

МДОБУ «Детский сад комбинированного вида «Южный»

Использование здоровьесберегающих технологий в непосредственно образовательной деятельности физической культуры с дошкольниками в группах компенсирующей направленности.



**Подготовила: инструктор по физической культуре
Самарина Светлана Анатольевна.**

1. Технология эмоционального сближения взрослого и ребенка.

Цель: научить детей вербальному и невербальному общению друг с другом, умению быстро устанавливать эмоционально – тактильный контакт со взрослым и сверстниками, а также искренне выражать свои чувства.



Фитбол-гимнастика



Подвижная игра «Друзья»

2. Эвритмическая гимнастика –

вид оздоровительно – развивающей гимнастики, основанной на ритмических закономерностях речи, музыки, общеразвивающих упражнений и элементах аэробики.

- **Цель:** развивать чувство темпа и ритма движений, внимания, пространственной ориентации; творческого начала («ритмическое фантазирование»), стимулирующего развитие созидательных способностей.

Упражнение «Ласточка»



Укрепление мышц спины



3. Звуковая гимнастика Лобанова. Разновидность дыхательной гимнастики.

Гимнастика состоит из специальных упражнений, связанных с произношением звуков и их сочетанием в определенной работе и строго определенным способом.

Цель: упражнять детей в развитии правильного дыхания и произношения звуков.

Звуковая гимнастика Лобанова.



Вдох через нос (1 – 2 сек) пауза, активный **выдох** через рот (2 – 4 сек) произношением звуков.

4. Кинезиологическая гимнастика.

Цель: развивать умственные способности детей через определенные двигательные упражнения.

Упражнение «Ухо, нос, хлопок»



Гимнастика для глаз

5. Полоролевое физическое воспитание.

Цель: развивать двигательные умения и навыки дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями с учетом пола ребенка.



Упражнение на гибкость

Упражнение на развитие силы рук



6. Логоритмика.

Цель: преодолеть речевое нарушение детей путем развития коррекции двигательной сферы.

Интегрированное занятие с логопедом



Логоритмика

7. Фитбол – гимнастика.

Цель: Развивать физические качества и укреплять здоровье детей, используя эффективность методики комплексного воздействия упражнений фитбол-гимнастики на развитие физических способностей детей дошкольного возраста.



Фитбол-гимнастика



Упражнения на мышцы спины

8. Ритмопластика.

Цель: формировать у детей средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

Ритмическая композиция «Небылицы»



Ритмическая композиция «Аист на крыше»



9. Олимпийское образование.

Цель: ознакомить старших дошкольников с первоначальными сведениями об истории Олимпийского движения древности и современности как достижения общечеловеческой культуры.



Интегрированное занятие



10. Стретчинг – гимнастика.

Цель: учить детей статическим растяжкам мышц тела и суставно – связочного аппарата рук, ног, позвоночника, позволяющих предотвратить нарушения осанки.



Упражнение «Бабочка» «Ежик»

Упражнение «Складка»



11. Аэробика.

Цель: развивать и поддерживать у детей в тонусе всех основных групп мышц, укреплять опорно – двигательный аппарат.

Аэробная разминка

«Выпад вперед с выносом рук вверх»

«Наклон вперед с рывками»



12. Закаливание по Ю. Ф. Змановскому.

Цель: укреплять здоровье детей, применяя эффективные методы закаливания в условиях МДОБУ.



Игры с водой



Обливание рук холодной водой

Спасибо за внимание!!!



Занятие в тренажерном зале