

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОМПЛЕКСА СРЕДСТВ, НАПРАВЛЕННОГО НА ГАРМОНИЧНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ВОСПИТАННИКОВ

Данное направление способствует решению оздоровительных задач всеми доступными для ДООУ средствами физического воспитания, а именно, используя:

средства для двигательной активности, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребностью детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений;

гигиенические факторы (режим дня, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;

естественные силы природы (солнце, воздух и вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливают эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка.