

*Босохождение, как доступный метод
снятия психоэмоционального напряжения,
профилактики плоскостопия и закаливания
детей дошкольного возраста*

Подготовили
Инструктора по ФК
МАДОУ МО г. Краснодар
«Центр – детский сад № 233»
Волкова Татьяна Александровна
Куропятник Мария Викторовна



АКТУАЛЬНОСТЬ

Перед каждой дошкольной организацией в условиях реализации ФГОС ДО стоит задача создания условий для полноценного физического и психического развития детей, сохранения и укрепления здоровья детей.

Дозированное систематическое босохождение стимулирует кровообращение организма ребенка, активизирует работу внутренних органов и мышц, способствует снятию психоэмоционального напряжения детей, коррекции и профилактике плоскостопия, оказывает закаливающее и тонизирующее воздействие, улучшает умственную деятельность. Помимо всех достоинств, босохождение – это сильный положительный эмоциональный заряд для всего организма. Босохождение должно быть постоянным и систематическим.

Цель:

создать условия для сохранения и укрепления психоэмоционального и физического здоровья детей с помощью метода босохождения.

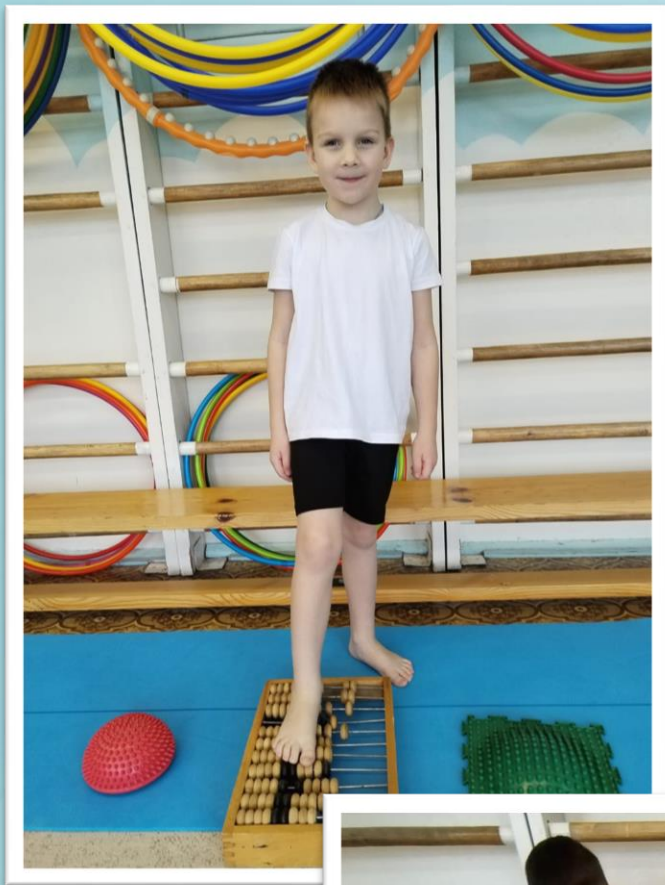
Задачи:

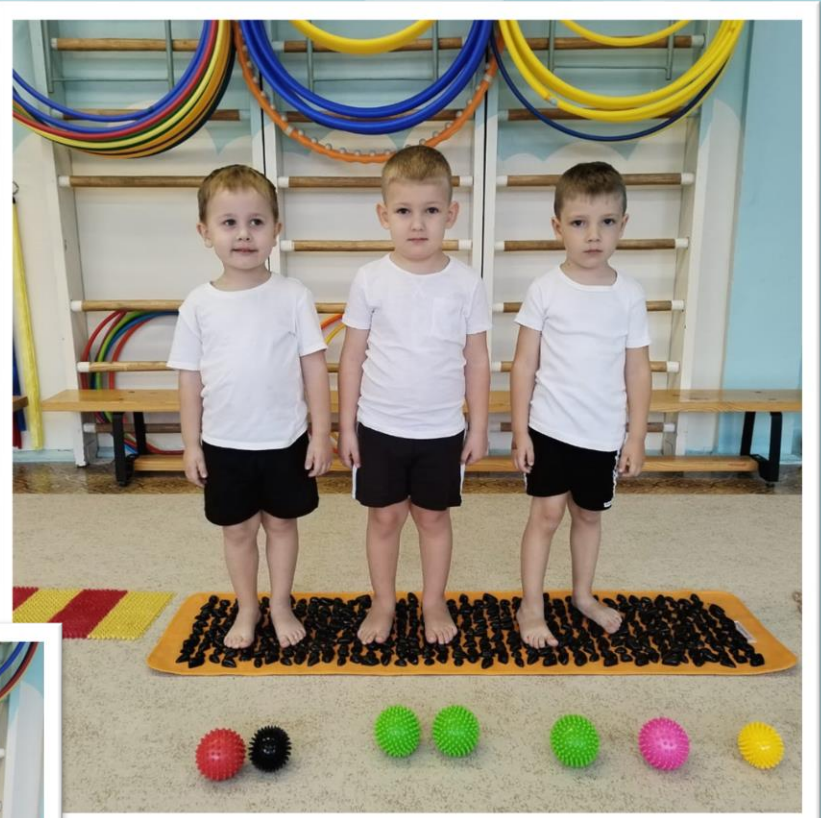
- изучение психолого-педагогической литературы;
- укрепить здоровье детей через босохождение;
- снятие психоэмоционального напряжения у детей;
- закрепить двигательные умения и обогатить двигательный опыт новыми способами движения;
- способствовать формированию правильной осанки и профилактика плоскостопия;
- приобщение детей к здоровому образу жизни.

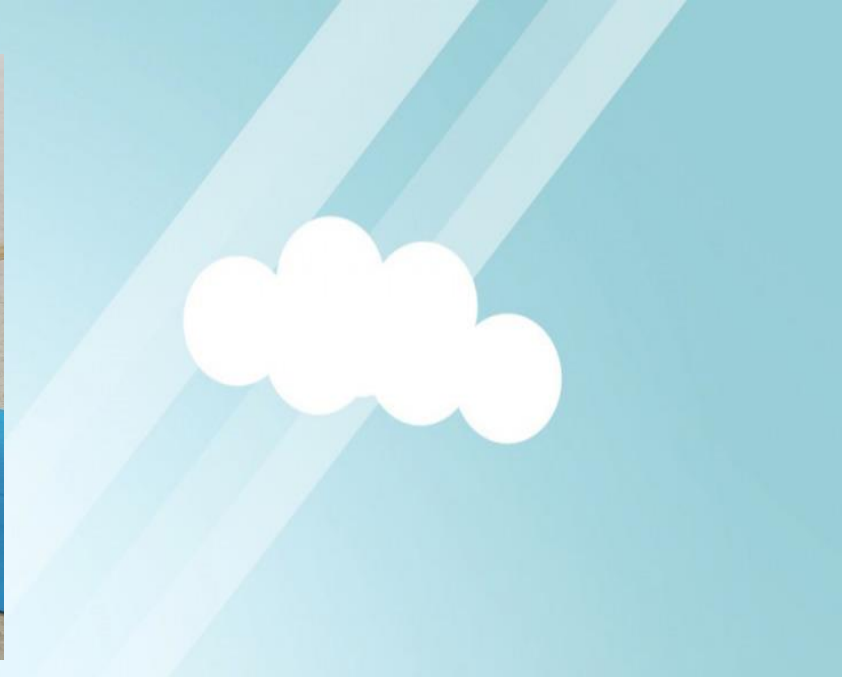
Упражнения и игры для детей

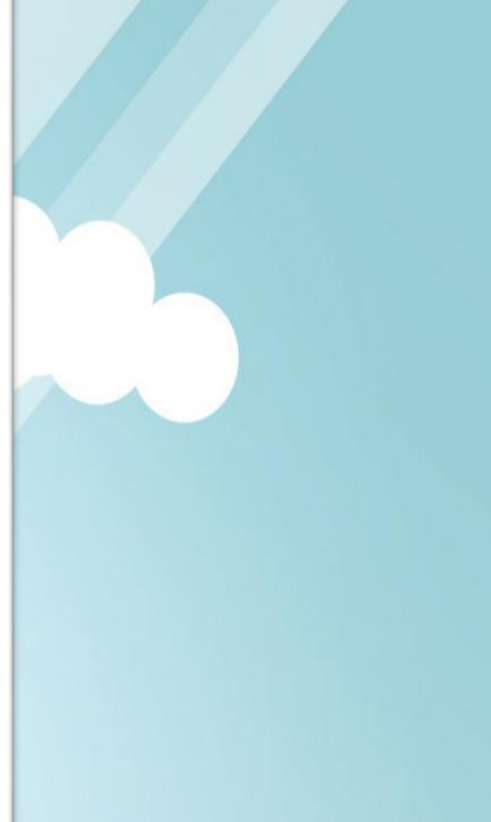
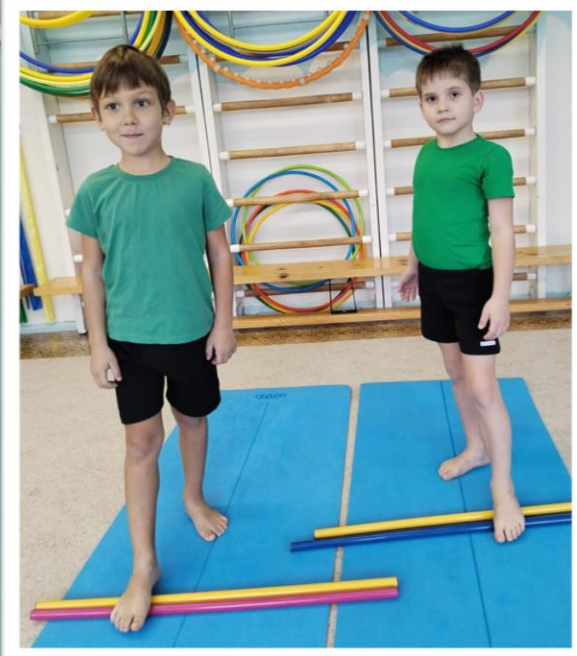












Упражнения с помощью бросового материала



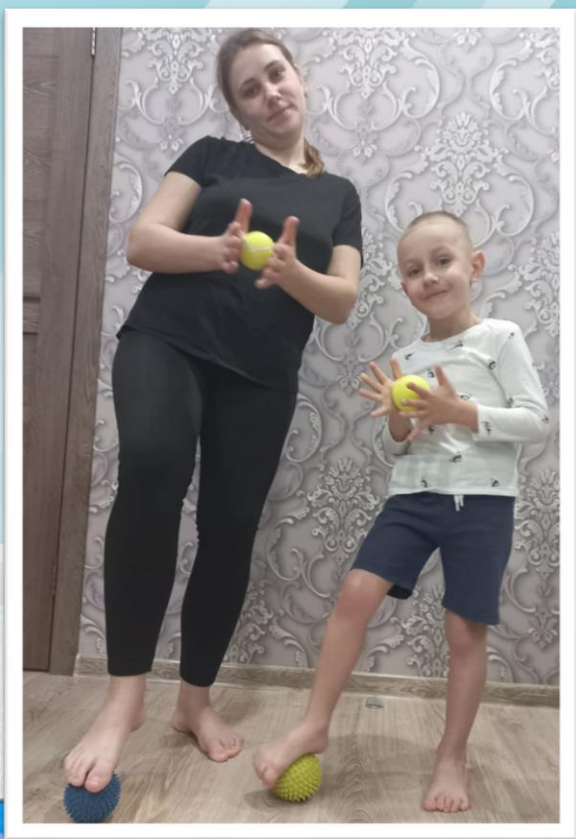




Упражнения для сотрудников



Упражнения для всей семьи





*Спасибо
за внимание!*