(cc) BY

Гладкова Лариса Анатольевна
старший воспитатель
Алякина Ольга Ивановна
инструктор по физической культуре
МБДОУ «Д/С №83 «Ручеёк»
г. Чебоксары, Чувашская Республика

ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СРЕДСТВО ПРИОБЩЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ ДОШКОЛЯТ

Аннотация*: в статье представлен опыт работы по организации досуговой деятельности, способствующей формированию у дошколят потребности к совершенствованию физического здоровья.*

Ключевые слова*: досуговая деятельность, физическое здоровье, здоровый образ жизни.*

Здоровые физически дети с сформированной потребностью к здоровому образу жизни, с высокой двигательной активностью – социальный заказ современного общества. В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования одним из приоритетных направлений является физическое развитие. Физическое развитие подразумевает решение ряда задач, в том числе создание условий, подбор средств и методов для физического развития детей дошкольного возраста. Досуговая деятельность является одним из средств приобщения к здоровому образу жизни. Легко, непринужденно, в игре дошколята включаются в двигательную активность, совершенствуют основные движения, физические качества и навыки. Поэтому, в нашем детском саду, большое внимание уделяется досуговой деятельности в том числе и в физическом развитии дошкольников.

Физкультурный досуг для второй младшей группы «Карлсон в гостях у детей» (из опыта работы)

Задачи

– создать доброжелательную атмосферу;

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

– доставить радость детям от занятий физкультурой;

– воспитывать потребность к ЗОЖ.

Оборудование: маленькие мячи, 2 корзинки, игрушка зайка, доска, бумбокс.

Под музыку дети входят спортивный зал и строятся полукругом.

Ход досуга: Мы вам предлагаем поиграть в разные игры. (*Слышится жужжание)*.

Ведущий: Ой, кто-то к нам сюда спешит. Слышите – мотор жужжит.

В зал влетает под музыку Карлсон с банкой варенья.

Карлсон: Приземлюсь, приземляюсь! Разрешите приземлиться!

Ведущий: Да, да, пожалуйста!

Карлсон: Привет, мальчишки и девчонки! А вы меня узнали? Как же меня зовут? (*Ответ детей)*.

Карлсон: Разрешите представиться. Я самый быстрый, самый лучший в мире летун – Карлсон, который живёт на крыше!

Ведущий: Здравствуй, Карлсон, дорогой! Рады встрече мы с тобой!

Карлсон: Я с крыши услышал, как вы тут играете, мне тоже захотелось. Можно мне с вами поиграть? (ответы детей)

Ведущий: Карлсон, мы очень любим, заниматься физкультурой, для того, чтобы расти крепкими, быстрыми, ловкими и сильными. А ты, Карлсон, занимаешься физкультурой?

Карлсон: Нет, я люблю поспать. А ещё варенье (*поглаживает живот*) люблю. Вот у меня целая банка.

Ведущий: Ну, хотя бы зарядку то ты делаешь?

Карлсон: Зарядка? А это как?

Ведущий: Давайте ребята все вместе скажем и покажем, что такое зарядка. А ты учись и выполняй движения вместе с нами.

Проводиться *разминка* под музыку.

Ведущий: Ну что, Карлсон, понятно теперь – что такое разминка.

Карлсон: Да, понятно, но это очень трудно. У меня уже всё болит.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Ведущий: Если ты будешь делать зарядку каждый день, то это доставит тебе много радости. Ты сам почувствуешь, как у тебя прибавиться здоровье. А сейчас мы тебе покажем, в какие игры мы играем.

Проводиться игра « *Ловкие шофёры*»

Дети располагаются произвольно по всему залу, в руках у каждого ребенка руль. По сигналу «Поехали» дети–«машины» разъезжаются по всему залу в разных направлениях, стараясь не мешать друг другу. Если ведущий поднимает флажок красного цвета, то все машины останавливаются. Если зеленый – продолжают движение.

Карлсон: Ребята я очень люблю гулять по крыше. Хотите со мной? (Ответы детей).

Игра «*Прогулка по крыше*» *(Ходьба друг за другом по доске.)*

Карлсон: Вот какие вы ловкие, молодцы.

Ведущий: Да, мы же каждый день занимаемся физкультурой.

Карлсон: Ребята, у меня же есть очень много мячиков, которые вы закидываете на крышу. (Разбрасывает мячики по всему залу). Ой! Ребята помогите мне их собрать.

Игра «*Собери мячи*».

Карлсон: С вами так весело, но мне пора домой – на крышу. Приглашаю всех в гости.

Ведущий: Спасибо. Лучше ты к нам. На крыше то не поиграешь.

Карлсон: Точно. До свидания. *(Карлсон благодарит детей и уходит).*

Ведущий: Ребята понравилось играть? Какие игры вам понравились? Для чего делать зарядку и заниматься физкультурой? (педагог подводит к выводу, о необходимости ЗОЖ).

Таким образом, организация досуговой деятельность в детском саду вызывает эмоциональный отклик дошкольников, включает разнообразные виды детской деятельности и способствует укреплению физического и физического здоровья детей.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Список литературы

1. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников: пособ. для педагогов дошк. учреждений: для работы с детьми 5–7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2010. – 96 с.

2. Чумаков Б.Н. Валеология: учеб. пособ. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Педагогическое общество России, 2000. – 407 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)