

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 70 «Берёзка»**

Консультация для родителей

«Самостоятельные занятия физическими упражнениями в ДОУ»

Подготовила и провела
инструктор по физической
культуре Дубровская М.А.

Смысл данной формы физического воспитания детей дошкольного возраста безоговорочно. Самостоятельные занятия, создают у детей умение избирать и исполнять без поддержки физические упражнения, воспитывают в то же время предприимчивость, боевитость, лидерские способности, творческую самостоятельность. Самостоятельно заниматься физическими упражнениями могут все воспитанники детского сада, автономно от возраста. Они проводятся как индивидуально, так и организовываясь в маленькие группы. Материалом для занятия работают те упражнения, которые, не требуя трудной организации и страховки, более действенно воздействуют на организм малыша.

Детям представляется также возможность самим избрать для занятий возлюбленный вид движений. Управлять этими занятиями нужно. Впрочем, инструктор по физической культуре или педагог обязан работать осторожно, тактично, ненавязчиво. Не стесняя инициативы детей, надо ориентировать занятия каждого ребенка и наблюдать в одно и то же время за всей группой. На физкультурных занятиях инструктор по физической культуре выделяет ребенку рекомендации, какие упражнения избрать для автономного применения и как методически верно их проводить.

Он приучает своих детей оценивать движения, выполняемые ими и их товарищами, развивает умения и воспитывает качества, которые важны для

общих занятий по инициативе и желанию ребят. Принципиально не только отлично оснащать помещение и спортивную площадку, но расположить физкультурный инвентарь, чтобы стимулировать детей к выполнению различных упражнений. Целесообразно поручать ребятам выносить на участок вспомогательное физкультурное оборудование. Это вызывает интерес и внимание к нему, и использовать его в самостоятельных занятиях и упражнениях. Собственным примером инструктор по физической культуре или же педагог имеет возможность вызвать внимание к какому-либо движению. Взяв скакалку в руки и начать скакать через нее, его безотлагательно же окружают дети и будут исполнять это же упражнение.

Применяя всевозможные способы, инструктор по физической культуре или же педагог поощряет самостоятельные занятия физическими упражнениями. Он держит под контролем качество выполнения движений, наблюдает за дозировкой, за поведением ребят, а в случае если это надо, то демонстрирует и поясняет, как выполнить упражнения, беспокоиться об их чередовании: ребятам длительное время прыгающим через скакалку или же катающим обруч, приглашают сыграть в кегли и иные размеренные игры.