

Роль воспитателя на занятии по ФИЗО

Физическая культура занимает одно из ведущих мест в **воспитании** гармонического развития личности. Система оздоровительных мероприятий предусматривает укрепление здоровья детей, полноценное физическое развитие. **Воспитатель** должен подбирать физические упражнения в соответствии с возрастом и подготовленностью детей. При выполнении физических упражнений работоспособность человека возрастает постепенно. Физическая нагрузка характеризуется изменением функциональных показателей деятельности организма.

Одним из таких показателей является пульс. По изменению частоты пульса можно проследить физическую нагрузку, которую дети испытывают в процессе **занятий**.

В вводной части число ударов пульса увеличивается на 10 -15%, в основной на 30 -40%, в заключительной уменьшается, приближаясь к исходной величине.

Важно построить физкультурное **занятие таким образом**, что бы обеспечить предварительную физическую и психологическую подготовку детей к **восприятию** и выполнению более сложных упражнений, с помощью которых решаются основные задачи.

В физкультурном **занятии выделяют 3 части** : вводную, основную и заключительную.

Вопрос: скажите для чего существует вводная часть? (*отвечают педагоги*)

Вводная часть существует для того, что бы решить психологическую задачу: организовать детей, собрать и активизировать внимание, создать бодрое настроение.

В этой части **занятия** обеспечивается общая и специальная подготовка организма к выполнению более сложных упражнений, которые планируются в основной части **занятия**. Для этого используются различные виды ходьбы, бега, прыжки на двух и одной ноге. Которые усиливают деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной системы, в следствии чего физическая нагрузка постепенно возрастает.

Вопрос: для чего предназначена основная часть **занятия**? (*отвечают педагоги*)

В основной части **занятия** формируются двигательные навыки, развиваются физические качества. С начала разучиваются новые упражнения, а уже после закрепляют навыки в основных движениях и развивают физические качества.

Основные движения это: прыжки, метание, лазанье, игры- эстафеты и другое. Следует обратить особое внимание на то, что бы дети не сидели, а все время были в движении.

В основной части **занятия** могут разучиваться наиболее сложные общеразвивающие упражнения.

После основной части следует заключительная.

Вопрос: В чем ее назначение? (*отвечают педагоги*)

Ее значение в том, что бы снизить физическую нагрузку, привести организм ребенка в относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение и подвести итоги **занятия**.

Для этого используются: ходьба, игры спокойного характера (Найди предмет», «Найди где спрятано» и др.)

Наилучший результат достигается тогда, когда для решения поставленных задач используются все части физкультурного **занятия**.

Растить детей здоровыми, сильными- задача каждого дошкольного учреждения, поэтому в современных условиях особо актуальным является внедрение в работу ДОО инновационных педагогических технологий.

Формы проведения **занятий** по физической культуре разнообразны: это и игровая, и учебно- тренировочная, и сюжетно-игровая, и комплексная.

Одной из форм развития двигательных умений и навыков у детей являются сюжетно- игровые **занятия**, которые способствуют **воспитанию** интереса к процессу выполнения физических упражнений.

Естественным спутником жизни детей является игра, которая обладает великой **воспитательной** силой и способствуют формированию у дошкольников двигательных умений и навыков.

Все сюжетно- игровые **занятия** составляются с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста.

Применение в практике сюжетно- игровых физкультурных **занятий** базируются с учетом возрастных особенностей детей и требуют большой подготовки, что позволяет повысить эффективность процесса физического **воспитания**, оказывает положительное влияние на динамику развития двигательных умений и навыков, а также на формирование интереса детей к **занятиям** физической культурой.