

«ИГРОВЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ НА ВОЗДУХЕ КАК ЭФФЕКТИВНАЯ ФОРМА ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ДОУ»

Одной из важнейших проблем в настоящее время является недостаточная активность детей.

Проблемой воспитания здорового ребёнка занимались многие ученые и практики



В работах, М.А.
Руновой, П.Т.
Осокиной, В.А.
Шишкиной уделяется
внимание
составлению
оптимального
двигательного режима
для дошкольников



М.Н. Кузнецова, А.П.
Чабовская считают, что в
оздоровлении детей
определяющую роль играют
закаливающие процедуры

К основным задачам физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ относятся:

- охрана и укрепление здоровья детей;
- совершенствование физического развития детей;
- формирование у детей двигательных умений и навыков;
- система знаний об организме, роли физических упражнений;
- воспитывать привычки, соблюдать режим дня;
- воспитывать интерес к занятиям спортом.

Средствами реализации группы оздоровительных задач являются:

- гигиенические факторы;
- социально-бытовые факторы;
- полноценное питание;
- рациональный режим жизни;
- физические упражнения.

**Эффективной формой работы
являются игровые
физкультурные занятия на
воздухе**

Выбирая игры для занятий, следует руководствоваться такими требованиями:

- учет возраста и физической подготовленности детей;
- учет дидактических принципов: доступности, систематичности, повторности;
- учет физических нагрузок (*включение всех мышечных групп, включать игры с различными основными движениями*);
- учет интересов детей (*при их желании игры заменять на любимившиеся*);
- ежедневное использование на прогулке хорошо знакомых игр.