Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное
учреждение детский сад № 122

Консультация для воспитателей

«Создание условий для физкультурно-оздоровительных досугов»

Старший воспитатель Белых Е.В.

Создание условий для физкультурно-оздоровительных досугов

Активный отдых включает все виды физических упражнений и предполагает смену одного типа деятельности другим. Движения укрепляют здоровье ребенка и способствуют снятию перенапряжения.

К формам активного отдыха относятся: физкультминутки, физкультурные паузы, досуги, дни здоровья, туристические прогулки и т. п.

Одна из эффективных форм активного отдыха в летний период — **физкультурный досуг.** Он способствует воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивает выдержку, внимание, смелость, упорство, дисциплинированность. Его содержание составляют физические упражнения, которые проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений, увлекательных заданий, эстафет, спортивных игр, в виде музыкально-спортивных праздников.

Физкультурный досуг организуется на спортивной площадке, участке детского сада, в естественных условиях природного окружения: на лугу, в лесу, на берегу реки. Целесообразно посвящать его интересным спортивным событиям, общественным праздникам.

При проведении физкультурного досуга в разных возрастных группах определяются соответствующие ***задачи:***

Младший дошкольный возраст: привлекать детей к посильному участию в коллективных и индивидуальных двигательных действиях, обогащать их двигательный опыт яркими впечатлениями.

Старший дошкольный возраст: развивать умение творчески выполнять движения в условиях эмоционального общения со сверстниками, приучать проявлять инициативу в разнообразных видах деятельности.

Для малышей подбираются занимательные сюжеты, предусматривая фронтальную работу, чтобы одновременно включить всех детей в выполнение заданий, в игры.

Если в первой половине дня проводимый досуг характеризуется высоким эмоциональным напряжением, то во второй половине необходимо планировать такую деятельность, которая содержит меньшую эмоциональную и физическую нагрузку (настольно-печатные игры, рассматривание открыток, изготовление поделок из природного материала и т. д.).

Для организации физкультурной работы на территории дошкольного учреждения необходимо оборудовать спортивную площадку или площадку на участке, на которых проводятся детские праздники, основная часть физкультурных занятий, некоторые игры спортивного характера (волейбол, баскетбол, футбол), подвижные игры утренняя гимнастика. Физкультурные площадки оснащаются стационарным и выносным оборудованием.

Кроме того, на каждом участке территории нужно создать условия для самостоятельной двигательной деятельности детей. Наличие рационально

подобранного нестандартного оборудования позволяет успешно решать эту задачу.

Красочность, непривычный внешний вид пособий делают их привлекательными, вызывают желание заниматься. Их использование позволяет увеличивать количество упражнений для разных групп мышц, а также применять дифференцированный подход в работе с детьми, готовить их к выполнению других, более сложных движений.