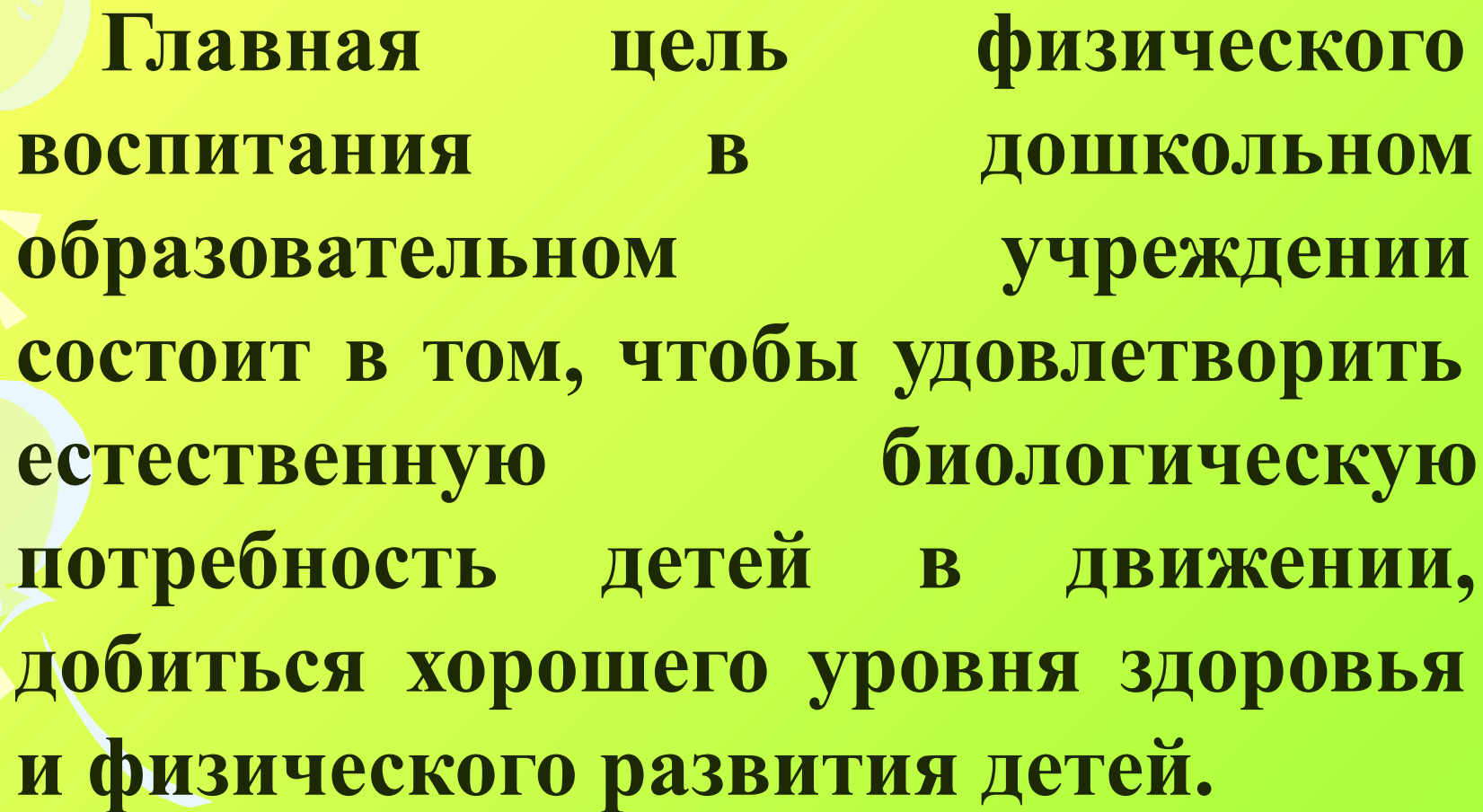


The background features a vibrant, abstract design with swirling lines in shades of purple, blue, and green, interspersed with small yellow triangles pointing in various directions.

Нетрадиционные формы организации физкультурных занятий

**Сергеева Оксана Евгеньевна
Инструктор по ФИЗО
МБДОУ «Детский сад № 41 «Колобок»**




Главная цель физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении состоит в том, чтобы удовлетворить естественную биологическую потребность детей в движении, добиться хорошего уровня здоровья и физического развития детей.

Актуальность

Проблема использования альтернативных физкультурных занятий нетрадиционной направленности, которые учитывают особенности мотивов и потребностей дошкольников, приобретает особую остроту.

Использование альтернативных (нетрадиционных) физкультурных занятий обеспечит повышение интереса к физкультуре, если:

- создать систему интересных физкультурных занятий;
- продумать специально организованную методику физкультурных занятий, включающую отбор форм проведения, содержания, методов и приёмов;
- положить в основу нетрадиционных форм физкультурных занятий следующие критерии: интерес дошкольников к физкультуре, уровень физической подготовленности и состояния здоровья, сложность содержания физкультурных занятий.



Нетрадиционность предполагает отличие от классической структуры занятия за счёт использования новых способов организации детей, нестандартного оборудования, внесения некоторых изменений в традиционную форму построения занятия.

ВАРИАНТЫ ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ:

ИГРОВЫЕ ЗАНЯТИЯ, ПОСТРОЕННЫЕ НА ОСНОВЕ ИГР И ИГР-ЭСТАФЕТ



- Используют для снятия напряжения после занятий с повышенной интеллектуальной нагрузкой.
- Для закрепления движений в новых условиях.
- Для обеспечения положительных эмоций.

ЗАНЯТИЯ – ТРЕНИРОВКИ ИЛИ ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ



- **Серии занятий по обучению спортивным играм с элементами лёгкой атлетики.**
- **Закрепление определённых видов движений.**

Такое занятие обеспечивает возможность многократно повторить движение, потренироваться в технике его выполнения



СЮЖЕТНО – ИГРОВЫЕ ЗАНЯТИЯ



Такое занятие построено на сказочной или реальной истории. Тематика таких занятий должна соответствовать возрастным возможностям детей, учитывая их уровень.

НАПРИМЕР:

- репортаж со стадиона;
- цирк;
- поездка на дачу;
- сказочные сюжеты и т. д.



Также в практику можно включать музыкально-ритмические занятия

Музыкальный ритм организует движения, создает хорошее настроение, вызывает положительные эмоции, усиливает воздействие физических упражнений на организм, способствует повышению работоспособности, бодрости, здоровья, тонуса нервной системы. Эти занятия нравятся детям. Они обеспечивают тесную взаимосвязь между инструктором по физкультуре и музыкальным руководителем



Интегрированное занятие



Интеграция – процесс сближения и связи наук. Поскольку в ДООУ проводится много интеллектуальных занятий, иногда можно проводить интегрированные занятия. «Физкультура – математика» или «Физкультура – конструирование». Важно то, что такие занятия не должны быть частыми, и должны быть очень хорошо продуманы воспитателем и инструктором. В основном такое занятие можно провести на закрепление материала.

Занятия-походы – это длительная спортивная ходьба по заданному маршруту.

Эти занятия позволяют детям укрепить свое здоровье, так как ходьба и бег – универсальные виды движения, при которых работают все группы мышц. Расстояние, которое дети проходят во время похода – от 1,5 до 3 км, время непрерывного движения – от 15 до 25 минут, длительность промежуточного привала – 5–10 мин., большой привал, на котором организуются игры, соревнования и отдых перед обратной дорогой – 30–40 минут. Отправляясь в мини-поход с некоторыми его атрибутами (рюкзак, фляжка с водой), первую часть пути и после привета дети проходят несколько медленнее. Чтобы ввести организм в режим нагрузки, темп ходьбы может быть несколько увеличен, но необходимо строго следить за состоянием детей. Перед привалом темп также снижается. Впереди идут менее подготовленные дети, в конце колонны – физически более крепкие, чтобы колонна не растягивалась.

Занятия с элементами спортивного ориентирования – проводятся на участке детского сада

Перед занятием 2 команды получают маршрутные листы. На них схематично изображен участок, где будет проходить занятие и путь следования команд. После небольшой разминки команды отправляются в путь в сопровождении воспитателя и преодолевают различные препятствия: перелезают через барьеры или пролезают сквозь них, лазают по гимнастической лестнице, идут по бревну и т.д. Заканчивают маршрут обе команды в одном месте, где их поджидает письмо или сказочный персонаж с предложением поиграть, провести эстафету и т.д.

■

Фитбол-гимнастика

Фитбол – гимнастика – гимнастика
на больших гимнастических мячах.



Степ-гимнастика



С помощью степ-гимнастики можно сформировать гармонично развитое тело, прямую осанку и выработать у детей выразительные, плавные, точные движения.

Степ-гимнастика — это не просто сочетание разнообразных движений, но красивый спортивный танец, который приносит пользу здоровью детей и улучшает их настроение.



СОВМЕСТНЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ РОДИТЕЛЕЙ С ДЕТЬМИ




Основная цель таких занятий, это помочь родителям и детям ощутить радость от совместной двигательной деятельности. Родителям – установить эмоционально – двигательный контакт с детьми. Способствовать развитию межличностного общения ребёнка с взрослым.

РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ «ТЕАТР ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ»



Такое занятие представляет собой ситуационную мини-игру (СМИ), в которой дети вступают в этап ролевой или «подражательной», имитационной игры, выступая то в ролях животных, то в роли птиц, насекомых или сказочных героев.



При выборе таких занятий воспитателю необходимо учитывать задачи, содержание, место и условия проведения занятия, физическую подготовленность детей, степень владения ими определёнными видами движений, индивидуальные особенности и интерес детей.

Спасибо за внимание!

