

Консультация для воспитателей: «Оздоровительно – досуговая деятельность детей дошкольного возраста»

Я не боюсь ещё и ещё раз повторять: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их одухотворённая жизнь, мировоззрение умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

В.А. Сухомлинский.

Современный ребёнок, по мнению академика Н.А. Амосова, сталкивается с тремя пороками цивилизации: переизбытком, гиподинамией, накоплением отрицательных эмоций без физической разрядки.

Врачи, физиологи, педагоги ставят знак равенства между весельем, лучистой улыбкой и физическим здоровьем. Получая положительный эмоциональный заряд, наш организм открывается добру и красоте.

Именно поэтому, почти как воздух, необходимы детям праздники и развлечения. Для ребёнка праздник – это целое событие.

Особенно актуальную и социальную значимость имеет проведение досугов и праздников в нашем дошкольном образовательном учреждении.

Главная задача, стоящая перед педагогическим коллективом: создание в детском саду высокой эмоциональной и двигательной активности детей. Решить её можно через проведение оздоровительно - досуговой деятельности.

В начале каждого учебного года составляется перспективный план спортивных праздников, физкультурных досугов для детей и их родителей.

Педагогические требования к организации проведения оздоровительно – досуговой деятельности.

Разрабатывая программу физкультурного развлечения, совместно с педагогом-психологом, воспитателями, музыкальным руководителем учитываю следующие моменты:

-  содержание программы согласовываю с пройденным учебным материалом;
-  использую игры и упражнения разнообразные по двигательному содержанию и двигательным характеристикам;
-  размещение игр и упражнений в досуговой деятельности отвечает правилам дозировки: физическая нагрузка постепенно возрастает, а в последнем задании снижается;
-  после игр-эстафет или других заданий, возбуждающих детей, планирую загадки, стихи, игры малой подвижности, игры хороводного типа, обеспечивающие смену деятельности, но снимающие эмоциональный подъём;

- ✚ после фронтальных игр большой подвижности следуют задания, в которых действуют более выносливые дети;
- ✚ обязательное музыкальное сопровождение;
- ✚ создание игровых ситуаций, в которых ребёнок должен самостоятельно принимать решение;
- ✚ формирование положительных эмоций, в том числе путём включения сценок, драматизаций, приглашения гостей - героев знакомых сказок и мультфильмов.

Содержание и организация проведения оздоровительно – досуговой деятельности.

Разрабатывая сценарии досугов, творчески подхожу к выбору темы и форме проведения. Тематику делю условно на 4 группы:

1. Развлекательные:

- «Двигайся, играй, радуйся с Малышом»,
- Все программы телестудии «Лесная сказка»,
- «Бим – Бом» и др.

2. Познавательные:

- «Необитаемый остров»,
- «Кем быть?»»,
- «Спортлото».

3. Нравственно – патриотические:

- «А ну-ка девочки»,
- «Мисс Олимпия»,
- «Мама, папа, я – спортивная семья»,
- «Народные забавы».

4. Воспитывающие привычки здорового образа жизни:

- «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»,
- «Чистота – залог здоровья»,
- «Спорт, красота, сила»

Физкультурные досуги и праздники позволяют, не снижая общего эмоционального состояния, стимулировать активность каждого ребёнка с учётом его индивидуальных возможностей; дифференцированно подходить к оценке результатов его действий; не разочаровывать замечаниями и критикой, а дать возможность испытать приятное ощущение радости от выполненных им движений, радоваться успехам других.

При проведении досуга и праздника все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях. При этом дети ведут себя более непосредственно, чем на физкультурных занятиях, и эта раскованность позволяет им двигаться без особого

напряжения. Более естественно использовать те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, проявлять своеобразный артистизм, эстетичность в движениях, что имеет немаловажное значение для развития личности каждого ребёнка.

Немаловажным считаю оформление зала, чтобы избежать однообразия превращая его, то в арену цирка, то в студию телевидения, то в сказочную страну или необитаемый остров. В подготовке досугов участвуют и сами дети.

Большое внимание при проведении досугов необходимо уделять своему костюму. Он помогает в считанные минуты настроить детей, привлечь их внимание, удивить, ошеломить в зависимости от выбранного образа.

Ребятишки готовы идти за приглянувшимся героем хоть на край света и на «отлично» выполнять всё, что он предложит. Любимые персонажи детей Карлсон, Бим-Бом, Малыш, Робинзон Крузо...

Продумывается музыкальное сопровождение, используя записи любимых песен малышей из детских мультфильмов, популярных эстрадных групп, солистов и классическую музыку.

Большое значение придаётся художественному слову, используемому в сценарии. С воспитателями отбираем нужные по теме стихи, песни, загадки. Часть их разучивают дети, часть – ведущий, а также персонажи, приглашенные на праздник.

При проведении досугов можно использовать развлекательные шоу – программы «Двигайся, играй, радуйся», «Весёлые клоуны и малыши».

Шоу – программа содержит:

- Музыкальную разминку, основанную на имитационных движениях (фонарики, самолёты, пингвины, лошадки и т.д.);
- Музыкально-ритмические игры: «Поезд», «Авто-стоп», «Воробей», «Буги-буги», «Звероробика»;
- Забавы, шутки, игры-аттракционны, весёлые эстафеты.

При использовании детских телевизионных программ:

1. «Ералаш», в состав которого входят весёлые истории:

- «Музыкальный капустник»,
- «Зоопарк»,
- «Весёлый стадион»;

2. «В гостях у сказки» - это сказочные эстафеты:

- «Барон Мюнхгаузен»,
- «Кот в сапогах»,
- «Лягушка – путешественница»,
- «Незнайка на воздушном шаре» и т.д.

3. Мультипликационные фильмы, где происходят мультипликационные эстафеты:

- «Вини - Пух спешит в гости»;
- «Почтальон Печкин из Простоквашино»;
- «Кот Леопольд против мышей».

Такая организация досуга позволяет достигнуть полной раскрепощённости детей, проявления их самостоятельности, фантазии, творчества в выборе движений, в ощущении мышечной радости.

При проведении досуга используются нетрадиционное оборудование и инвентарь, который подбирается в соответствии с выбранной темой.

При проведении досугов на улице целесообразно использовать природный ландшафт, спортивные снаряды, находящиеся на улице, «дорожку здоровья», а также летнюю сцену. Всё это вызывает у детей интерес, радость, желание двигаться, участвовать в игре.

В случае, когда объединены дети разных возрастов, появляется возможность учить детей в процессе общения, понимать друг друга, сопереживать при неудачах, заботиться старших о младших, радоваться удачам. Обязательно продумывать активизацию зрителей. Это может быть участие в разминке, общая подвижная игра, танец, выполнение определённых движений, сидя на месте. Очень важно не снизить эмоциональный подъём досуга до конца действия. Для этого существуют всевозможные призы, поощряющие активность детей, ведь каждый ребёнок так рад небольшому подарку.

Оздоровительные досуги, проводимые в детском саду:

- «Всех полезней солнце, воздух и вода»,
- «Чистота – залог здоровья»,
- «Спорт – красота и здоровье»,
- «Наш друг – спорт».

Присутствие в таких досугах персонажей (доктор Айболит, доктор Пилюлькин, Ох и Ах, тренер Гантелькин, Спорттик), которые вместе с детьми через игры, стихи, песни, загадки сюрпризы формируют у детей понятие, что здоровье зависит от них самих. Чтобы сбереечь его, надо правильно питаться, заниматься физкультурой, спортом, закаляться, следить за чистотой, быть аккуратным.

На таких досугах любимые детьми персонажи награждают детей медалями «Здоровья», а отдельных ребят – сувенирами и грамотами.

Награждаются также родители медалями «Здоровья», которые с детьми ведут здоровый образ жизни.

Досуги, безусловно, очень полезны в оздоровительном отношении, они оптимизируют физическое состояние детей, укрепляют и закаляют организм. Когда досуги организуются на природе, дети близко соприкасаются с естественным природным материалом, глубоко узнают свой родной край.

Досуги с родителями:

- «Папа, мама, я – спортивная семья»,
- «Вместе с папой, вместе с мамой с физкультурой мы друзья»,
- «Дружит со спортом вся семья».

В связи с напряженной ситуацией с коронавирусом в мире, праздники и досуги, в которых участвуют дети, родители, сотрудники преобразовываем в он – лайн формы, используем You Tube канал нашего учреждения для размещения на нём элементов, а также целых мероприятий. И уже в новом формате приобщаем родителей и детей к массовой физкультуре.

Весёлая атмосфера таких мероприятий передаётся взрослым, способствует пробуждению у них интереса к общению со своими детьми.

И пока мы видим интерес в глазах у детей и родителей, мы должны писать новые сценарии праздников и досугов, которые дарят детям радость и здоровье.