

# ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ

## МАЛЕНЬКИЙ РЕБЕНОК - ДЕЯТЕЛЬ!

**Чем разнообразнее движения, тем большая информация поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие.**

**Развитость движений – один из показателей правильного нервно-психического развития в раннем возрасте**

# Развитие движений в самостоятельной сфере

Самостоятельная сфера

Различные игры

С игрушками  
двигателями

С образными  
игрушками

Игры с сюжетом на  
муз. и физк. темы

Игры с использованием  
Физкультурных пособий, атрибутов

Игры с содержанием, требующим  
использование этого оборудования

Игры с использованием «кукольного»  
Физкультурного оборудования

Для детей первой младшей группы занятие по развитию движений состоит из 3-х частей

- **Вводная** – ее цель: организация детей и постепенное введение их в режим занятия
- **Основная** – ее цель: учить выполнять упражнения общеразвивающего характера, развивать основные движения и осваивать подвижные игры
- **Заключительная** – ее цель: постепенно привести организма ребенка в спокойное состояние

## При планировании занятия следует:

- Помнить, что упражнения должны соответствовать возрастным и функциональным особенностям ребенка;
- Предусматривать упражнения для всех групп мышц (*плечевой, живота, ног*);
- Избегать длительных однообразных положений, ожиданий;
- Соблюдать последовательность в нарастании трудностей упражнений от простого к сложному;
- Методы и способы организации связывать с возрастными особенностями;
- Вызывать положительный эмоциональный настрой;
- Иметь ввиду ограниченную двигательную способность каждого возраста;
- Учитывать время, отведенное на выполнение занятий, упражнений

## В конце квартала желательно подводить итог обучению движениям

Исходя из этого, воспитатель оценивает двигательные навыки детей, отмечая их умения действовать с помощью взрослых и самостоятельно.

Качество выполнения движений в самостоятельной деятельности является главным критерием оценки двигательных умений ребенка

## Велика роль двигательного анализатора в речевом развитии малышей.

- Включать в занятия по развитию речи разнообразные двигательные действия и задания, рассматривать их как физкультминутки;
- Дидактический материал вносить по количеству детей;
- Занятия с куклами лучше всего проводить в разной обстановке (*за столами, в игровом уголке, на прогулке и т.д.*);
- Чтобы дети могли перенести игровые действия с куклами в самостоятельную деятельность, полезно воссоздавать игровую обстановку занятий во время самостоятельных игр;
- Предусматривать двигательные действия и задания во всех видах занятий по развитию речи с малышами

# ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Передовые русские ученые

П.Ф. Лесгафт,

Е.А.Покровский,

В.В. Гориневский

учитывали важную роль подвижных игр в  
развитии и оздоровлении ребенка

## По данным Н.В. Потехиной

Систематическое обучение в подвижной игре приводит к дальнейшему совершенствованию умений и навыков, приобретенных при разучивании специальных упражнений.

Стимулом совершенствования движения является стремление ребенка лучше выполнить игровую задачу и достигнуть успеха



# Различия в двигательной активности детей

При ознакомлении с новой игрушкой дети проявляют свою активность по-разному.

Таким образом можно выделить три группы детей:

- Большой подвижности;
- Средней подвижности;
- Малой подвижности

## Дети средней подвижности

Они отличаются наиболее ровным и спокойным поведением, равномерной подвижностью.

В каждой группе их примерно половина.

Движения обычно уверенные, четкие, целенаправленные.

Продолжительность двигательной активности  
2,5-3 часа

Интенсивность – 32-56 движений в минуту.

## Дети большей подвижности

Всегда особо заметны, составляют примерно 1/5 часть. Среди них выделяются дети с высокой и умеренной интенсивностью движений – 54-180 движений в минуту.

Эти дети отличаются неуравновешенным поведением, конфликтностью, они двигаются в любых условиях, в движениях резки, быстры, часто бесцельны.

## Дети малой подвижности

Примерно  $\frac{1}{4}$  часть в детском саду.

Объем двигательной активности не велик, дети часто вялы, быстро устают.

Они стараются уйти в сторону, не решаются вступить в общение со сверстниками, часто отказываются идти в детский сад

# ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В РЕЖИМЕ ДНЯ

- Они проводятся ежедневно
- В утренние часы – самостоятельно
- Перед занятием – средней подвижности, индивидуального характера
- После занятий- игры большей подвижности
- После музыки и физкультуры – менее активные
- На прогулке - разные по характеру игры
- Во второй половине дня - особое внимание играм разного характера

# Классификация подвижных игр

- Сюжетные игры
- Бессюжетные подвижные игры
- Игры-забавы, аттракционы
- Игры большой подвижности
- Игры средней подвижности
- Игры малой подвижности

# Характеристика подвижных игр

Они различаются:

- По сложности движений
- По содержанию сюжета
- По количеству ролей и правил
- По характеру взаимоотношений играющих
- По наличию соревновательных элементов
- По словесному сопровождению

# Методика руководства подвижными играми. Подбор и планирование

- Осуществляется в соответствии с «Программой воспитания в детском саду»
- Общий уровень физического и умственного развития детей
- Уровень развития их двигательного умения
- Состояние здоровья каждого ребенка, индивидуальные типологические особенности
- Время года, особенности режима дня, место проведения игры, интересы детей



# ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

Положительно воздействует как на речевые функции так и на здоровье ребенка.

Движение пальцев и кистей рук имеет особое стимулирующее воздействие.

По насыщенности акупунктурными зонами кисть не уступает уху и стопе:

- **Большой палец** – повышает функциональную активность головного мозга
- **Указательный палец** – благотворное влияние на состояние желудка
- **Средний палец** – на кишечник
- **Безымянный палец** – на печень и почки
- **Мизинец** – на сердце

# МИО - ГИМНАСТИКА

Стимулирует развитие мышц, поднимающих язык, способствуя навыкам правильного глотания и укрепляют круговую мышцу рта, предупреждая зубочелюстные деформации

# ЗАКАЛИВАЮЩЕЕ НОСОВОЕ ДЫХАНИЕ

Улучшает кровообращение в верхних отделах дыхательных путей, повышают устойчивость организма к холоду, инфекциям, недостатку кислорода.

# ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

Этот вид закаливания укрепляет весь дыхательный тракт.

Упражнения можно включать в комплекс утренней гимнастики, разминки после сна, на прогулке.

Дыхательные упражнения являются профилактикой многих заболеваний, благотворно сказывается на сердечной деятельности, на функции центральной нервной системы, что в целом способствует улучшению обмена веществ и повышает как активность ребенка, так и обеспечивает нормальный сон.

# РАБОТА С СЕМЬЕЙ

*Здоровье детей зависит не только от особенностей их физического состояния, но и от условий жизни в семье, санитарной и гигиенической культуры людей.*

Работа строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику

- Единство
- Систематичность и последовательность работы
- Индивидуальный подход
- Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей

# ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК

## *КРИТЕРИИ ГИПЕРАКТИВНОСТИ:*

1. Дефицит активного внимания
2. Двигательная расторможенность
3. Импульсивность

## *ПРИЧИНЫ:*

- Генетические факторы
- Особенности строения и формирования головного мозга
- Родовые травмы
- Инфекционные заболевания, перенесенные в 1-ые месяцы

# Примерная система закаливающих процедур

- Воздушно-температурный режим
- Сквозное проветривание
- Одежда
- Физкультурные занятия
- Оздоровительная гимнастика после сна
- Ежедневная прогулка
- Гигиенические процедуры
- Рациональное питание
- Полоскание полости рта
- Массаж
- Дыхательная гимнастика
- Лечебно-оздоровительные мероприятия
- Использование поливитаминов
- Физиотерапевтические процедуры
- Фитобар

# ЛИТЕРАТУРА

- А.С.Галанов «Игры, которые лечат», Москва, 2001
- А.В.Шишкина «Движение + Движение», М. 1992
- В.И.Кузнецов «Детские подвижные игры», Новосибирск
- В.Л.Страковская «Подвижные игры в терапии больных и ослабленных детей», М. 1987
- «Ребенок в детском саду» Дошкольное воспитание №2, 1993, №3, 2001
- Л.Н.Павлова «Воспитание и обучение детей раннего» возраста, М.1096
- «Прогулка – одно из средств воспитания детей раннего возраста», Мурманск, 1990
- Л.Матвеева, И.Выбойщик, Д.Мякушкин «Практическая физиология для родителей или что я могу узнать о своем ребенке», М. 1997