

## Как физкультура в детском саду укрепляет дружбу?

Давайте разберемся.

### 1. Общие цели и переживания:

Представьте себе: дети вместе пытаются перепрыгнуть через "ручеек", добежать до финиша в эстафете или построить башню из кубиков. Все они объединены общей целью, и это создает чувство единства. Радость победы, небольшие неудачи, поддержка друг друга - все эти переживания сближают детей, учат сопереживать и радоваться успехам товарищей.

### 2. Развитие коммуникативных навыков:

Во время физкультурных занятий дети учатся общаться друг с другом, договариваться, распределять роли в команде. Они учатся просить о помощи, предлагать свою, объяснять правила игры.

Все это способствует развитию коммуникативных навыков, которые необходимы для построения здоровых и крепких дружеских отношений.

### 3. Формирование чувства взаимопомощи и поддержки:

Упал? Помоги подняться! Не получается?

Поддержи! Физкультура учит детей быть внимательными друг к другу, оказывать помощь и поддержку в трудную минуту. Это формирует чувство ответственности за команду и укрепляет дружеские связи.

### 4. Снятие напряжения и позитивные

#### ЭМОЦИИ:

Активные игры и упражнения помогают детям выплеснуть энергию, снять напряжение и получить заряд позитивных эмоций. А когда дети вместе смеются, радуются и веселятся, это создает благоприятную атмосферу для развития дружбы.

### 5. Развитие эмпатии и понимания:

Наблюдая за тем, как другие дети справляются с заданиями, дети учатся понимать их чувства и переживания. Они учатся сочувствовать, сопереживать и поддерживать друг друга. Это развивает эмпатию - важную составляющую здоровых и крепких дружеских отношений.