

**Консультация для воспитателей:**  
**«Роль физкультурных занятий в развитии и воспитании  
здорового дошкольника»**

**Инструктор по физической культуре**

**Василина А.Н.**

В настоящее время одной из приоритетных задач, состоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. Одним из важнейших факторов хорошего физического и психического развития ребёнка является правильно организованная двигательная деятельность в детском саду и семье. Здоровый малыш стремиться к движениям, активной деятельности. В движениях он находит источник живой радости. Во многом подвижность ребёнка зависит от его двигательных умений.

Именно на физкультурном занятии дети осваивают новые движения, у них формируется правильный двигательный стереотип. Неловкие, скованные движения постепенно уточняются и, наконец, превращаются в автоматические, ребёнок начинает выполнять их без излишнего напряжения.

Правильное построение занятия и организация двигательной деятельности в ходе его опровергает бытующее мнение о том, что дети способны выполнять только имитационные движения, а точные, конкретные задания им не интересны. Проведённые наблюдения за поведением детей в ходе занятий показали, что ребёнок также увлечённо выполняет физические упражнения, если показ и слово воспитателя выступают, главным образом, в качестве вспомогательного, а не главного методического приёма, при этом ребёнок выполняет двигательные задания в любой комбинации самостоятельно, преодолевая трудности. Любой ребёнок, если ему дать то, что нужно и когда нужно, должен вырасти здоровым, смыслённым, с твёрдым характером.

Особое внимание должно быть уделено своевременному усвоению ребёнком тех видов двигательных действий, формирование которых обуславливается его возрастом и уровнем индивидуального развития. Вместе с тем в процессе занятий педагог должен заботиться о единстве всех сторон воспитания: нравственного, умственного, трудового и эстетического.

Чем раньше начинается обучение, тем устойчивее результаты. При обучении детей на физкультурном занятии воспитатель решает следующие задачи:

1. Обогащение двигательного опыта детей, активизация их двигательной деятельности. Ребёнок должен узнать, что:
  - \* одно и то же движение можно выполнять по-разному;
  - \* с одним предметом можно выполнять разные движения;
  - \* одно и то же движение можно выполнять с разными предметами.
2. Совершенствование моторного аппарата, продолжение развития координационных способностей детей. В частности зрительно-двигательной координации.
3. Формирование правильной осанки и укрепление свода стопы.
4. Обучение ориентированию в пространстве и развитие механизмов ориентирования: зрительно-слуховых; зрительно-тактильных.
5. Создание условий для развития на занятии сенсорных способностей детей, развитие их активных мыслительных действий в процессе физических упражнений; обучение детей целенаправленным действиям, развитие способности удерживать поставленную задачу и на основе и на основе сенсорных ориентировок контролировать и оценивать выполненное.
6. Развитие желания действовать самостоятельно, создание фонда понятий «могу» и «хочу».
7. Создание реальных предпосылок к творческому развитию ребёнка, стимулирование поисковой деятельности на занятии; оказание помощи ребёнку в открытии себя; поддержание инициативы: «Я сам».
8. Развитие у детей способности обучаться, приобретать знания.
9. Обеспечение эмоционального комфорта на занятии.

Таким образом, свободная двигательная активность позволяет ребёнку испытывать радость от физических упражнений, трансформировать их из чисто механических в реабилитационно-лечебные, освобождаться от чувства тревожности, зажатости, страха, влиять на своё собственное состояние и поведение.