

# Лето на спортивной площадке.



Инструктор по ФК Жидкова С. Ю

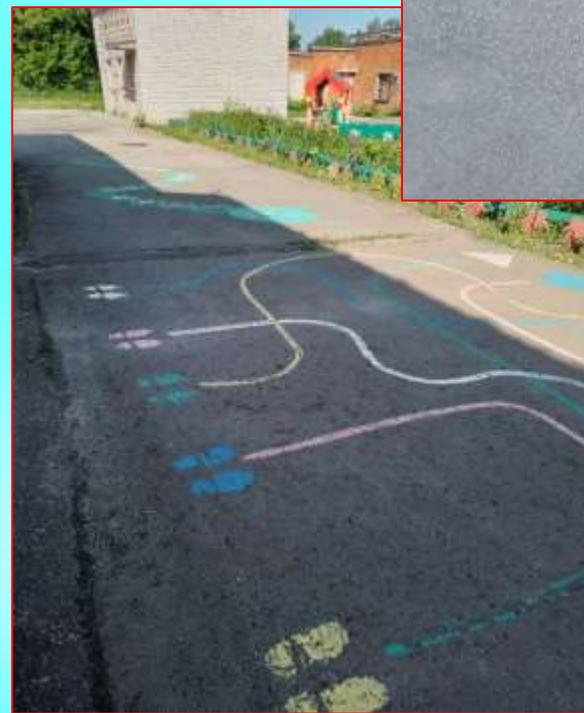
*«Чтобы сделать ребенка умным и  
рассудительным,  
сделайте его крепким и здоровым,  
пусть он находится в постоянном движении».*  
*Жан Жак Руссо*

В период летней оздоровительной работы увеличивается время пребывания воспитанников на свежем воздухе. Частично организация физкультурно-оздоровительной деятельности становится возможным на спортивной площадке дошкольного учреждения.

**Движение – это жизнь!** Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается тонус.

Научно доказано, что во время активной физической нагрузки организм вырабатывает «гормон счастья», этим и объясняется удовольствие, полученное при занятиях физкультурой.

**Спортивная площадка** – это компонент участка детского сада (развивающей физкультурно-игровой среды дошкольного учреждения), предназначенный для проведения с детьми утренней гимнастики, физкультурных занятий, подвижных и спортивных игр, спортивных праздников и развлечений.



## Основные правила посещения спортивной площадки в детском саду

Как на любой спортивной площадке, в детском саду также действуют свои правила посещения. Их необходимо выполнять, ведь речь идет о здоровье детей.

- На спортивную площадку дети заходят только с разрешения педагога.
- Дети занимаются в облегченной одежде, одежда ребенка должна быть удобной, не должна сковывать движения. В карманах одежды не должно быть посторонних предметов (например, значки, булавки, заколки, мелкие игрушки и т.п.) могут явиться причиной травмы.
- Выполняют основные виды движений (лазание, подлезание) только на специальном спортивном оборудовании.
- При выполнении бега соблюдают дистанцию.
- Выполняют упражнения с предметами внимательно, соблюдая дистанцию, интервал.
- Метание выполняют только по команде педагога.
- В случае даже незначительного ранения, ушиба, ссадин немедленно обратиться к инструктору.
- Нельзя толкаться.
- Пользоваться инвентарем только с разрешения инструктора.
- В том случае, если ребенок неважно себя чувствует, то ему не рекомендуется посещать занятия на спортивной площадке.

# Гимнастика и развивающие упражнения



# Упражнения на спортивном оборудовании площадки



# Упражнения на выносном спортивном оборудовании



# Эстафеты



# Развивающие игры



Бездомный заяц



# Подвижные игры



Лиса и куры



Гори, гори ясно



# Спортивные игры



Волейбол



Бадминтон



Баскетбол



Футбол



Теннис

# Развлечения

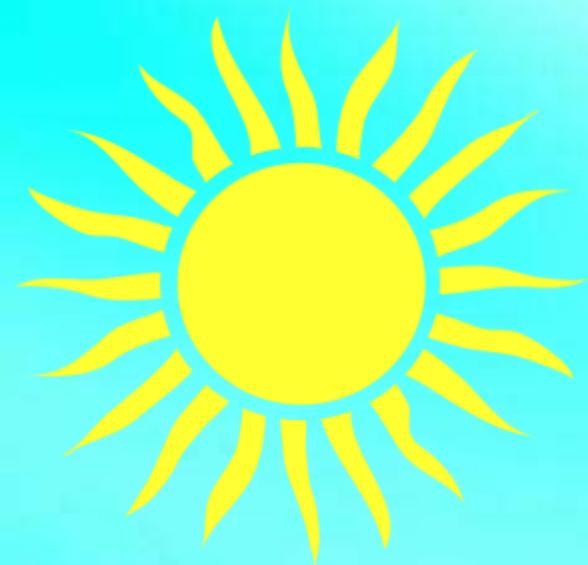


День России



Веселый стадион





Лето, проведенное на спортивной площадке помогло детям развиваться физически и эмоционально. На спортивной площадке дети социализировались и познавали для себя что-то новое.

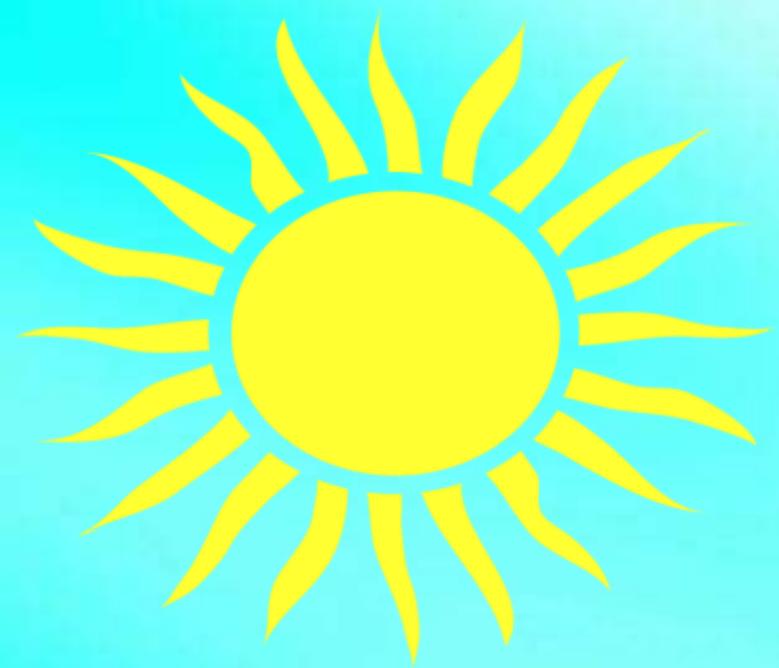
Полноценное и всестороннее развитие и воспитание невозможно без правильно организованной и достаточной для дошкольного возраста двигательной активности, которая оказывает огромное влияние на состояние здоровья и физическое развитие ребёнка.

Физкультура на спортивной площадке является первым и самым важным толчком к большому спорту и будущей здоровой нации.

Сооружение детских открытых спортивных площадок повышает интерес детей к спорту, дает им возможность идти к здоровому образу жизни.

Именно физкультурная площадка является центром организации разнообразной двигательной деятельности детей на участке.





**спасибо за внимание**

