

ВНЕДРЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ СПОРТИВНЫХ ИГР И ФИЗИЧЕСКИХ УПРОЖНЕНИЙ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ В СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА С ДЕТЬМИ.

Воспитатель: Петаева Л.М.

"Я не боюсь ещё и ещё раз повторить:
забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя.
От жизнерадостности, бодрости детей
зависит их духовная жизнь, мировоззрение,
умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы".

В. А. Сухомлинский

Я поставила перед собой цель: воспитывать здоровых, жизнерадостных, жизнестойких, физически совершенных, гармонически и творчески развитых детей. Главными, актуальными задачами моей работы по организации двигательной активности являются: - охрана и укрепление здоровья детей; - формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств; - создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности; - воспитание потребности в здоровом образе жизни; - обеспечение физического и психического благополучия.

Наиболее распространённые и самые любимые среди детей дошкольного возраста спортивные игры. В основе их лежат физические упражнения, в процессе которых ребята преодолевают различные препятствия, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Играя, ребенок всегда находится в определенных взаимоотношениях с коллективом. Игра - это первая школа воспитания общественного поведения. На основе взаимоотношений со сверстниками формируются чувства, привычки, умение действовать совместно и целенаправленно, понимание личных и общих интересов; развивает чувство содружества, подчинения и равенства.

Обучая детей элементам спортивных игр и упражнений, я решаю следующие задачи:

- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;

- формирование у ребят устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной деятельности;
- обогащение двигательного опыта новыми двигательными действиями (баскетбол – забрасывание мяча в кольцо, футбол – отбивание мяча ногой и т. п.);
- обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
- воспитание положительных морально-волевых качеств в спортивных играх;
- формирование привычки к здоровому образу жизни.

В возрасте 3 лет, дети, как правило, обладают неумной энергией и буквально неистовым желанием постоянно двигаться. Спортивные игры - отличный способ как расходовать детскую энергию, так и аккумулировать её. Учитывая поставленные задачи, с помощью родителей, на группу приобрели спортивный инвентарь: кольцобросы, перекладина, «чудо - лесенка», мини баскетбольное кольцо, лабиринт. Элементы спортивных игр включаю в утреннюю зарядку, организованную образовательную деятельность, а особенно детям нравится заниматься спортивными играми в свободной деятельности. Правильно подобранные упражнения, спортивные игры помогают укрепить мышечный корсет ребёнка и его осанку, улучшит иммунитет, избавляют от определённых недугов и, конечно, поднимают настроение за счёт выделяющихся в крови эндорфинов. Кроме того, известно, что занятия физкультурой стимулируют работу мозга, поэтому двигательная активность вкупе с умственной активностью идеальное сочетание для всестороннего развития ребёнка.

Родители - активные помощники в организации образовательного процесса. Нельзя добиться хороших результатов в решении физического воспитания и развития, если они не решаются совместно с семьёй, если в ДОО не создано детско-взрослое сообщество, для которого характерно содействие друг другу. Я стараюсь максимально привлечь родителей к активному участию, добилась полного осознания проблемы и активного стремления к сотрудничеству. Быть здоровым - естественное стремление человека. Здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие! Ведь главное для меня - вырастить и воспитать здоровую личность!!!