СОВМЕСТНЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед педагогами нашего образовательного учреждения.

Семья и детский сад – социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребенка. Поступая в ДОУ, многие дети имеют отклонения в физическом развитии: нарушение осанки, излишний вес, слаборазвитые двигательные навыки (быстрота, ловкость, координация движений).

Стоит отметить, что многие родители наряду с проблемами здоровья своего ребенка испытывают еще и трудности в общении с ним. Во многих семьях сведены к минимуму игровая деятельность и двигательная активность дошкольников.

Пытаясь решить эту проблему, в нашем детском саду была поставлена задача – помочь родителям в приобретении необходимых теоретических и практических знаний (познакомить с упражнениями и подвижными играми, способствующими развитию у детей двигательных навыков, а также освоить приемы обучения этим упражнениям, наладить эмоциональный контакт со своим ребенком, помочь адаптироваться ребенку в детском саду).

Один из путей решения этих задач – совместные физкультурные занятия детей и родителей.

ОСОБЕННОСТИ СОВМЕСТНЫХ ЗАНЯТИЙ В МЛАДШЕМ ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.

Начиная с младшего дошкольного возраста своих детей, родители приглашаются на физкультурные занятия, как активные участники. Форма участия родителей на таких занятиях может быть разной. В основном, опираясь на методику М.Н. Поповой «Навстречу друг другу», используется ее опыт в проведении таких занятий. СОВ

Так, в начале года проводятся игровые занятия, чтобы дать возможность родителям адаптироваться к совместной деятельности с детьми, постепенно переходим на «традиционные » занятия.

Традиционные занятия построены по основному принципу, включают в себя различные физические упражнения- парные общеразвивающего характера, основные, где родители выступают в роли напарника, помощника, так же танцевальные и подвижные игры.

Такие занятия решают ряд задач: адаптация ребенка к детскому саду (возраст детей 3-4 года), приобретение родителями разнообразного двигательного опыта, эмоциональное сближение родителей и воспитателей, а так же формирование хорошей традиции нашего детского сада –совместные физкультурные занятия детей и родителей.

ОСОБЕННОСТИ СОВМЕСТНЫХ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИИ В СТАРШЕМ ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.

К старшей подготовительной группе меняется характер совместных занятий, ставятся другие цели.

Основными целями таких занятий уже являются совершенствование двигательных умений и навыков полученных на занятиях по физической культуре; воспитание желания заниматься физическими упражнениями; доставить детям радость от совместной деятельности со своими родителями. Занятия становятся больше похожими на праздники.

Ведь невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых, интересных, увлекательных и шумных праздников и соревнований. Одни развивают сообразительность, другие - смекалку, третьи - воображение и творчество, но объединяет их общее - воспитание у ребенка потребности в движениях и эмоциональном восприятии жизни.

Основу таких праздников составляют игры и игровые задания соревновательного характера. Группа делится на две команды, которые состоят из детей и родителей. Участники выполняют командные и индивидуальные задания, соревнуются взрослые с взрослыми, дети с детьми. Игровые задания с высокой двигательной активностью сменяются заданиями на внимательность, на развитие мелкой моторики, исполнением музыкально-ритмических композиций. Эмоциональность таких праздников, постоянное наблюдение родителей за своим ребенком позволяет предоставить детям большую свободу в двигательной деятельности, дает ребенку возможность проявить свои склонности и таким образом получить удовлетворение естественной потребности в движении, а также психологическое удовлетворение от участия в праздниках.

Планируя работу по проведению таких мероприятий с детьми старшего дошкольного возраста, учитываются такие факторы:

• подвижные игры должны соответствовать возрастным и функциональным возможностям ребенка;

• подвижные игры необходимо чередовать с более спокойными;

• способствовать повышению эмоционального настроя детей путем ввода в сценарий мероприятия различных персонажей;

• необходимо избегать длительного статического положения, ожидания;

• методы и способы организации детей следует согласовывать с их возрастными возможностями;

• учитывать время, отведенное на проведение мероприятия.

Широкое использование разных игровых приемов, игровых упражнений, загадок, музыкальных произведений способствует положительному эмоциональному настрою детей активному применению приобретенных ранее двигательных умений и навыков. Действуя с большим эмоциональным подъемом, стремясь к достижению лучших результатов в условиях соревнования (неожиданно изменяющихся ситуациях), дети совершенствуются физически. Так, у чрезмерно подвижных детей развивается умение доводить задание до конца, проявляя внимательность и добиваясь точности выполнения: малоподвижные дети учатся хорошо и свободно ориентироваться в пространстве, с интересом участвуют в коллективных играх, проявляя такие качества, как быстрота реакции, ловкость, гибкость, ориентировка в пространстве и другие полезные качества и способности.

Участие в праздниках и подготовка к ним приносят большое эмоциональное и эстетическое удовлетворение, объединяют детей и взрослых общими радостными переживаниями, надолго остаются в памяти как яркое событие.

Участие в физкультурных праздниках помогает детям глубже осознать значение систематических упражнений в двигательных действиях для достижения желаемых результатов, пробуждает интерес к регулярным занятиям физической культурой.

Положительный пример взрослых служит повышению родительского авторитета. Привлечение их к участию в детских физкультурных праздниках содействует пропаганде физической культуры и спорта среди широких слоев населения и является одной из форм работы коллектива дошкольного учреждения с родителями по физическому воспитанию. Кроме того, физкультурные праздники содействуют улучшению физкультурно-массовой работы среди детей и взрослых.

Заканчивается физкультурный праздник подведением итогов игр и эстафет. Отмечаются победители, а также дети, судьи, оказавшие активную помощь в проведении физкультурного праздника.

Таким образом, совместное физкультурное занятие-праздник имеет свои особенности. Это связано с возросшими возможностями старших дошкольников, по сравнению с предыдущими возрастом и с их более богатым двигательным опытом.

ВЫВОДЫ

Совместные физкультурные занятия, тесное сотрудничество инструктора по физической культуре и воспитателей детского сада позволяют повысить эффективность взаимодействия дошкольного учреждения с семьей в плане педагогического просвещения родителей, пропаганды здорового образа жизни, оказания психологической поддержки и помощи детям и взрослым. Родители с удовольствием посещают такие занятия, проявляют желание заниматься физкультурой вместе с ребенком. Совместная двигательная деятельность раскрепощает их, способствует более эффективному эмоциональному общению с детьми.