****

Российская Федерация

Ямало-Ненецкий автономный округ

Департамент образования Администрации города Ноябрьск

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «УЛЫБКА»

муниципального образования город Ноябрьск

Консультация для педагогов

**«Особенности физкультурной работы**

**с детьми в летний оздоровительный период»**

**Подготовил: инструктор ФИЗО**

**Егорова Е.С.**

**г.Ноябрьск 2022 г.**

Лето – удивительная и благодатная пора, когда детям можно вдоволь гулять, бегать и прыгать. Разумеется, для ребенка это счастливое время активности и движения. Простор и свежий воздух необходимы для здоровья и гармоничного развития ребенка.

В летний оздоровительный период основное внимание должно быть отведено физкультурно-оздоровительной работе, в которую вовлекаются все воспитанники детского сада.

Очень важно так организовать жизнь дошкольников, чтобы каждый день приносил им что-то новое, был наполнен интересным содержанием, чтобы воспоминания о летнем времени, играх, прогулках, праздниках и развлечениях, интересных эпизодах из их жизни еще долго радовали детей.

**Цель физкультурно-оздоровительной работы:**

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ по ФГОС своей основной целью ставит охрану, укрепление физического здоровья и психического благополучия ребенка. Введение стандарта позволяет видеть в перспективе результат работы и стремиться к нему. При этом в работе обязательно следует учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка.

**Задачи физкультурно-оздоровительной работы:**

В обобщенном виде задачи образовательной области физическое развитие в летний период в соответствии с ФГОС ДО предполагают:

- формирование и обогащение опыта двигательного поведения у до­школьников;

- развитие основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);

- развитие физических качеств (координации, гибкости, равновесия), крупной и мелкой моторики обеих рук;

- формирование опорно-двигательной системы организма;

- целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- фрмирование начальных представлений о некоторых видах спорта;

- овладение подвижными играми с правилами.

**Планирование физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ в летний период:**

- утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением на свежем воздухе;

- физкультурные занятия на свежем воздухе;

- индивидуальные игры и упражнения;

- физкультурный досуг;

- гимнастика после дневного сна;

- игры в сухом бассейне;

- интегрированные занятия на свежем воздухе;

- спортивно-музыкальные праздники.

**Формы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ:**

- занятия-тренировки;

- спортивные соревнования;

- беседы о сохранении здоровья, строении тела;

- физкультминутки;

- викторины;

- двигательные разминки;

- праздники, досуги, спартакиады.

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ по ФГОСможет принимать самые разнообразные формы. Необходимо помнить, что летом учебные занятия не проводятся. Поэтому больше внимания следует уделять подвижным играм, спортивным развлечениям и целевым оздоровительным прогулкам.

**Закаливающие мероприятия:**

Закаливание состоит из целого комплекса мероприятий. При этом важно учитывать эмоциональное и физическое состояние ребенка. Организация оздоровительной работы в ДОУ начинается с создания условий для проведения лечебно-профилактических мероприятий. Именно летом проводятся основные закаливающие процедуры:

- свето- воздушные ванны;

- обливание ног и рук прохладной водой;

- закаливающая гимнастика после дневного сна;

- ходьба босиком по «дорожкам здоровья»;

- полоскание рта после еды.

Основные принципы закаливания – регулярность и постепенность. Если ребенок ежедневно ходит в детский сад,то за лето он усвоит основные принципы гигиены, узнает о закаливающих процедурах. Главное – положительный эмоциональный настрой, который будет способствовать общему оздоровлению организма.

**Профилактические мероприятия**

К профилактическим мероприятиям относятся комплексы упражнений. Они предупреждают появление сколиоза, плоскостопия, нарушение зрения. Нетрадиционные методы также используются в целях профилактики заболеваний, укрепления нервной системы и формирования положительного эмоционального фона:

- гимнастика для глаз;

- самомассаж;

- точечный массаж;

- игротренинги.

Профилактические мероприятия проводятся не только воспитателями, но и всеми специалистами учреждения. В обязательном порядке опирается на возрастные особенности оздоровительная работа в ДОУ. Постепенное усложнение – основополагающий фактор для полноценного развития детей.

**Работа с родителями:**

План летней оздоровительной работы в ДОУвключает в себя работу с родителями. Тесное взаимодействие семьи и сада помогает ускорить процесс приобретения гигиенических привычек. Для родителей педагоги готовят [информационные стенды,](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Ffb.ru%2Farticle%2F98375%2Finformatsionnyie-stendyi-nastennyie-i-napolnyie) на которых можно найти консультации о здоровом образе жизни, формировании гигиенических навыков. Хорошо в летний период использовать экологические тропы. Они позволяют совершать небольшие экскурсии с детьми и родителями по территории детского дошкольного учреждения.

**Организация физкультурно-оздоровительных мероприятий;**

В летний период не стоит допускать переутомления детей. Перегрузка сердечнососудистой, костно-мышечной систем организма может привести к серьезным последствиям. Поэтому обязательно чередовать периоды двигательной активности со спокойными играми, релаксацией.

*Утро.*

Гимнастика на улице, подвижные игры. Гигиенические процедуры после прогулки, завтрак. После еды – полоскание рта. Чтение книг, беседы о здоровье. На прогулке – упражнения на развитие крупной и [мелкой моторики.](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Ffb.ru%2Farticle%2F30742%2Fchto-takoe-melkaya-motorika-i-kak-ee-razvivat) Упражнения в равновесии чередуются с гимнастикой расслабления, гимнастикой глаз и артикуляционными занятиями. Практикуются игры-хороводы, хождение босиком по траве, спортивные игры (бадминтон, игры с мячом, боулинг, катание на велосипедах и самокатах).

*День.*

Гигиенические процедуры перед обедом. Обливание ног и рук по локоть прохладной водой. При хорошей погоде окна открыты в течение всего дня. Обязательно практиковать дневной сон без маек. После него – корригирующая гимнастика на кроватях. Перед полдником – наблюдение за растениями в группе, разучивание стихов о природе.

*Вечер*.

Во время вечерней прогулки можно на веранде устроить творческую мастерскую: дети по желанию выбирают лепку, рисование, ручной труд. После спокойных занятий устроить соревнования со спортивными атрибутами. Чередовать их с элементами [дыхательной гимнастики.](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Ffb.ru%2Farticle%2F22950%2Fdyihatelnaya-gimnastika-pri-astme) В завершение – прогулка по экологической тропе с родителями.

**Рекомендации к тематическому плану работы в летний период:**

*Праздники для детей:* «Лесное путешествие», «Учим Лунтика делать зарядку», «Бережем природу», «Веселая спартакиада», «День солнца», «Рисуем на песке», «Игры с водой», «Летняя Олимпиада», «Веселый калейдоскоп», «День Нептуна».

*Перечень некоторых летних игр-забав:*

1. Игры с мячом (эстафеты с мячом, свободные игры с мячом, «козёл», элементы игрового баскетбола, волейбол).

2. Соревнования – поединки (эстафеты разного вида, захваты крепости, выталкивание из круга).

3. Игры с вертушкой (игры забавы).

4. Игры на асфальте (классики, пятнашки).

5. Игры с песком и водой (с колокольчиками, с бумажным змеем, с мыльными пузырями.).

6. Игры с музыкальным сопровождением (хороводы, пение, танцы.).

7. Русские народные игры (палочка выручалочка, лапта, ловушки, бабки, жмурки и т.д.).

8. Метание стрелки (попади в кольцо, метание дисков, набрасывание колец, кто дальше, летающие тарелки и др.).

9. «Школа мяча» (игра с малым мячом, футбол у стены, целься вернее и т.д.).

10.Занятная верёвочка (прыгалки-скакалки, неуловимый шнур, прыжки со шнуром и т.д.).

11.Прыжки (прыгалка-резинка, попрыгунчики, чехарда, прыжки в длину с разбега, с высоты, из обруча в обруч и т.д.).

12.Игры и упражнения на равновесие (упрямый козлик, ходьба по скамейке, бревну, ножная качалка, кто дольше простоит на одной ноге.).

13.Спортивные упражнения (катание на велосипеде, на самокате, купание, плавание.).

*Консультации для воспитателей:* «План оздоровительной работы в летний период», «Эстетика участка», «Питьевой режим», «Основы закаливания», «Подвижные игры летом», «Режим дня по СанПиНу», «Организация двигательной активности», «Здоровьесберегающие технологии для детей», «Посильный труд на воздухе».

*Консультации для родителей*: «Подвижные игры летом на улице», «Игры с песком, водой», «Учимся плавить и нырять», «Как играть с ребенком летом?», «Солнечный ожог и тепловой удар», «Закаляемся вместе», «Какие ягоды можно есть?», «Мы на даче с малышом», «Если укусила оса», «Ребенок на дороге», «Безопасность летом», «Как самостоятельно сделать дорожки здоровья?»

Таким образом, функционирование здоровьесберегающей, целенаправленной, систематически спланированной работы всего коллектива образовательного учреждения приводит к следующим положительным результатам:

- снижение детской заболеваемости в летний период;

- повышение уровня физического и психического здоровья детей;

- повышение эффективности физкультурно-оздоровительной работы.