

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа № 27 с углубленным изучением отдельных предметов» городского округа Самара
(дошкольное отделение)

**Опыт проведения нетрадиционных
физкультурных занятий в ДОУ
в соответствии с программой
«Как воспитать здорового ребенка»
В.Г. Алямовской**

Воспитатель: Женухова Светлана Анатольевна

Физическая культура охватывает те стороны жизни и воспитания, которые имеют решающее значение для нормального физического развития человека.

Важно! правильно организовать работу в этом направлении именно в дошкольном возрасте



Программа В.Г.Алямовской
«Как воспитать здорового ребенка».

Варианты проведения физкультурных занятий

- ▶ Игровые
- ▶ Занятия-тренировки



- ▶ Круговая тренировка
- ▶ Сюжетно-игровые занятия

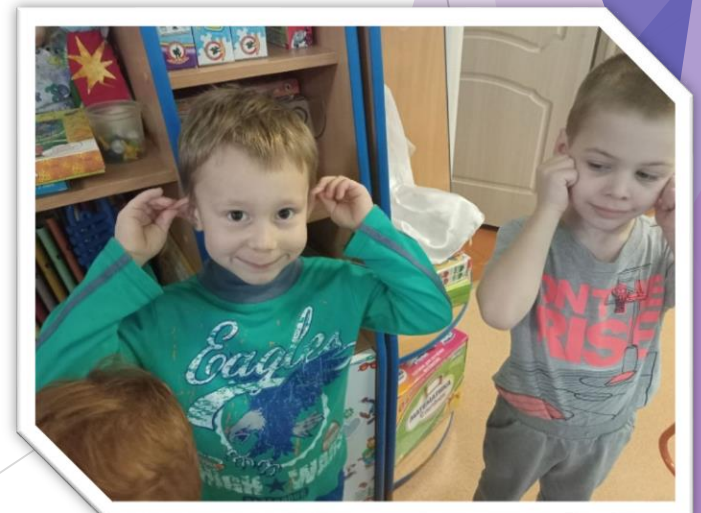
Варианты проведения физкультурных занятий

- ▶ Занятия на комплексах и тренажерах
- ▶ Занятия из серии «Забочусь о своем здоровье»
- ▶ Занятия с элементами психогимнастики
- ▶ Занятия с элементами гимнастики



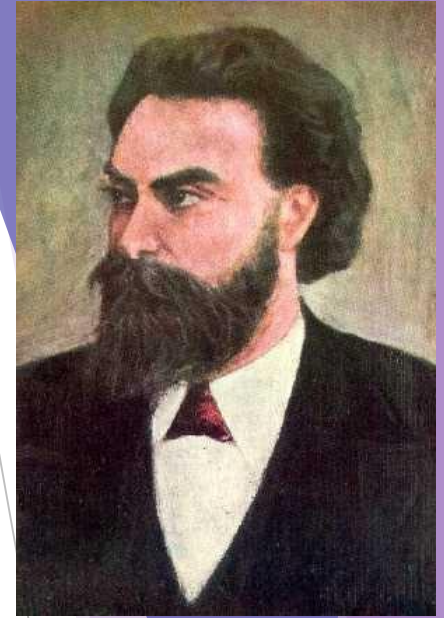
Виды нетрадиционной системы оздоровления дошкольников

- ▶ Оздоровительный бег (дозированный)
- ▶ Самомассаж
- ▶ Обливание холодной водой
- ▶ Релаксация



Нетрадиционные формы оздоровления

- ▶ **Музыкотерапия** - это лекарство, которое слушают. О том, что музыка способна изменять душевное и физическое состояние человека, знали еще в Древней Греции и в других странах.
- ▶ **Цветотерапия** - это цвет врачующий. Одни цвета ласкают взгляд, успокаивают, способствуют приливу внутренних сил, Другие вызывают не лучшие эмоции.



Нетрадиционные формы оздоровления

▶ Фитонцидотерапия.

У лука в листьях и луковицах сконцентрированы витамины, минеральные соли, питательные вещества большое количество фитонцидов, подавляющие рост патогенных микроорганизмов.

▶ Водотерапия.

▶ Смехотерапия. Ускоряет выздоровление, помогает справляться с трудностями, сохранять душевное равновесие оптимизм. Совместно с детьми слушаем аудио с заразительным смехом и избавляемся от негатива.



Нетрадиционные формы оздоровления

▶ Игротерапия.

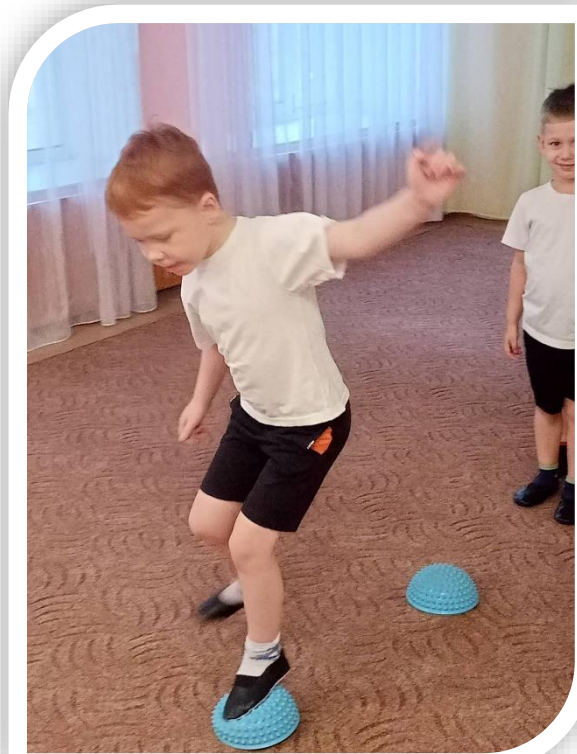
Метод психотерапевтического воздействия с использованием игры.

Игра способствует:

- созданию близких отношений между участниками группы,
- снимает напряжённость, тревогу, страх,
- повышает самооценку,
- позволяет проверить себя в ситуациях общения, снимая социально значимых последствий.



Спорт нам плечи расправляет,
Силу, ловкость нам дает.



Спорт ребятам очень нужен!
Мы со спортом крепко дружим!
Спорт — помощник,
спорт — здоровье,
спорт — игра,
физкульт-ура!



«Известно, что дошкольники проявляют интерес к двигательной деятельности вообще. Они любят бегать, не очень задумываясь над тем, что это является средством их физического и психического развития»

Е.П. Ильин

Спасибо за внимание!

Контакты для связи:

МБОУ Школа № 27 г.о. Самара
(Дошкольное отделение)

443112 г. Самара ул. Парижской Коммуны, 5а
Тел.: (846) 950-11-57 e-mail: sc27@mail.ru