

Привлечение детей к физической культуре в детском саду

Повышение физической активности – одно из самых эффективных средств предупреждения заболеваний, укрепления защитных сил организма. Ни одно лекарство не поможет ребенку так, как последовательные и систематические занятия физкультурой. Я стараюсь показать детям, что, занимаясь физкультурой, закаливанием, физическими упражнениями, человек меньше болеет, чувствует себя всегда веселым, жизнерадостным.

Как повысить эффективность занятия, сформировать у детей соответствующие навыки? Для этого как одну из форм работы я использую игровые ситуации, в которых к детям в гости приходят различные герои. Частый гость – Доктор Айболит. Он учит элементам самомассажа, дыхательной гимнастики и т.д. Большое внимание уделяю профилактике плоскостопия и нарушения осанки, развитию органов дыхания («Стойкий оловянный солдатик», «Хотим быть стройными», «Гусеница», «Шар лопнул» и т.д.). Положительный эмоциональный настрой, который несет в себе игра, способствует более быстрому усвоению любого материала.

Планирование занятий разной направленности: обучающих, игровых, тренирующих, оздоровительных, тематических, интегрированных позволяет формировать устойчивый познавательный интерес к физкультурно-оздоровительной деятельности, двигательному творчеству. Большую роль в развитии выразительности движений играет использование музыки.

Для стимулирования интереса к физкультурным занятиям я использую как традиционное, так и нетрадиционное оборудование.

В детском саду организуются веселые досуги и развлечения, шумные праздники и соревнования, без которых сложно представить себе жизнь ребенка. Досуги позволяют педагогу, не снижая эмоционального состояния детей, стимулировать двигательную активность каждого ребенка с учетом его индивидуальных особенностей. Развлечения вызывают у детей повышенный интерес к двигательному материалу, дают возможность реализовать свой двигательный опыт, проявить двигательное творчество. Праздники, досуги, развлечения ценны тем, что создают условия для эмоционально-психологического благополучия каждого ребенка.

Физкультурно-оздоровительная работа невозможна без сотрудничества с родителями, ведь именно они больше всех заинтересованы в здоровье своего ребенка. Поэтому я стараюсь привлекать их к проведению спортивных мероприятий, где родители и дети вместе играют, общаются, узнают друг о друге много нового и интересного. Таким образом в нашем саду мною в течение учебного года проводятся мероприятия с участием родителей, как в группах с русским языком обучения так и в группах с государственным языком обучения: «Әкем, анам және мен – спорттық отбасымыз», «Мама папа я - спортивная семья», «Көңілді қадам басайық», «Вместе весело шагать», «Аты –Баты мы солдаты», «Қызықты эстафета», «Веселая эстафета».

«Лучше быть здоровым и богатым, чем бедным и больным» - таков девиз диктует наша современная действительность.