

МБДОУ «Д/с № 17 «Росинка»



**Вариант использования
средств и форм
физического воспитания
в течение одного дня в работе
с детьми дошкольного возраста**



**Воспитатель:
Ручкина Светлана Михайловна**



Гигиенические принципы:

- 1.** Наличие оптимального двигательного режима с учетом потребностей организма в движении и его функциональных возможностей.
- 2.** Дифференцированное применение средств и форм физического воспитания в зависимости от возраста, состояния здоровья и физической подготовленности.
- 3.** Систематичность занятий, постепенное увеличение нагрузок и комплексное использование разнообразных средств и форм физического воспитания.
- 4.** Создание благоприятных условий окружающей среды.

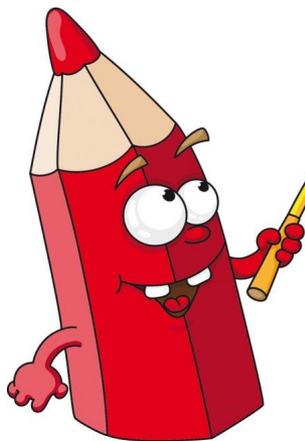


**средства
физического
воспитания**

**физические
упражнения**

**гигиенические
факторы**

**оздоровительные
силы
природы**



самостоятельная двигательная деятельность детей

утренняя гимнастика

динамические паузы

гимнастика после сна

формы физического воспитания детей в течение дня

«минутки здоровья»

индивидуальная работа по развитию движений

спортивные упражнения

подвижные игры









Спасибо за внимание!

