**Сообщение " Физическая культура в детском саду"**

Одной из сторон развития личности является физическое развитие, которое самым непосредственным образом связано со здоровьем человека.

**Цель и задачи физкультурных занятий в ДОО**

1. формировать двигательные умения и навыки
2. развивать физические качества
3. удовлетворять естественную потребность в движении
4. обеспечивать развитие и тренировку всех систем и функций организма, через специально организованные оптимальные нагрузки
5. дать возможность каждому ребенку продемонстрировать свои двигательные умения сверстникам и поучиться у них
6. создать условия для разностороннего развития детей

**Физкультурно-оздоровительной работе** в детских садах сейчас уделяется повышенное внимание, потому что значительная часть детей имеет проблемы со здоровьем, а очень многих малышей можно отнести к категории часто болеющих. 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.

**Организация занятий по физкультуре в  детском саду.**

**Формы физкультурно-оздоровительной работы:**

утренняя гимнастика;

физкультминутки;

гимнастика пробуждения после дневного сна;

самостоятельная двигательная деятельность детей в группе;

организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке;

физкультурные досуги;

Развлечения;

Праздники;

недели Здоровья;

Занятия по физкультуре проводятся 3 раза в неделю. Их продолжительность зависит от возраста детей и составляет:

в младшей группе – 15 минут;

в средней группе – 20 минут;·

в старшей группе – 25 минут, (занятия в старшей группе проводятся как в физкультурном зале, так и на улице, на спортивной площадке).

в подготовительной группе – 30 минут, (занятия в подготовительной группе проводятся как в физкультурном зале, так и на улице, на спортивной площадке).

**Физкультурная форма для детского сада.**

Физическое развитие детей нужно продолжать и за пределами детского сада. Утренняя гимнастика по выходным дома и подвижные игры на прогулке, безусловно, пойдут на пользу любому ребенку.

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.

Современное физкультурное занятие должно отвечать требованиям ФГОС:

·        Нацеленность деятельности на формирование  желания у ребенка заниматься физкультурой.

·        Использование современных технологий: ИКТ, проектная деятельность для эмоциональной поддержки.

·        Физкультурная деятельность должна проводиться с учетом возрастных особенностей, а так же соответствовать требованиям программы.

·        Связь теории с практикой предполагает использование полученных на физкультурных занятиях умений в самостоятельной подвижной деятельности.

·        Реализация дифференцированного обучения. Работа с часто болеющими детьми и детьми, имеющими показатели  физического развития выше средних значений.

·        Осуществление обратной связи: педагог-ребенок. Согласно ФГОС, ребенок может предложить какой-либо вариант двигательной деятельности. Задача педагога так грамотно построить обучение, чтобы в рамках образовательной  деятельности были учтены пожелания ребенка.

Первые семь лет жизни ребенка характеризуются интенсивным развитием всех органов и систем. Ребенок рождается с определенными унаследованными биологическими свойствами, в том числе и типологическими особенностями основных нервных процессов. Но эти особенности составляют лишь основу для дальнейшего физического и психического развития, а определяющим фактором с первых месяцев жизни является окружающая среда и воспитание ребенка. Поэтому очень важно создать такие условия и так организовать воспитание, чтобы было обеспечено бодрое, положительно эмоциональное состояние ребенка, полноценное физическое и психическое развитие.

Для решения задач физического воспитания детей дошкольного возраста используются: гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения и др. Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, питания, сна и т. ) составляет обязательное условие для решения задач физического воспитания. Движения, физические упражнения считаются специфическим средством физического воспитания. Двигательная активность - биологическая потребность организма, от степени удовлетворения которой зависит здоровье детей, их физическое и общее развитие. В детском саду используются разные формы работы по физическому воспитанию (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры и физические упражнения, физкультурные праздники и т. ) направленные на повышение двигательной активности детей.

Необходимымиусловиями полноценного физического и психического ребёнка являются:

·создание гигиенической обстановки;

·обязательное выполнение режима, включая рациональное питание, полноценный отдых;

·охрана нервной системы;

·развитие движений и обеспечение разнообразной двигательной активности детей;

·мероприятия по закаливанию;

·контроль со стороны медицинского персонала, проведение необходимой профилактической и лечебной работы;

·тесный контакт дошкольного учреждения и семьи.

Для обеспечения эффективной работы по физическому воспитанию в детском дошкольном учреждении необходимы специально оборудованные физкультурные залы и площадки. В физкультурном зале размещаются спортивные комплексы, разнообразное физкультурное оборудование, тренажеры, пособия для профилактики плоскостопия, проведения подвижных игр и общеразвивающих упражнений, которые способствуют развитию основных движений, повышают интерес к физической культуре, развивают жизненно-важные качества, увеличивают эффективность занятий. Спортивная площадка оборудуется мини-стадионом, беговой дорожкой, полосой препятствий, спортивно-игровым оборудованием. Для совершенствования навыков, полученных на физкультурных занятиях, в групповых комнатах дошкольного учреждения выделяется физкультурная зона, где располагается инвентарь, атрибуты, игрушки, пособия, активизирующие самостоятельную двигательную активность ребенка.

Все физкультурное оборудование подбирается в соответствии с требованиями, предъявляемыми к нему на основе медико-педагогических исследований, в соответствии с возрастными особенностями дошкольников.

Теория физического воспитания непрерывно развивается и обогащается новыми знаниями, получаемыми в результате исследований, охватывающих многообразные стороны воспитания ребенка. Данные исследований, проверенные в массовой практике детских учреждений, вводятся в программы, учебные пособия, учебники и в практическую работу с детьми, содействуя прогрессу всего воспитательно-образовательного процесса.