

Консультация для родителей

"Роль детского сада и семьи в физическом развитии детей»



Материал подготовил инструктор по физической культуре
МБДОУ №30 «Берёзка» Хлыстова О.И.

Физическое воспитание – педагогически

организованный процесс передачи от поколения к поколению способов и знаний, необходимых для физического совершенствования. В процессе физического воспитания осуществляется одновременно умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание. Цель физического воспитания — разностороннее развитие личности человека, его физических качеств и способностей, формирование двигательных навыков и умений, укрепление здоровья.

Одним из приоритетных направлений нашего учреждения является физическое развитие ребёнка, сохранение его здоровья. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармонического развития личности.

Основными задачами физического воспитания детей в нашем детском саду являются:

1. Охрана и укрепление здоровья ребёнка, закаливание организма;
2. Достижение полноценного физического развития.
3. Воспитание нравственно-волевых черт личности, активности, самостоятельности;
4. Формирование жизненно необходимых видов двигательной деятельности: ходьбы, бега, прыжков, ползания и лазанья, бросания, ловли и метания;
5. Развитие физических (двигательных) качеств: ловкости, общей выносливости, скоростно-силовых качеств, а также умения сохранять равновесие;

6. Содействие формированию правильной осанки и предупреждение плоскостопия;

7. Формирование доступных представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями и играми, об основных гигиенических требованиях и правилах;

8. Воспитание интереса к активной двигательной деятельности и потребности в ней.

Формами организации оздоровительной работы, в нашем детском саду, являются:

- учебная работа;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых;
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- работа с семьёй.

Существенным компонентом любого вида деятельности (игровой, театральной, конструктивной, учебной и др.) являются движения. Именно этим и объясняется необходимость глубокого изучения ДА ребенка в единстве с его деятельностью и тесной взаимосвязи с различными сторонами его развития.

двигательный режим в нашем дошкольном учреждении включает всю динамическую деятельность детей, как организованную, так и самостоятельную.

Поэтому педагогический коллектив нашего детского сада, заботится об организации детской двигательной деятельности, ее разнообразии, а также выполнении основных задач и требований к ее содержанию. Содержательная сторона двигательного режима дошкольников направлена на развитие умственных, духовных и физических способностей детей.

- Придавая особую значимость роли двигательной активности в укреплении здоровья дошкольников, мы определили приоритеты в режиме дня.

Первое место в двигательном режиме детей занимает учебная работа, к ней относятся занятия по физической культуре – как основная форма обучения двигательным навыкам и развития оптимальной ДА детей. Занятия по физической культуре проводятся 3

раза в неделю. Одно из них проводится в часы прогулки – на свежем воздухе.

Второе место в двигательном режиме принадлежит физкультурно-оздоровительной работе. К ним относятся общеизвестные виды двигательной активности:

- утренняя гимнастика,
- подвижные игры
- физические упражнения во время прогулок,
- физкультминутки на занятиях с умственной нагрузкой и т.д.

Третье место отводится активному отдыху, физкультурно-массовым мероприятиям. К таким занятиям относится физкультурный досуг, физкультурно-спортивные праздники, игры-соревнования, спартакиады, Дни здоровья.

Наряду с перечисленными видами занятий по физической культуре немаловажное значение отводится самостоятельной двигательной деятельности, возникающей по инициативе детей. Она дает широкий простор для проявления их индивидуальных двигательных возможностей. Самостоятельная деятельность является важным источником активности и саморазвития ребенка. Продолжительность ее зависит от индивидуальных проявлений детей в двигательной деятельности.

Все формы работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребёнка физической культурой.

На базе нашего детского сада созданы все условия для полноценного физического развития и оздоровления детей. **Создана необходимая макро и микро среда**. В детском саду функционируют спортивный зал, физкультурная площадка, музыкальный зал.

Дети обожают приходить в **физкультурный зал!** Тут проводятся физкультурные занятия, утренние гимнастики, развлечения, праздники и соревнования. Просторный, светлый физкультурный зал оснащен всем необходимым оборудованием и пособиями. Имеется

гимнастическая лестница, г/скамейки, кубы, воротики, наклонные, ребристые доски, батут, фитболы, мячи, обручи, скакалки, гимнастические ролики, эспандеры и многое другое.

Для развития физических качеств, формирования двигательных умений и навыков, воспитанию потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями в каждой группе оборудованы **физкультурные уголки**: в них есть все необходимое физкультурное оборудование для самостоятельной двигательной деятельности детей, атрибуты для подвижных игр, физкультурное оборудование для гимнастики после сна, оборудования для индивидуальной профилактической работы с детьми.

В «уголках здоровья» накоплен богатый материал: дидактические игры и пособия по культуре поведения, ведению здорового образа жизни, рациональному питанию, соблюдению правил безопасного поведения и правил личной гигиены. Дети самостоятельно и под руководством воспитателя получают элементарные знания и навыки по формированию своего здоровья.

- Вырастить ребенка сильным, здоровым, крепким – это естественное желание каждого родителя и одна из ведущих задач нашего дошкольного учреждения. Она может быть успешно осуществлена лишь в том случае, если детский сад будет работать в тесном контакте с семьей. Все усилия будут напрасными, если ребенок пять дней в неделю в детском саду будет заниматься физической культурой и закаливанием, а по субботам и воскресеньям отдыхать от них. И прежде всего это отрицательно сказывается на формировании должного отношения у детей к занятиям физической культурой.

Что должны сделать взрослые, чтобы каждый день жизни ребенка стал началом в укреплении его здоровья? Велика роль примера самих родителей и старших членов семьи. Если взрослые регулярно занимаются физической культурой и спортом, соблюдают режим, правила гигиены и закаливания, то дети, глядя на них, систематически будут делать утреннюю зарядку, заниматься физическими упражнениями и спортивными играми.

В каждой семье рекомендуется иметь оборудованный спортивный уголок или, как у нас его в шутку называют, «домашний стадион», с самым простейшим оборудованием (мячи, скакалки, обручи,

гимнастические палки, кубики и многое другое), а также лыжи, санки, коньки.

Можно оборудовать качели, повесить канат, перекладину. А тем, кому позволяют квартирные условия, рекомендуется установить гимнастическую стенку и к ней прицепные наклонные доски.

Оборудование и пособия в комнате следует размещать таким образом, чтобы, во-первых, дети самостоятельно и быстро сумели достать их и поставить на место; во-вторых, оборудование не должно загромождать полезную площадь комнаты, хранение пособий наиболее рационально на специальных щитах, закрепленных в нише, коридоре; в-третьих, закрепление пособий должно быть крепким, надежным, обеспечивающим безопасность детей. Для каждого физкультурного пособия должно быть свое определенное место.

Чем более крепким здоровьем и хорошими физическими данными мы вооружим наших ребят в детстве, тем легче им будет приспособиться к новым социальным условиям.

Воспитание детей – большая радость и большая ответственность, большой труд. Недостаточно обеспечить материальное благополучие. Необходимо, чтобы каждый ребенок рос в условиях душевного комфорта, добропорядочности.

Быть здоровым – естественное стремление человека. Здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие!

Ведь главное для нас – вырастить и воспитать здоровую, умную личность!

Цель нашей работы – в сотрудничестве с семьей воспитать физически развитого, жизнерадостного ребенка путем формирования у него осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни. Это возможно в том случае, если фундаментом станет совместная детско-родительская физкультурно-оздоровительная деятельность, организованная на базе ДОУ, при которой взрослые личным примером будут подкреплять осознанное желание детей быть здоровыми.

Таким образом, лишь при условии совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующих здоровье детей и их ориентацию на здоровый образ жизни.