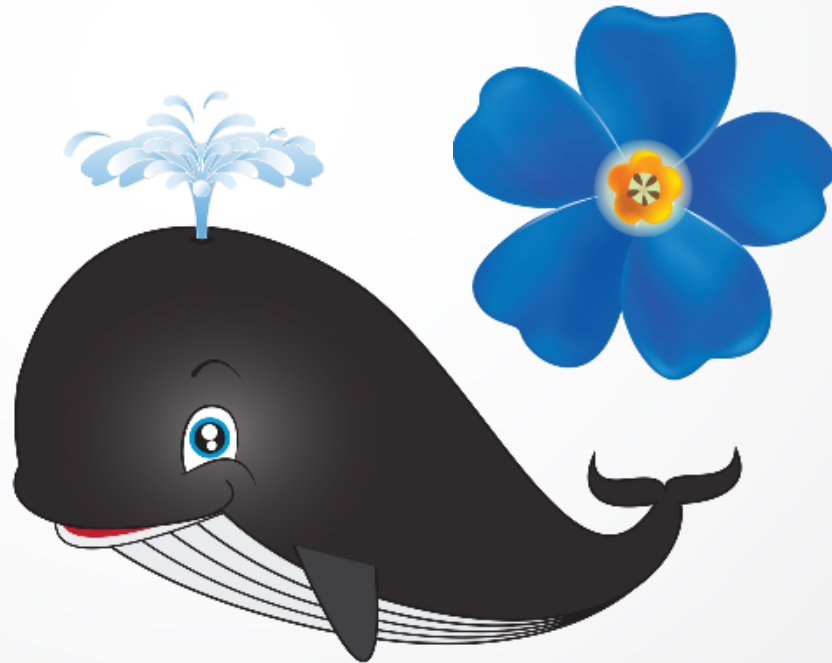
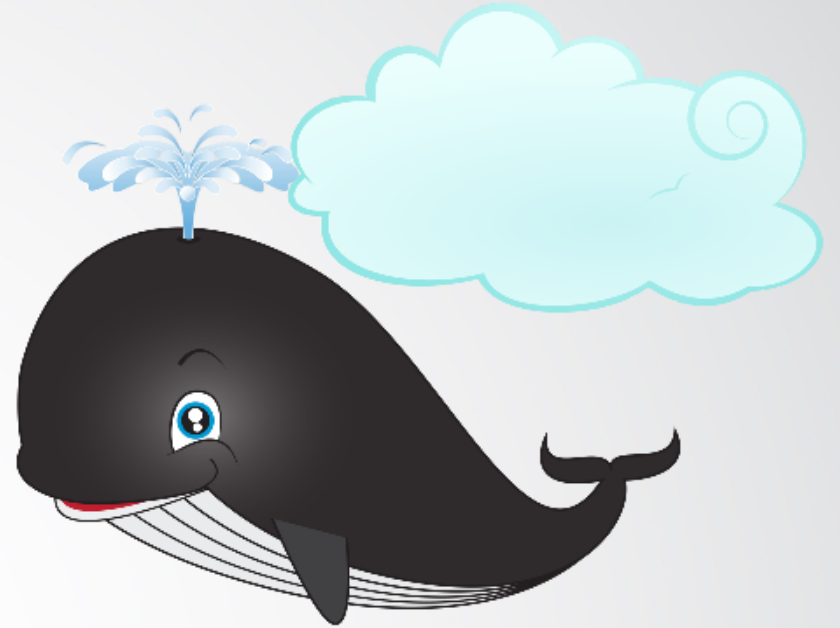
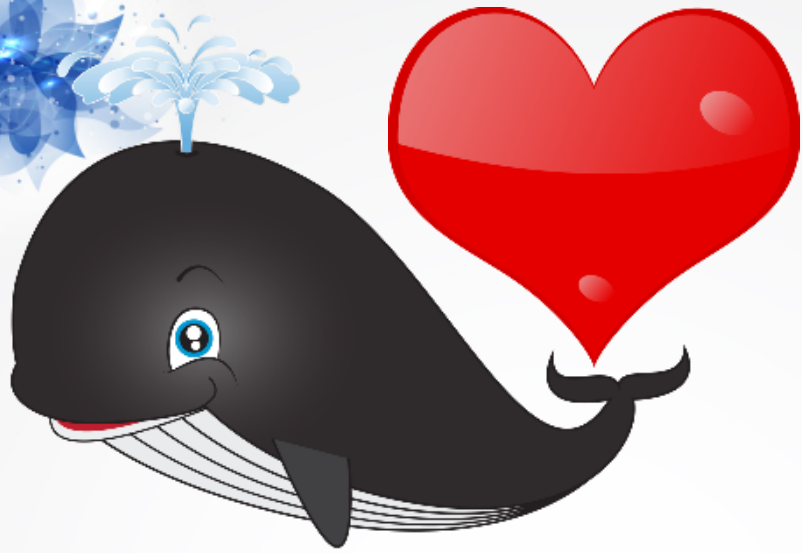
Команда «МАСТЕРА»

Здоровье

ЭТО...

2 МИН





30 сек



СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ СИСТЕМА

«Хочешь быть здоровым – бегай!

Хочешь быть красивым – бегай!

Хочешь быть умным – бегай!»

(ДРЕВНЕГРЕЧЕСКАЯ МУДРОСТЬ)

Назовите виды бега, используемые при работе с дошкольниками

- «СПЕЦИАЛИСТЫ» Показать комплекс упражнений для профилактики нарушений **осанки**.
- «МАСТЕРА» Показать комплекс упражнений для профилактики **плоскостопия**.
- «МОЛОДЕЖКА»: Показать комплекс упражнений для профилактики нарушения **зрения**.



ДЫХАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

«Прогулка при любой погоде – это жизнь»

Назовите виды двигательной активности детей на прогулке.

«СПЕЦИАЛИСТЫ» Показать комплекс дыхательной гимнастики.

«МАСТЕРА» Показать комплекс гимнастики после сна.

«МОЛОДЕЖКА» Показать комплекс утренней гимнастики.


2 мин



Иммунная система

«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»

- Назовите пословицы, поговорки, высказывания о здоровье, здоровом образе жизни, спорте, физкультуре
- Назовите здоровье сберегающие, сохраняющие и укрепляющие технологии
- Назовите компоненты ЗОЖ



Система физического воспитания в ДОУ ориентируется на:

1

При проведении физкультурного занятия в детском саду две трети движений, составляющих его структуру, должны быть циклического характера.

2

Повышение резервов дыхательной системы ребёнка происходит за счёт регулярной двигательной активности на свежем воздухе.

3

Органичное сочетание всех здоровьесберегающих технологий в ДОУ способствует совершенствованию системы регуляции физиологических функций организма ребёнка.

4

Регулярная физическая нагрузка способствует нарастанию резервных мощностей организма ребёнка.