

**Консультация для воспитателей на тему:  
«Взаимодействие инструктора по физкультуре с педагогами ДООУ по  
вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья  
детей».**

Цель: совершенствовать знания педагогов о постоянном взаимодействии инструктора по физической культуре и педагогов ДООУ по физическому воспитанию, сохранению и укреплению здоровья детей.

Задачи:

1. Совершенствовать знания педагогов по подготовке детей и проведения занятий по физической культуре.
2. Познакомить педагогов с требованиями к воспитателю в совместной работе по вопросам физического воспитания.
3. Вызвать желание постоянного сотрудничества педагогов с инструктором по физкультуре в ДООУ.

Одной из задач, реализуемой педагогическим коллективом нашего детского сада в этом учебном году является оптимизация работы по формированию у дошкольников потребности в двигательной активности, привычки здорового образа жизни. В дошкольном учреждении физкультурно-оздоровительная работа организуется воспитателем, инструктором по физическому воспитанию, инструктором лечебной физкультуры, инструктором по плаванию. Каждый из них выполняет работу в соответствии с должностными обязанностями. Требования к деятельности этих специалистов имеют отличия в зависимости от решаемых задач:

общей физической подготовки детей, двигательной реабилитации, обучения плаванию. Однако педагогическая деятельность каждого направлена на одного ребёнка, поэтому действия их должны быть согласованы между собой.

Требования к воспитателю:

1. Знает программу, в соответствии с которой претворяет на практике физическое совершенствование детей (цели, задачи, прогнозируемые результаты).
2. Проводит диагностику физического состояния детей по программе, реализуемой дошкольным учреждением.
3. Знает особенности состояния здоровья воспитанников и планирует занятия физическими упражнениями в соответствии с этими особенностями.
4. Организуя занятия физическими упражнениями с воспитанниками, применяет только методические материалы, рекомендованные органами образования (российскими, городскими, районными) для работы с детьми дошкольного возраста.
5. При проведении физкультурного занятия имеет план занятия, основанный на данных методических материалов.
6. Формирует у детей представления о гигиене и эстетике занятий физическими упражнениями (осанка, образцовый показ физических упражнений, проведение занятия в спортивной одежде и обуви и т.д.).
7. Использует средства физической культуры для воспитания нравственных (морально-волевых) качеств у своих воспитанников.
8. Контролирует физическую нагрузку детей по внешним признакам утомления.
9. Обеспечивает безопасность детей в процессе занятий физическими упражнениями.
10. Оказывает детям первую медицинскую помощь при несчастных случаях.
11. Планирует, проводит и анализирует физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня (утренняя гимнастика, физкультминутка, подвижные игры между занятиями и на улице, бодрящая гимнастика).
12. Планирует, проводит и анализирует физкультурно-массовую работу в группе (физкультурные досуги, физкультурные праздники и т.п.).
13. Создаёт условия в группе для самостоятельной двигательной деятельности детей.

14. Организует самостоятельную двигательную деятельность детей в группе и на прогулке.

15. Информировать родителей об уровне физического состояния их детей и успешности в двигательной деятельности.

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Воспитатель сам переодевается в спортивную форму. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребёнка до самого низкого.

Важно, чтобы воспитатель знал свою роль в каждом виде деятельности. Он должен помочь детям лучше усвоить программное содержание. При этом его активность на занятии зависит прежде всего от возраста детей. Наиболее активная роль принадлежит воспитателю младшей группы. Воспитатель выполняет всё с самого начала занятия: с входом в зал, построения детей в шеренгу и до его окончания: выход из зала спокойным шагом.

В средней, старшей и подготовительных к школе группах воспитатель помогает физинструктору в перестроении детей, раздаче и сборе спортивного инвентаря.

Во время выполнения общеразвивающих упражнений и в основных видах движений воспитатель следит за исходным положением и качеством движений, делает по необходимости замечания детям или поощряет тех, которые верно справились с заданием, применяя самые разнообразные приёмы.

Во время подвижных игр воспитатель следит за детьми, чтобы они правильно передавали игровой образ, не нарушали установленные правила.

Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

Ежедневные занятия с каждым ребёнком, знание его интересов, способностей дают возможность воспитателю и инструктору по физическому воспитанию осуществлять физическое развитие всех детей.

Физинструктор консультирует воспитателей, даёт необходимые советы, оказывает помощь.

Особенно содержательная совместная работа с воспитателем и музыкальным руководителем проводится в ходе подготовки к утренней гимнастике, спортивным праздникам, досугам, развлечениям. Учитывая способности каждого воспитателя необходимо распределить роли для сюрпризных моментов праздника, отработать их, подобрать музыкальное сопровождение, песни, танцы.

Чтобы воспитатель был первым помощником физинструктора, с ним надо регулярно взаимодействовать. На консультациях знакомить воспитателей с планом работы, разрабатывать утреннюю гимнастику, обращать внимание на те умения и навыки, которыми должен овладеть каждый ребёнок, вместе обсуждать проведенные занятия, учитывать, кому из детей нужна индивидуальная помощь. А на практических занятиях помогать воспитателям, совершенствовать их навыки и умения.

Постоянная, совместная работа инструктора по физическому воспитанию и воспитателя группы может привести к желаемым результатам в решении задач общего физического воспитания дошкольников.

## **Консультация для воспитателей «Планирование и организация спортивных игр на прогулке».**

В существующих современных программах воспитания детей, реализуемых сегодня педагогами дошкольных учреждений, перечислены спортивные игры и спортивные упражнения, которые могут быть включены в двигательный режим детского сада. Это хоккей, футбол, баскетбол, городки, настольный теннис, бадминтон, а также катание на санках, велосипеде и самокате, лыжах и коньках, плавание, скольжение по ледяной дорожке. В спортивной и педагогической литературе описано их содержание, однако большинство педагогов затрудняются в выстраивании системы обучения детей той или иной игре, спортивному упражнению и чаще всего ограничиваются тем, что выносят на прогулку спортивное оборудование и предоставляют детям полную самостоятельность в его использовании.

Но только целенаправленное, планомерное, не реже 1-2 раз в неделю обучение спортивным играм и спортивным упражнениям даст детям возможность по-настоящему ощутить азарт спортивной игры и её пользу. Описание содержания спортивных игр и спортивных упражнений и систему подводящих упражнений, которые помогут детям овладеть их основными приёмами. Однако прежде чем приступить к систематическому обучению детей спортивным играм и спортивным упражнениям, необходимо познакомить их с различными видами спорта, спортсменами, провести экскурсию или целевую прогулку на спортивную площадку, рассмотреть иллюстрации.

Цель их – вызвать интерес, сформировать желание заниматься спортом. Вторым этапом является накопление опыта общения с предметами: ракеткой, мячом, городками и т. д. Для этого целесообразно поместить их в спортивный уголок и дать возможность самостоятельно манипулировать ими и лишь после этого приступить к обучению. При этом следует помнить о строгом контроле за самочувствием детей и учитывать противопоказания при использовании отдельных видов движений. Например, детям, имеющим плоскостопие, не следует увлекаться ездой на велосипеде, детям с нарушением зрения противопоказан настольный теннис и т. д.

### **Правила подбора спортивных игр и упражнений.**

Главное правило подбора – соответствие спортивных игр и упражнений возрастным анатомо-физиологическим и психологическим особенностям дошкольников.

Функциональные возможности малышей ниже, чем у взрослых, что определяет ограниченное использование физических упражнений, требующих значительной физической нагрузки, выносливости. Свойственная дошкольникам непосредственность, некоторая импульсивность нервной деятельности ограничивает их возможности и в быстром ориентировании.

В работе с дошкольниками можно использовать такие спортивные игры и упражнения, в которых максимально доступные физические нагрузки чередовались бы с минимальными или с расслаблениями мышц. Это спортивные игры, в которые входят основные движения – ходьба, бег, прыжки, бросание, ловля, метание мяча, лазание, пролезание и т. д. Именно такой характер имеют ходьба на лыжах, бег на коньках, спортивные игры - бадминтон, настольный теннис, городки, баскетбол.

Дошкольники ещё не умеют выполнять цепочки технических приёмов или тактических комбинаций спортивной игры, им доступны лишь начальные, элементарные приемы или отдельные простые комбинации.

Например, в бадминтоне: ударом ракетки послать волан в направлении к партнеру, а при возвращении волана – отбить; в волейболе: броском от груди послать мяч тем же приемом на другую сторону сетки; получая мяч от партнера, не отбивать его, а лишь ловить, снова повторить такой же прием броска.

Большое значение имеет использование в режиме дня различных спортивных игр и упражнений в комплексе. В комплекс включают упражнения, разные по двигательному содержанию, уровню усвоения и технической сложности. Разнообразие движений в них способствует улучшению общей физической подготовки детей. Использование упражнений с разным уровнем сложности облегчает организацию и педагогический контроль за их ходом.

В таких условиях педагог может уделить больше внимания контролю за более сложными упражнениями в то время как другие дети будут самостоятельнее в простых.

При комплексном использовании легче удовлетворить индивидуальные склонности детей и сделать их интересы более разнообразными.

Спортивные игры и упражнения преимущественно проводятся на свежем воздухе. Поэтому, подбирая их, следует учитывать сезонные, погодные условия. Так, в теплое время года отдается предпочтение спортивным упражнениям и играм с мячом, бегу (умеренному, быстрому, на выносливость), играм в кегли, городки, настольный теннис, бадминтон, с элементами баскетбола, волейбола; купанию, плаванию, езде на велосипеде; зимой – катанию на санках, развлечениям со снежками, скольжению на беговых дорожках, ходьбе на лыжах, бегу на коньках. Подбирая развлечения к тому или иному периоду дня, следует помнить о педагогических задачах, которые надлежит решить в предстоящем периоде, а также о физических нагрузках предыдущего.

### **Место спортивных игр и упражнений в режиме дошкольного учреждения**

Спортивные игры и упражнения в дошкольном учреждении следует использовать в разные периоды дня.

Утром, принимая малышей, можно привлечь к развлечениям небольшие группы детей в зависимости от их состояния. Дети, которые рано встают и пешком идут в детский сад, достаточно бодры, с удовольствием выполняют определенные движения. А те, которые встают поздно, приходят иногда сонные, вялые и не изъявляют желаний двигаться. Таких ребят следует вовлекать в двигательную деятельность постепенно.

Утром нецелесообразно использовать спортивные игры и упражнения, вызывающие сильное эмоциональное возбуждение или требующие больших затрат физической энергии. Это будет истощать детей, снизит их возможности в овладениями знаниями, навыками и умениями на занятиях.

Это нужно учитывать и при подборе упражнений для вечернего времени, ведь вечером, через 2-3 часа после дневного отдыха, работоспособность детей начинает снижаться. Но и не сразу после сна, так как дети ещё вялые, поэтому нагрузку следует повышать постепенно, используя например, комплексы коррегирующей гимнастики. На дневной прогулке можно использовать спортивные игры и упражнения, с максимальной физиологической и эмоциональной нагрузкой. В эти отрезки режима дня изучаются основы техники видов спорта, которые будут ведущими в следующем и текущем сезонах. На дневной прогулке спортивным играм и упражнениям следует уделять больше внимания, чем во все остальные периоды дня. Но их место в течение прогулки определяется с учетом других видов деятельности: наблюдений за окружающим, трудом, играми, в частности творческими, и пр.

В начале прогулки спортивные игры и упражнения проводить не желательно. Тут целесообразно отдать предпочтение наблюдениям, чтобы сосредоточить внимание детей, которые ещё не увлеклись играми.

В дни когда нет физкультурных занятий на воздухе, можно использовать пешие переходы, создавать условия для самостоятельной двигательной деятельности детей, в процессе которой они могут возвращаться и к знакомым элементам техники спорта, упражнениям.

## Общие положения руководства спортивными играми и упражнениями

Решающая роль в руководстве спортивными играми и упражнениями принадлежит воспитателю. Дошкольники не способны регулировать величину физических нагрузок, не умеют самостоятельно осваивать физические упражнения, предусмотренные программой. Им нужна помощь воспитателя в освоении техники и элементов тактики спортивных упражнений, игр. Поэтому педагог обязательно должен знать технику упражнений и элементов спортивных игр. Насыщение режима дня детей разнообразными средствами физического воспитания при широком использовании подвижных игр, спортивных упражнений, развлечений – неотъемлемая часть повседневной воспитательно-образовательной работы. Нужно на практике реализовать требования программы по обучению детей спортивным упражнениям, элементам спортивных игр.

Собственный пример педагога, физическая подтянутость, бодрость, оптимистический настрой, искреннее стремление привить ребятам любовь к физической культуре благотворно влияют на них. Очень важно создать для развлечений условия, отвечающие гигиеническим и педагогическим требованиям: наличие свободного места, свежего воздуха, нужного оборудования и свободный доступ к нему, удобной одежды и обуви.

Для некоторых развлечений (например, бросание палки-биты в «городках») выбирают отдельное место на площадке, так как движения детей могут быть опасны для окружающих.

Утром, на прогулках воспитатель организывает ребят для участия в спортивных играх и упражнениях так, чтобы не препятствовать их личным замыслам в игровой деятельности. Поэтому не рекомендуется громко звать детей для участия в развлечениях. Повинуясь оклику воспитателя, они оставляют свои дела, что разрушает их творческие замыслы. Если же сюжет творческих игр детей начинает угасать, а действия становятся бесцельными, можно с большой настойчивостью привлечь всех к развлечениям.

Руководя играми и упражнениями, воспитатель использует общеметодические приемы обучения и воспитания детей – *объяснение, показ, вопрос, указание, оценку действий, поощрение, пример* другого ребенка.

При этом следует все время поддерживать эмоциональный подъем детей. Длительная инструкция, детальный показ движений могут задержать начало развлечения, которое дети с нетерпением ждут, и, таким образом, охладить их желание. Всяческая поддержка эмоционального настроения ребят побуждает их к более энергичному выполнению движений, действий.

Из этих соображений объяснение и показ уместны до начала деятельности лишь в той мере, от которой зависят начальные действия участников, а затем в процессе деятельности можно дополнительно давать советы или указания.

С детьми 4-5 лет воспитатель – неременный участник развлечений, особенно в том случае, если действия незнакомы малышам. *Старшим дошкольникам* педагог помогает начать развлечение, распределить роли, договориться о действиях, о порядке их выполнения, а потом уже наблюдает за ходом развлечения и вмешивается только при необходимости. Проводя спортивные упражнения с техническими усложнениями, воспитатель должен все время принимать участие в них.

Организовывая игры и упражнения с детьми младшего дошкольного возраста, воспитатель побуждает их лучше выполнять действия. Воспитанников этой возрастной группы привлекает не роль победителя, а само действие. Воспитатель в каждом случае словесно поощряет всех, кто правильно выполнил действия. Педагог следит, чтобы дети не переутомлялись. Необходимо учитывать, что физическая нагрузка действует на весь организм и вызывает изменение как в физиологическом, так и в психическом состоянии.

Руководя педагогическим процессом, воспитатель не может применять точных методов контроля за физическим и психическим состоянием детей. Однако он довольно оперативно может подсчитать частоту пульса и дыхания, что ориентировочно просигнализирует о приближении усталости или недостаточности нагрузки. Пульс подсчитывается за 10 с и множится на шесть, а дыхание – за 30 с и множится на два.

Внимательно наблюдая за внешними признаками физиологического состояния, замечаем отрицательные изменения его от переутомления. Об этом, например, свидетельствует покраснение или побледнение кожи лица, появление на лице и на волосах ребенка пота, заметная отдышка. Проникая в психику, переутомление приводит к тому, что исчезает интерес, ослабляются выдержка и внимание.

Вследствие переутомления детей ухудшается регулирующая роль высшей нервной системы. Внешне это выражается в утрате точности движений, деавтоматизации уже сформированных навыков, ухудшении пространственной ориентировки. В жаркую погоду тренировочный процесс должен быть короче, чем в прохладную, поскольку организм из-за большой теплоотдачи быстрее теряет влагу.

В начале обучения определенному виду спорта, когда у детей совсем ещё нет необходимых умений, длительность процесса должна быть ограниченной, так как при освоении нового дети затрачивают много лишних усилий, и это быстро истощает их. Тут следует ограничиться упражнениями в пределах 10 минут с накоплением умений затраты энергии можно регулировать за счет знакомого: упражняясь, дети повторяют один-два знакомых элемента спорта, а новый, например, один элемент техники. Благодаря этому можно повесить нагрузки, увеличивая продолжительность упражнений. Постепенно она увеличивается до 20 минут для детей шестого года жизни с короткими паузами на отдых.

### **Консультация для воспитателей**

#### **«Физкультурные праздники и досуги в детском саду»**

В детском саду ребенок получает всестороннее воспитание. В процессе разнообразной деятельности под руководством педагогов он развивается умственно, воспитывается эстетически, физически, нравственно. При этом очень важно, чтобы все, что ребенок узнает, все, чем он овладевает, было эмоционально окрашено. Эмоции в жизни ребенка играют очень важную роль. Известный советский физиолог Н.М. Щелованов писал: «Эмоции не только составляют наиболее ценное психологическое содержание жизни ребенка, но и имеет очень важное физиологическое значение в жизнедеятельности организма». Самая ранняя стадия общения ребенка с миром - стадия эмоциональная.

Таким образом, положительная эмоциональная обстановка должна быть постоянна в детском саду. Этому в значительной мере способствуют различные формы досугов: музыкальные, физкультурные, и т.д. Особое место занимают физкультурные праздники и досуги. Физическая деятельность сама по себе приятна. Мышечное движение есть источник сильнейшей радости, которую И.П. Павлов так и называл «чувство мышечной радости». Умеренная мышечная нагрузка всегда улучшает самочувствие и поднимает настроение. Физические нагрузки лучший способ разрядки.

Физкультурные праздники и досуги при правильном подборе входящих в них элементов могут стать эффективным средством воздействия на личность ребенка. Они способствуют развитию мышления, воображения, целеустремленности, а также формированию чувства ответственности, приучают сдерживать свои желания, проявлять решительность. Физкультурные праздники и досуги позволяют педагогу, не снижая общего эмоционального состояния, стимулировать активность каждого ребенка, с учетом его индивидуальных особенностей; дифференцированно подходить к оценке результатов его действий; не разочаровывать излишними замечаниями и критикой, а дать возможность испытать приятное ощущение радости от выполняемых им и другими детьми движений; радоваться успехам другого.

При проведении досугов все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более непосредственно чем на физкультурном занятии, и это раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения. Более естественно

использовать те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, проявлять своеобразный артистизм, эстетичность в движениях. Хорошо, когда физкультурные праздники и досуги сопровождаются музыкой: это благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляет умения двигаться под музыку, понимать характер музыкального произведения, развивает музыкальный слух, память.

### **Значение физкультурных праздников и досугов.**

В системе физического воспитания ребенка дошкольника прочное место заняли физкультурные праздники, которые зарекомендовали себя как наиболее приемлемая и эффективная форма активного отдыха детей. Многолетняя практика работы детских дошкольных учреждений показала значимость физкультурного праздника в активном приобщении каждого ребенка к занятиям физической культурой. Опыт организаций физкультурных праздников показал их положительное влияние на воспитание у детей интереса к активной двигательной деятельности, а также повышение роли семьи и детского сада в решении задач физического воспитания.

Целью таких праздников является активное участие всего детского коллектива группы, посредством чего выявляется двигательная подготовленность детей, умение проявлять физические качества в необычных условиях и игровых ситуациях. В программу включаются физические упражнения, игры с элементами спорта и подвижные игры, спортивные упражнения, игры - эстафеты, а также занимательные викторины и загадки. Широкое использование музыкальных произведений, игровых приемов (построение сценария в сюжетной форме) делает праздник эмоционально ярким, запоминающимся событием в жизни ребенка. На праздник к детям приглашаются школьники - бывшие воспитанники дошкольного учреждения, спортсмены, активными его участниками являются родители. Не остаются безучастными и дети - болельщики, для них проводятся конкурсы и аттракционы.

Физкультурные праздники являются важной организационной формой работы, которая имеет большое значение для комплексной реализации широкого круга оздоровительных и воспитательных задач. В рациональном сочетании с другими видами работы по физическому воспитанию, они помогают создать целесообразный двигательный режим, который служит повышению функциональных возможностей, улучшению работоспособности и закаленности детей.

Физкультурные праздники значимы для всестороннего развития и воспитания ребят. Во время праздника они принимают заинтересованное участие в разнообразной двигательной деятельности - упражнениях, подвижных и спортивных играх, эстафетах, танцах, аттракционах. Действуя с большим эмоциональным подъемом, стремясь к достижению лучших результатов в условиях соревнования, дети совершенствуются физически. Проявление самостоятельности и инициативы в коллективе сверстников способствуют активному применению дошкольниками приобретенных ранее двигательных умений и навыков, развитию ловкости, быстроты, силы, выносливости, ориентировки в пространстве и др. полезных качеств и способностей.

Участие в праздниках и подготовка к ним приносят большое эмоциональное и эстетическое удовлетворение, объединяет детей и взрослых общими радостными переживаниями, надолго остаются в памяти как яркое событие. Совместная с товарищами деятельность, игры, красочное оформление места проведения праздника и отдельных видов соревнований, оригинальные костюмы, красивые цветные эмблемы, звучание музыки, торжественное открытие и закрытие праздника влияют на развитие у ребят чувства красоты, хорошего вкуса, воображения. Все это стимулирует их творчество. Воспитатели привлекают детей к изготовлению различных поделок, для украшения спортивной площадки и гимнастического зала, расчистки катка, прокладывания лыжни, разметки беговых и велосипедных дорожек, мест для игр, а также подбору и размещению физкультурного оборудования и инвентаря, подготовки костюмов, атрибутов праздника. Даже самые маленькие, не только участники, но и болельщики, получают задания, соответствующие их подготовленности.

Вследствие такой разносторонней творческой деятельности решаются многие задачи трудового воспитания. Дети обогащаются новыми представлениями и знаниями, у них пробуждается интерес к окружающему, пониманию идейной направленности физкультурного праздника определенной тематики. Праздники помогают донести до осознания маленьких граждан представления о явлениях общественной жизни. Воспитывать уважение к людям разных профессий, привлекать внимание к выдающимся спортивным достижениям. Пробуждать чувство любви к родному краю и дружба к народам.

Физкультурные праздники оказывают действенное влияние на формирование детской личности. Совместная деятельность, достижение хороших результатов командой, преодоление трудностей сплачивает коллектив, вызывает чувство ответственности (индивидуальной и коллективной). Дети приучаются сопереживать успехам и неудачам товарищей, уметь радоваться их достижениям, поддерживать хорошие, дружеские взаимоотношения между собой, быть предупредительными и заботливыми к младшим по возрасту. У них воспитывается стремление добиваться не только высоких индивидуальных, но и командных успехов. При этом развивается уважение к партнерам по игре, команде соперников. Соревновательный характер проведения игр и упражнений на празднике способствует воспитанию целеустремленности, настойчивости и находчивости, смелости, решительности и других морально-волевых качеств. Участие в физкультурных праздниках помогает детям глубже осознать значение систематических упражнений в двигательных действиях, достижении желаемых результатов, пробуждает интерес к регулярным занятиям физической культурой.

Большое значение имеет слаженное действие взрослых - сотрудников дошкольного учреждения, родителей, представителей социума и спортивных организаций, их совместное участие в подготовке к программе праздника (веселых играх, соревнованиях, аттракционах, песнях ит.п.)

Положительный пример взрослых служит повышению родительского авторитета. Привлечение их к участию в детских физкультурных праздниках содействует пропаганде физической культуре и спорта среди широких слоев населения и является одной из форм работы коллектива дошкольного учреждения с родителями по физвоспитанию. Кроме того, физкультурные праздники содействуют улучшению физкультурно-массовой работы среди детей и взрослых.

### **Физкультурный досуг.**

Физкультурный досуг - одна из наиболее эффективных форм активного отдыха. Его содержание составляют физические упражнения, которые проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.). Физкультурные досуги способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

#### **Вывод**

Важнейшим фактором, оказывающим всестороннее влияние на укрепление детского организма, является физическая культура. Актуальной задачей является привитие детям стойкого интереса к занятиям физическими упражнениями, обучение их доступным двигательным умениям. Усиливается интерес и внимание к организации физической культуры во дворах жилых домов. Родители проявляют большую заинтересованность в том, чтобы в режиме ежедневно предусматривалась их двигательная активность.

Более полное использование всех возможностей физической культуры достигается в совместной работе дошкольного учреждения и семьи. Если меры по укреплению здоровья ребенка, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и подвижными

играми в семейных условиях (с учетом индивидуальности ребенка), использованием разнообразных средств у него развиваются индивидуальные склонности и интересы. Семья во многом определяет отношение детей к физическим упражнениям, их интерес к спорту, активность и инициативу. Этому способствует близкое эмоциональное общение детей и взрослых в разных ситуациях, естественно возникающая в их совместной деятельности.

Физкультурные праздники значимы для всестороннего развития и воспитания детей. Во время праздника они принимают заинтересованное участие в разнообразной двигательной деятельности - упражнениях, подвижных и спортивных играх, эстафетах, танцах, аттракционах. Действуя с большим эмоциональным подъемом, стремясь к достижениям лучших результатов в условиях соревнования, дети совершенствуются физически. Проявлению самостоятельности и инициативы в коллективе сверстников способствует активному применению дошкольниками приобретенных ранее двигательных, навыков и умений, развитию ловкости, быстроты, силы, выносливости, ориентировки в пространстве и других полезных качеств и умений.

Участие в праздниках и подготовка к ним приносят большое эмоциональное и эстетическое удовлетворение, объединяют детей и взрослых общими радостными переживаниями, надолго остаются в памяти, как яркое событие. Совместная с товарищами деятельность, игры, красочное оформление места проведения праздников, звучание музыки, торжественное открытие и закрытие праздника влияют на развитие вкуса, воображения. Все это стимулирует их творчество. Вследствие такой разносторонней деятельности решаются многие задачи трудового воспитания, оказывают влияние на формирование детской личности.

### **Игры на развитие сенсорных способностей"**

Сенсорные способности - это чувства: слух, зрение, осязание, обоняние: когда, например психологи, воспитатели говорят о необходимости развития сенсорных способностей, многие сразу думают, что это сила слуха, острота зрения, и т.д. но на самом деле речь идёт совсем о другом.

Возьмём, например, глаз - ведь это не просто оптический инструмент. Сетчатка глаза соединена с мозгом, да и сама есть как бы маленький фрагмент мозга. Хорошо видеть - это во многом: умно, точно видеть, чётко распознавать увиденное. И точно так же осязать - значит хорошо распознавать тактильные ощущения, чётко их вспоминать в нужный момент. Многие психологи считают, осязание - основное чувство.

Кожа, как было доказано, не только чувствует тепло, боль, разные прикосновения, будь это тепло, или злоба, а ещё "видит" свет. Только чтобы это получилось, нужно постараться и потренироваться, поток этих ощущений почти неуловим.

А слышать - это прежде всего умно слышать, уметь распознать то, что услышал, запоминать услышанное.

Но дело даже не в том, чтобы развивать у ребёнка необычные способности, существеннее - развивать сенсорные способности, чтобы ребёнок не отставал во всех сферах деятельности.

Есть не мало игр, порой может странные, но помогающие тренировать например: зрительную память. Игра "Что изменилось?":

"Подгруппа детей в комнате внимательно рассматривают вещи, запоминая, что где лежит, один выходит, другие играющие перекладывают любую вещь в другое место.

Вышедший входит, и пытается угадать, что изменилось". Игра "Что я написал?" тренирует тактильную чувствительность, и сразу происходит отгадывание может букв, а может цифр: "На спине пальцем написать букву, цифру, нарисовать квадрат, круг, если всё угадано, игроки меняются местами".

Знакомая всем с детства игра "Глухой телефон". Игра "Письмо на ладони" - передаётся буква, написанная на ладони. Игра "Барабанщик" - развивает чувство ритма. Игра "Гном" -

учит отыскивать предметы на ощупь, аналогичная игра "Чудесный мешочек". Очень интересная игра для ориентировки в пространстве, умению запоминать "маршрут", сосредотачиваться - "Если бы я ничего не видел", "Разведка". Игра "Ходули" - лучшая тренировка чувства равновесия, а тот, кто хорошо держит равновесие, того невозможно выбить из седла и в жизни.

Игры для развития меткости "Салки с мячом", "Вышибалы", "Лапта", "Школа мяча", и мн. др. Дети любят игры, им важность развития сенсорных способностей подсказывает сама природа.