

Физическое воспитание дошкольников.

Дубровина Е.В.

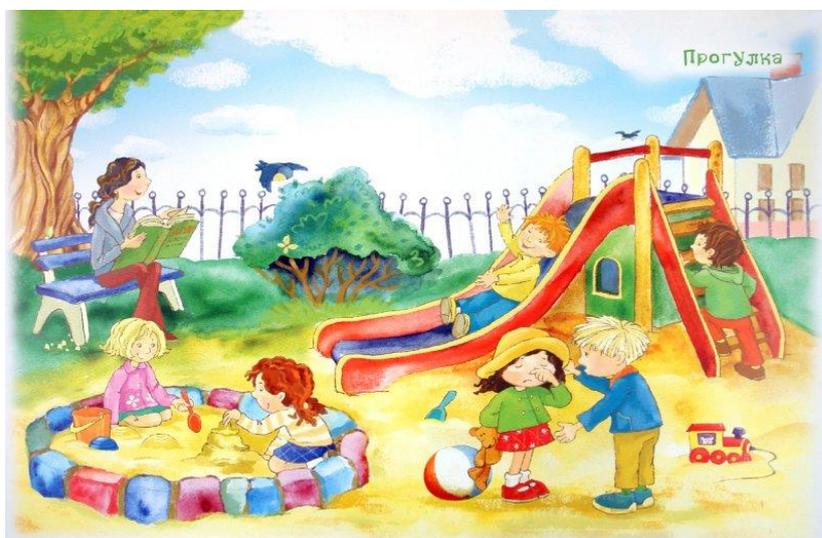
Физическое воспитание ребёнка в ДОУ является важной и ответственной задачей общественного воспитания, т.к. все дети, начиная с самого раннего возраста, должны расти здоровыми, крепкими, гармонически развитыми, и чтобы они хорошо учились.

Именно в дошкольном детстве формируется здоровье, общая выносливость, работоспособность, активная жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннегоразвития личности. Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения элементарными жизненно необходимыми двигательными умениями и навыками.

Основными задачами, решаемыми в процессе ежедневного проведения подвижных игр и физических упражнений в ДОУ, являются:



- дальнейшее расширение двигательного опыта детей, обогащение его новыми, более сложными движениями;
- совершенствование имеющихся у детей навыков в основных движениях путем применения их в изменяющихся игровых ситуациях;
- развитие двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости;
- воспитание самостоятельности, активности, положительных взаимоотношений со сверстниками.



Наиболее успешное решение этих задач может быть достигнуто путем использования игр и физических упражнений, соответствующих возросшим двигательным возможностям детей, а также требующих от них определенного

физического и умственного напряжения и более высоких морально-волевых качеств.

Для того, чтобы наши дети оставались здоровыми физически и эмоционально - в детском саду проводятся различные формы организации двигательной активности детей: утренняя гимнастика; дыхательная гимнастика; физкультминутки, подвижные игры; физкультурные занятия, спортивные игры.

Поэтому в детском саду, каждый день, на каждом занятии и в свободной деятельности, мы стараемся учить детей двигаться, делать различные упражнения, для того, чтобы укрепить их здоровье.



Физкультурно-оздоровительные формы приобщают наших детей к активному здоровому образу жизни и развивают у них творческую активность, инициативу, коммуникативные способности.

Каждая такая физкультурно-оздоровительная форма деятельности вносит неоценимый вклад в гармоничное физическое развитие наших детей!

