

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 273 «Стрижи»

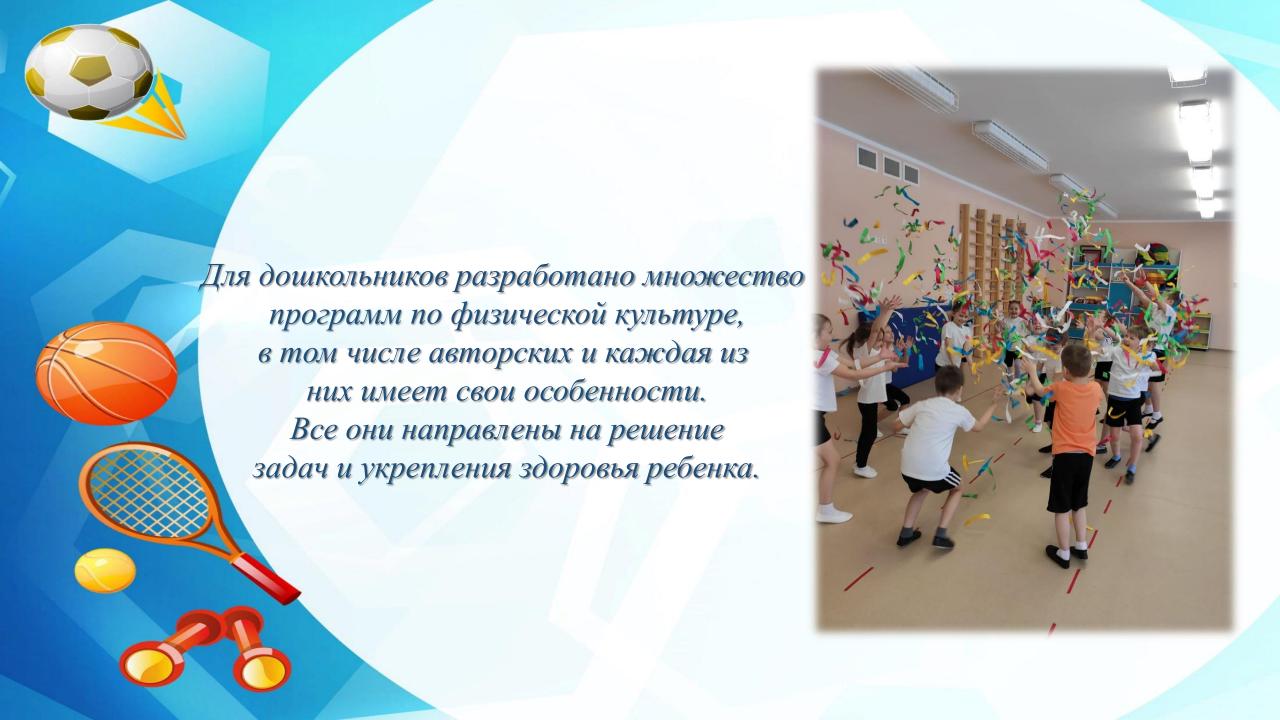
Инновационные подходы к оздоровительной работе ДОУ





Физическое воспитание занимает важное место в системе дошкольного образования. Так как в последние годы наблюдается снижение показателей здоровья.







Ha физкультурных занятиях используются элементы ЛФК, стретчинга, йоги и др. Одной из задач воспитания дошкольников является введение инноваций.







Детская йога: это система направленная на поддержания и укрепления психического и физического здоровья.



Детская йога охватывает все группы мышц, носит понятные название

(животных и выполняются по ходу сюжетно ролевой игры)







Дыхательные техники, помогают восстановить дыхание, успокоить нервную систему, учит контролировать эмоции.



Детская йога и расслабление



Шавасана, одна из важных асан. Детский организм быстро устает, это упражнение помогает убрать как физическую усталость так и и умственную. И приводит в состояние равновесия.



Детская йога и игры: Игры способствуют развитию воображения ребенка, фантазии. Ребенок учится проживать самые разные чувства. Учится общаться, ищет свое место в обществе.Да он словно репетирует саму жизнь! И для этого ему дано все детство.





Повтори дома вместе с родителями, те асаны, которые ты помнишь. Это объединяет детей и родителей, это прекрасное время препровождения с пользой.







Йога многогранна в своем исполнении. Один из вариантов, это парная йога, Дети учатся взаимодействовать друг с другом.















Ориентироваться в полузакрытом пространстве. Во время ползания у детей развивается моторика и восприятие сенсорных ощущений. Ребенок учится находить выход. И справляться с поставленной задачей.







Йога и игры.

Дети учатся работать в группе, придумывать животное и изображать. Игры направлены на развитие познавательных способностей детей. Способность развитию мыслительной деятельностью, сообразительности, внимания, воображения.



Дети учатся дружить и говорить приятные слова. Говорить приятные, добрые слова воспитывают положительное отношение к окружающим, развивает представление о добре, как о важном качестве.





Спасибо за внимание!

