

# «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.