

Кружок «Здоровичок»

**«Использование
корригирующей гимнастики
для профилактики осанки и
плоскостопия
у детей 5-го года жизни»**



**Моружева
Марина
Владимировна**
Воспитатель

Актуальность:

Оздоровительная работа с дошкольниками в последние десятилетия приобретает особую актуальность, что связано со стабильной тенденцией ухудшения здоровья всего населения России, в том числе и детей. Причин тому много: это социальные, экологические, политические факторы. В дошкольных учреждениях активно внедряются разнообразные формы оздоровления детей: прогулки, закаливания, полоскание горла и полости рта, гимнастики; утренние и после сна. И если о большинстве данных мероприятий родители знают достаточное количество информации, то о последнем - гимнастике после дневного сна, еще ее называют «корректирующей» многие не имеют представления. А ведь данный вид гимнастики несет значительный потенциал в оздоровлении дошкольников и используется не только с целью постепенного перехода детей от сна к бодрствованию, но и с целью дифференцированного подхода.



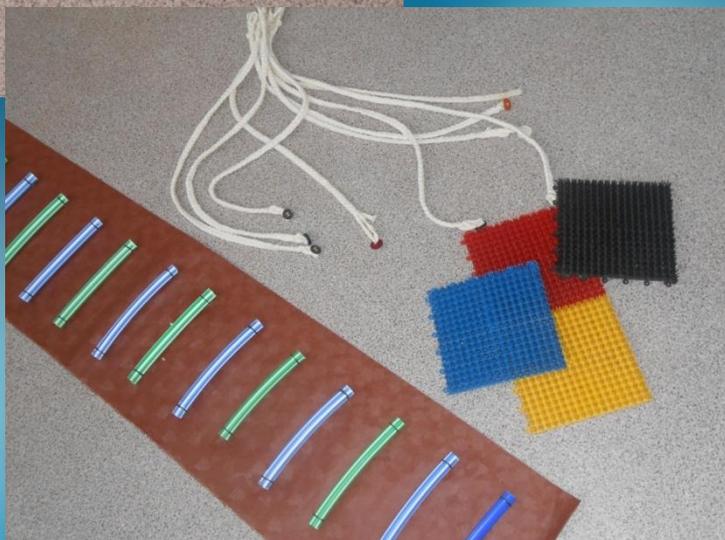
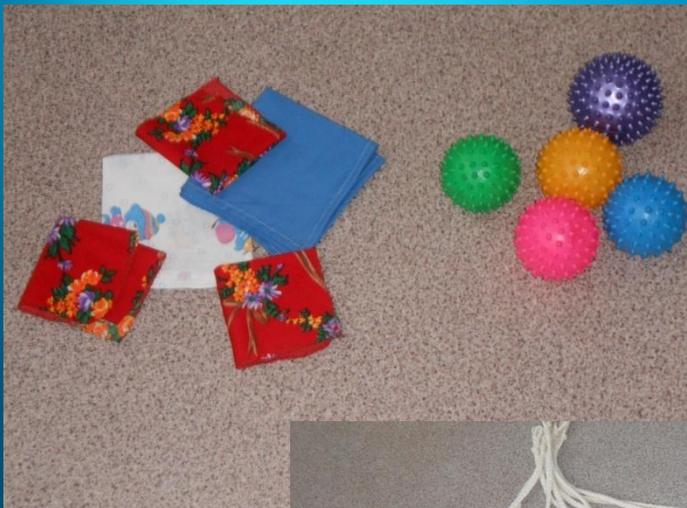
Цель :

❖ укрепление здоровья детей и совершенствование их физического развития с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений.

Задачи:

- ❖ Формирование и закрепление осанки, за счёт укрепления мышечного аппарата спины*
- ❖ Укрепление мышц стопы*
- ❖ Нормализация функциональных возможностей дыхательной системы посредством дыхательных упражнений*

Оборудование



Наши достижения





**Спасибо
за
внимание**

