

День открытых дверей

«Физкультура в детском саду»

Слайд 1. Здравствуйте, уважаемые родители и гости нашего детского сада! Представлюсь, Вакула Галина Станиславовна – инструктор по физической культуре. В этом детском саду работаю 12 лет, имею высшую квалификационную категорию.

Физическая культура — это сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности.

Слайд 2. Я расскажу вам о физической культуре в нашем детском саду.

Что главное в воспитании детей? Ребёнок должен расти здоровым. Здорового ребёнка легче обучать, воспитывать, у него быстрее формируются все необходимые знания и навыки. Здоровье – важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, силы воли, дарований, природных способностей.

Слайд 3. Цель физической культуры – положительное воздействие на жизненно важные функции организма человека. Дошкольный возраст считается наиболее важным для физического, психического и умственного развития ребёнка. В этот период закладываются основы его здоровья. Поэтому основная задача физкультурно-оздоровительной работы заключается в том, чтобы способствовать укреплению здоровья, совершенствованию физического развития дошкольника.

Слайд 4. Как известно, регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. Кроме того, дети, в отличие от взрослых, очень подвижны и активны, поэтому им просто необходимо периодически «выпускать пар», а для этой цели, как и для совершенствования координации движений, физкультура подходит, как ничто другое.

Полноценное физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников, а также охрана жизни – неотъемлемая составляющая педагогической деятельности в ДОУ. Согласно ФГОС, в неделю в каждой группе по 3 занятия физкультуры: два из них в помещении - спортивном зале, 1 занятие на открытом воздухе, на спортивной площадке. Длительность занятий зависит от возраста детей: во второй младшей группе – 15 мин., в средней группе – 20 мин., в старшей – 25 мин., в подготовительной – 30 мин.

Слайд 5. Одно из трех занятий на неделе проводится в форме игрового занятия, как правило это полоса препятствий. Целью данных занятий

является профилактика опорно-двигательного аппарата, нарушений осанки и плоскостопия. Физическая культура может проводиться как с музыкальным сопровождением, так и без него.

Слайд 6. На занятиях физкультурой детей в игровой форме учат прыгать в длину, в высоту, прыгать на одной ноге, бегать, приседать, ползать по шведской стенке, ловить, кидать, перекидывать мяч и многое другое. Помимо этого, изучаются разные виды ходьбы и бега («как мишка косолапый», «как лисичка», «как зайчик»), высоко поднимая колени, подскоки и др.). Для детей проводятся эстафеты с преодолением препятствий – подлезть под перекладиной, перепрыгнуть через барьер, пробежать «змейкой» и др. У ребенка обязательно должна быть специальная форма для занятий – это в первую очередь, вопрос гигиены, а также дисциплины и безопасности. В нашем детском саду это белая футболка, черные шорты и чешки любого цвета. Начиная со средней группы, дети приходят на занятия строго в спортивной одежде и в чешках. Во второй младшей группе только в чешках, просим родителей приводить в этот день девочек в лосинах или иметь их в шкафчиках.

Слайд 7. Как я уже говорила, одно занятие в неделю проводится на улице. Очень хотелось бы убедить родителей, что в этот день дошкольники должны быть обуты в удобную спортивную обувь для улицы, одеты в удобную одежду.

Слайд 8. Ежедневно в каждой группе день начинается с зарядки, один раз в неделю зарядка проводится под музыкальное сопровождение музыкального руководителя. Утренняя гимнастика помогает детям начинать день с положительных эмоций.

Слайд 9. Помимо занятий в нашем саду проводятся регулярно спортивные досуги как в помещении, так и на улице, спортивные праздники и развлечения, соревнования, эстафеты, Недели и Дни здоровья и др. мероприятия.

Слайд 10,11,12. С 2019 года воспитанники нашего детского сада участвуют в фестивале ГТО. В сдаче нормативов ГТО приняли участие 12 детей: из них 2 получили золотые значки, 8 – серебряные и 2 бронзовые.

Физическое развитие детей нужно продолжать и за пределами детского сада. Утренняя гимнастика всей семьей, подвижные игры на прогулке, безусловно, пойдут на пользу любому ребёнку.

Естественно не каждый из малышей станет чемпионом, но каждый обязательно должен вырасти крепким и здоровым. Когда люди говорят о счастье, они, прежде всего, желают друг другу здоровья. Так пусть дети

будут здоровыми и счастливыми. А это значит, что здоровыми и счастливыми будем мы все.

Спасибо за внимание. Я готова ответить на ваши вопросы.