

Консультация для воспитателей ДОО **«Организация активного отдыха в летний период»**

Цель: повышение профессиональной компетентности педагогов по вопросам организации летней оздоровительной работы.

Организация деятельности детей в ДОО в летнее время имеет свою специфику и определяется задачами воспитания в дошкольном учреждении.

Содержание педагогической работы в этот период должно быть направлено на создание оптимальных условий для активного отдыха детей, увеличение двигательной активности, обеспечение мер по укреплению здоровья, закаливанию организма.

Центральное место занимает режим дня. Для достижения оздоровительного эффекта в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на свежем воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Вся деятельность детей в летний период переносится на улицу. Началом успешного дня является утро радостных встреч. Научите детей встречать грядущий день с улыбки и хорошими мыслями, ведь утренняя улыбка заряжает бодростью и хорошим настроением на весь день.

В летний период в ДОО особое место отводится физкультурно-оздоровительной работе. Это обусловлено, прежде всего, тем, что летом уменьшается количество занятий в помещении, режим дня насыщается активной двигательной деятельностью, проводимой на открытом воздухе, появляется возможность более эффективно использовать в системе физического воспитания оздоровительную силу природы.

Организуются следующие мероприятия:

- ✓ утренняя гимнастика;
- ✓ физкультурные занятия;
- ✓ элементы физического воспитания в режиме дня (самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры);
- ✓ закаливающие процедуры;
- ✓ совместная и самостоятельная деятельность (различные игры с использованием физкультурного оборудования);
- ✓ прогулки по территории ДОО (пешие походы, оздоровительный бег, игры).

Работа в летний период проводится через следующие формы организации детей:

- ✓ специально организованная деятельность детей – занятия, экскурсии, развлечения, где дети получают новые знания, устанавливают причинно-следственные связи;
- ✓ совместная деятельность воспитателя и детей – беседы, разучивание стихов, тренинги, чтение художественной литературы, обыгрывание

различных ситуаций, игры, в процессе которых закрепляются знания, полученные в процессе организованной деятельности.

Утренняя гимнастика должна проводиться на спортивной площадке или участке. Гимнастика повышает мышечный тонус и создаёт положительный эмоциональный настрой. Одно из основных требований – утренняя гимнастика не должна носить принудительного характера. Чтобы гимнастика проходила интересно, динамично, необходимо широко использовать музыкальное сопровождение, спортивный инвентарь, привлекательные атрибуты (платочки, ленточки, флажки и т.п. – для коллективного выполнения движений). Содержание утренней гимнастики зависит от возраста детей (имеющихся у них двигательных навыков), условий проведения и планируемой двигательной деятельностью в течение дня. Детей младшего возраста следует упражнять в правильном использовании оборудования, применении навыков ориентировки в пространстве (на участке, спортивной площадке). Для старших дошкольников важно, чтобы они могли реализовать свои интересы в спортивных играх и упражнениях, проявляя имеющиеся у них двигательные способности и всесторонне развивая их.

Мероприятия активного отдыха (физкультурные досуги, праздники, дни здоровья) в ДОО должны проводиться еженедельно. Активная и многообразная двигательная деятельность детей длительное пребывание на открытом воздухе способствует укреплению здоровья, повышению функциональных и адаптационных возможностей организма, совершенствованию двигательных умений и навыков, развитию двигательных и психических особенностей, функционированию положительных эмоциональных состояний, воспитанию потребности в реализации двигательных возможностей.

На лето оставляется план оздоровительной работы. Затем приступают к планированию отдельных мероприятий: разработке сценариев физкультурных досугов, дней здоровья, содержание которых строится на основе программно-методических требований, предъявляемых к физическому, гигиеническому, нравственному, эстетическому воспитанию детей и зависит от времени года, условий проведения, а также от возраста и уровня подготовленности детей.

В содержание физических досугов, продолжительность которых, в зависимости от возраста детей, составляет от 20 до 50 минут, рекомендует включать в себя упражнения, освоенные детьми на физических занятиях, в которых можно состязаться в ловкости, быстроте, смекалке, находчивости, сообразительности (в том числе подвижные игры, эстафеты, аттракционы).

Физкультурные праздники являются своеобразной формой демонстрации движений детей в различных видах физических упражнений и проявление двигательных и психологических качеств. На праздниках используются не только разнообразные двигательные задания, но и танцы, песни, стихи, загадки и т.п. продолжительность праздника составляет от 60 до 90 мин., поэтому при планировании следует предусматривать такое

чередование материала, которое позволяет обеспечить оптимальную физическую и эмоциональную нагрузку исходя из подготовленности детей. Рекомендуется заранее продумать формы поощрения детей, при этом наиболее целесообразными в воспитательном отношении считаются коллективные награды.

День здоровья характеризуется тем, что отменяются все занятия, режим дня насыщается активной двигательной и творческой деятельностью. Целесообразно организовать и провести несложные спортивные соревнования, туристические походы, прогулки за пределы детского сада, физкультурный праздник или досуг. Нередко в этот день детям в театрализованной форме сообщаются те или иные гигиенические знания, в форме игры закрепляются гигиенические навыки. Деятельность дошкольников не ограничивается участием в различных физкультурно-оздоровительных мероприятиях: имеют место различные формы трудовой (коллективная уборка территории детского сада, работа по уходу за растениями на участке и др.), а также творческой (конкурсы танцоров, художников, певцов, музыкантов, чтецов и др.) деятельности.

При организации физкультурного досуга или праздника, для повышения эмоционального фона рекомендуется красочное оформление мест их проведения (спортивного зала или площадки) в соответствии с содержанием мероприятий активного отдыха, а также использование музыкального сопровождения и соблюдение определенных ритуалов (например, торжественных церемоний открытия и закрытия с выносом вымпелов соревнующихся команд, парада и представления участников, приветствия команд и зрителей, показательных выступлений юных спортсменов и т.п.).

Подготовка к участию в мероприятиях активного отдыха проводится в процессе всей работы с детьми и заключается в разучивании упражнений, подвижных игр, эстафет на физкультурных занятиях и их закреплении во время прогулок и утренней гимнастики. Однако некоторые игры, эстафеты и аттракционы, а также несложные по структуре упражнения могут применяться без предварительного ознакомления с ними, как сюрпризный момент.

Лето – самый благоприятный период для укрепления физического и психического здоровья и развития детей. Необходимо максимально использовать оздоравливающий и развивающий потенциал этого времени года.

Педагогу важно найти баланс между самостоятельной активностью детей и педагогически организованным досугом.

Какие формы работы могут соответствовать этим условиям?

Игровые часы. Во время игрового часа дети знакомятся с различными играми (народными и современными). Как показывает практика, современные малыши часто не знают таких игр, как «Бояре» и т.д. У старших дошкольников интерес вызывают лото, шашки, шахматы и т. д. Разучивание этих игр с детьми и дальнейшее закрепление их в повседневной игровой деятельности значительно обогащают детский досуг.

Игры и развлечения – неперенные спутники жизни каждого ребёнка. Дети дошкольного возраста играют в самые разнообразные игры: подвижные, дидактические, творческие, ролевые, строительные, музыкальные, театрализованные игры, игры-пантомимы и т.д. Именно летом предоставляются наиболее благоприятные возможности для разнообразной игровой деятельности детей, развития и расширения их творческих способностей.

Игры-путешествия. Игра-путешествие представляет собой последовательное посещение различных точек на ранее подготовленном маршруте. На маршруте необходимо организовать остановки, где детям будут предлагаться различные игры и задания.

Музыкальные часы. Это время самой разнообразной деятельности: дети могут разучивать новые песни, петь те, которые им хорошо знакомы, танцевать, играть в музыкальные игры и. д.

Кружки. Наибольшей популярностью у детей пользуются кружки, где есть возможность освоить какие-то навыки практической деятельности и самостоятельно изготовить поделки.

Выставки. К организации выставки можно привлечь как детей, так и родителей.

В летнее время большое внимание должно быть уделено чтению художественной литературы, рассказыванию сказок, организации игр-драматизаций.

Лето – благоприятный период для реализации программных задач по ОБЖ и формированию у воспитанников культурно-гигиенических навыков.