

Опыт работы по
двигательной активности
детей дошкольного
возраста.

Выполнила: воспитатель ДО №567
Бригневич Инна Александровна.

Дошкольный возраст - благодатный период для формирования и развития двигательной деятельности на фоне достаточно высокой двигательной активности. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые шесть лет.

В первую очередь, я начала свою работу с изучения методической литературы: Т. Н. Осокина «Физическая культура», Н. В. Полтавцева «Физическая культура в дошкольном детстве», Н. С. Голицина «Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении», В. Н. Шебейко «Вариативные физкультурные занятия в детском саду», Э. Степаненко «Методика физического воспитания», И. С. Красикова «Осанка. Воспитание правильной осанки», статьи в журналах «Дошкольное воспитание», «Ребёнок в детском саду».

Модель двигательного режима детей 5 – 7 лет.

№	Наименование мероприятий	Особенности организации
1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:		
1.1.	Образовательная деятельность в зале (Физическая культура).	2 раза в неделю, подгруппами, подобранными с учетом двигательной активности (ДА) детей. Образовательная деятельность проводится в первой половине дня. Длительность 20 -30 мин(в соответствии возраста)
1.2	Образовательная деятельность на свежем воздухе (Физическая культура).	1 занятие в неделю, проводится в первой половине дня. Длительность 20-30 мин.
1.3	Учебно-организационная образовательная деятельность в движении	Проводятся по плану – например, музыкальные занятия без стульчиков в сочетании с танцевальными движениями, рисование лежа на полу и т.д. Длительность 20-30 мин
1.4	Образовательная деятельность (интеграция) «ФЭМП в движении»	Проводятся по плану. Длительность 20-30 мин

2. ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ:

2.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно (на свежем воздухе при наличии хорошей погоды). Длительность 20-25 мин.
2.2	Двигательная разминка между ООД	Ежедневно в течении 5-7 мин.
2.3	Физкультминутка	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий, длительность до 2 мин, на 10-12 минуте занятия.
2.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время прогулки (утром и вечером), длительность 20-30 мин
2.5	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время утренней или вечерней прогулки, длительность 15-20 мин
2.6	Дозированный оздоровительный бег	Ежедневно во время утренней прогулки; 2 раза в неделю во время вечерней прогулки. Длительность 3-7 мин
2.7	Гимнастика после дневного сна: бодрящая, ритмическая в сочетании с контрастными воздушными ваннами.	Ежедневно, длительность 12-15 мин.

3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:

3.1	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно, под руководством воспитателя в группе, в зале и на свежем воздухе. Продолжительность ее зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей, но не более 15-25 мин.
-----	---	--

4. ФИЗКУЛЬТУРНО – МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ:

4.1	Неделя здоровья (день здоровья)	2 раза в год, проводится по плану.
4.2	Игры – соревнования между возрастными группами.	2 раза в месяц, в зале и на воздухе. Длительность 25-30 мин.
4.3	Физкультурный досуг	1 раз в месяц в зале или на воздухе совместно со сверстниками 1-2 групп. Длительность 20-30 мин.
4.4	Физкультурно-спортивные праздники в зале или на открытом воздухе	2 раза в год, внутри детского сада или совместно со сверстниками другого ДОО. Длительность 45-60 мин.
4.5	Спартакиады вне детского сада (веселые старты)	2 раза в год, длительность 90-120 мин. Участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности.

5. ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

ДЕТСКОГО САДА И СЕМЬИ

5.1

Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада

Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий.

Физкультура.





Утренняя гимнастика.





Гимнастика пробуждения.





Самостоятельная двигательная деятельность.





Подвижные игры.







Спасибо за
внимание.