

В период летнего оздоровления приоритетным является организация деятельности детей физкультурно-оздоровительной и художественно-эстетической направленности, которая осуществляется в нерегламентированной деятельности воспитанников, включающей:

- самостоятельную деятельность в условиях созданной педагогическими работниками предметно-развивающей образовательной среды, обеспечивающей каждому ребенку возможность выбрать деятельность по интересам и позволяющей ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально;
- организованную педагогическим работником деятельность детей, направленную на решение образовательных задач.

Физкультурно-оздоровительная работа включает:

- утреннюю гимнастику;
- физкультурные занятия (игрового, сюжетного, тематического вида);
- подвижные игры и физические упражнения на прогулке;
- активный отдых (физкультурные досуги, физкультурные праздники, Дни здоровья);
- самостоятельную двигательную деятельность;
- закаливание.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно на воздухе. В ее содержание с учетом возрастных особенностей воспитанников могут быть включены:

- комплекс общеразвивающих упражнений;
- обыгрывание сюжета;
- 3-4 подвижные игры;
- физические упражнения с использованием полосы препятствий, простейших тренажеров;
- оздоровительный бег на участке;
- элементы ритмической гимнастики, танцевальные движения, хороводы и др.

В летний период создаются благоприятные условия для двигательной активности детей и усиления оздоровительного воздействия физических упражнений.

Физкультурные занятия на воздухе направлены на:

- повышение адаптивных и функциональных возможностей организма воспитанников на основе комплексного использования физических упражнений, подвижных игр в сочетании с природными средствами оздоровления (солнце, воздух, вода, климатические условия) и гигиеническими факторами (наличие спортивной одежды и обуви, гигиена мест проведения занятий и др.);

- расширение двигательного опыта детей; закрепление и совершенствование упражнений в ходьбе, беге, прыжках, лазаньи, метании; развитие физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости); овладение элементами спортивных игр, техникой спортивных упражнений за счет оптимального и вариативного применения предметной физкультурно-развивающей среды, адекватной возрасту и способностям воспитанников.

При организации **подвижных игр и физических упражнений на прогулке** особое внимание следует уделять индивидуальной работе с воспитанниками. Подбор материала необходимо осуществлять с учетом особенностей двигательного развития детей раннего и дошкольного возраста. Вариантами организации подвижных игр и физических упражнений на прогулке являются:

Комплекс подвижных игр (2-3 игры) и физических упражнений с определенной направленностью (в том числе сюжетной): профилактика нарушений осанки и плоскостопия; развитие координационных способностей; развитие физических качеств; совершенствование двигательных умений и навыков (выполнение знакомых движений в новых сочетаниях, из необычных исходных положений, в необычных условиях и т. п.).

Элементы спортивных игр (баскетбол, футбол, настольный теннис, городки и др.) и спортивные упражнения (катание на велосипеде, самокате, плавание и др.).

Игры с элементами спортивного ориентирования.

Комплекс подвижных игр (2-3 игры) с разными видами основных движений, развивающих творческую активность и самостоятельность воспитанников.

Активный отдых (физкультурные досуги, физкультурные праздники, Дни здоровья) как форма коллективного, деятельного отдыха, комплексно решает оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи, способствует развитию у детей умения творчески использовать двигательный опыт в условиях эмоционального

общения со сверстниками, побуждает каждого ребенка к максимальному проявлению своих способностей.

Тематика физкультурно-массовых мероприятий на воздухе должна отражать специфику летнего оздоровления.

Самостоятельная двигательная деятельность является одним из структурных компонентов двигательного режима в учреждении дошкольного образования. Именно в этом виде деятельности ребенок в наибольшей степени может проявить уровень своих двигательных, игровых, коммуникативных умений. Самостоятельная двигательная деятельность возникает по инициативе ребенка и проходит под наблюдением взрослого, при его косвенном руководстве. Для ее разнообразия в период летнего оздоровления необходимо создание следующих условий:

- включение в режим дня времени на самостоятельную двигательную деятельность (утром, после завтрака, на прогулках, после сна, в разных видах деятельности);
- обеспечение необходимым спортивным инвентарем (оборудованием) для выполнения физических упражнений на воздухе;
- предоставление достаточного места для движений, выполнения физических упражнений;
- индивидуализация (дифференциация) физических упражнений с учетом уровней (гиперподвижные, малоподвижные, оптимально подвижные дети) и типов двигательной активности воспитанников.