*Инструктор по физической культуре*

*Клемендеева Ксения Вячеславовна*

*МБДОУ №226 «Капитошка»*

*Город Ульяновск*

**«Креативный подход к организации занятий по физической культуре»**

Физическая культура- это сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности.

А физическая культура в детском саду – это важная составляющая общего развития ребенка в детском учреждении. Каждый родитель хочет видеть своего ребенка здоровым, активным и жизнерадостным. Чтобы ребенок всегда был таким, основы нужно заложить с самого раннего детства. Именно поэтому в детском саду большое внимание уделяется развитию мышц детей, их ловкости, силы и выносливости.
Среди основных средств правильного физического воспитания маленьких ребят можно выделить: правильное (здоровое) питание, выработку привычек к личной гигиене, прогулки на свежем воздухе, правильно организованный режим дня, хороший сон, создание условий для творчества ребенка, ну и, конечно же, физическую культуру.
Правильные активные движения ребенка повышают его устойчивость к различным заболеваниям, вызывают активизацию защитных сил организма, его иммунитета, повышают деятельность лейкоцитов. Физическая культура в [детском  саду](https://www.google.com/url?q=http://www.metod-kopilka.ru/go.html?href%3Dhttp%253A%252F%252Fwww.google.com%252Furl%253Fq%253Dhttp%25253A%25252F%25252Fwww.nougulliver.ru%25252Farticles%25252Fchastnyi_det_sad%25252F%2526sa%253DD%2526sntz%253D1%2526usg%253DAFQjCNHEDwnNO-_3PTcN_7EooiEeg-a2yQ&sa=D&ust=1589724225367000) способствует всестороннему развитию у детей умственных способностей, мышления, внимания, восприятия, существенному улучшению питания тканей организма, формированию скелета, формированию правильной осанки и улучшению иммунной системы ребенка.

Работа ведется через соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований, организацию сбалансированного питания, систему закаливания детей, проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, создание благоприятного климата в ДОУ.

**Организация занятий по физкультуре в нашем детском саду.**

**Формы физкультурно-оздоровительной работы:**

* физкультурные занятия;
* утренняя гимнастика;
* физкультминутки;
* самостоятельная двигательная деятельность детей в группе;
* организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке;
* физкультурные досуги;
* Развлечения;
* Праздники;
* праздники совместно с родителями.

Все это прекрасно и соблюдается во всех детских садах, но хочется сделать физические занятия еще более интересными. Для того, чтобы дети осваивали не только физические упражнения и осваивали новые навыки, они еще должны быть всесторонне знакомы со спортом. Для этого я придумала проводить для детей несколько занятий в год теории. Которые включают в себя видео с видами спорта, фото или наглядный пример спортивного инвентаря, для того, чтобы дети знали виды спорта и возможно кто-то захотел попробовать себя в роли спортсмена. Это поможет детям познакомиться со спортом и найти свое любимое занятие.