ГБДОУ детский сад № 17 комбинированного вида Приморского района г. Санкт-Петербурга

«ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ДОШКОЛЬНИКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ДОУ»

ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОВЕТА:

- «Движение как средство развития всех систем человеческого организма» мультимедийная презентация (старший воспитатель);
- Двигательная активность на прогулках (специалист по физической культуре);
- Итоги тематического контроля;
- Решение педагогического совета.

«ДВИЖЕНИЕ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ВСЕХ СИСТЕМ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ОРГАНИЗМА»

- В своем историческом развитии организм человека формировался в условиях высокой двигательной активности. Первобытному человеку ежедневно приходилось пробегать и проходить десятки километров в поисках пищи, постоянно от кого-то спасаться, преодолевать препятствия, нападать.

Так выделились пять основных жизненно важных движений, каждое из которых имело свое значение:

- **бег и ходьба** – для перемещения в пространстве
- **прыжки и лазанье** - для преодоления препятствий
- **метание** – для защиты и нападения.

Миллионы лет эти движения являлись главнейшим условием существования человека – выживал тот, кто лучше других владел ими. Долгие годы измерять движения не было необходимости – человек двигался на пределе своих возможностей.

Здоровье ребенка зависит от ряда факторов:

- биологических,
- экологических,
- социальных,
- гигиенических,
- а также от характера педагогических воздействий.

Среди разнообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность всего организма – ***двигательная активность.***

ЗАДАНИЕ: ВСПОМНИТЕ ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ О ЗДОРОВЬЕ, ДВИЖЕНИИ, СПОРТЕ

- **Быстрого и ловкого болезнь не догонит;**
- **В здоровом теле - здоровый дух;**
- **Здоровому все здорово;**
- **Не досыпаешь – здоровье теряешь!**
- **Смолоду закалишься, на весь век сгодишься;**
- **Физкультурой заниматься будешь, про болезни забудешь;**
- **Двигайся больше - проживешь дольше.**

ЧТО ЖЕ ТАКОЕ ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ?

- **Двигательная активность (ДА)** – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. Это средство приобщения детей к здоровому образу жизни. Под двигательной активностью нами понимается суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной деятельности.

Благоприятное воздействие на организм оказывает только двигательная активность, находящаяся в пределах оптимальных величин.

- Так, при **гиподинамии** (режиме малоподвижности) возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.
- **Гиперкинезия** (чрезмерно большая двигательная активность) также нарушает принцип оптимальной физической нагрузки, что может повлечь за собой перенапряжение сердечнососудистой системы и неблагоприятно отразиться на развитии организма ребенка.

Поэтому требуется особое внимание к созданию предпосылок для обеспечения детей рациональным уровнем двигательной активности.

ПОНИМАЯ ВАЖНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ, МОЖНО ВЫДЕЛИТЬ НЕСКОЛЬКО ЗАДАЧ:

- Оптимизировать двигательную активность детей с учетом их возрастных особенностей, возможностей, потребностей и интересов;
- Создать оптимальные условия для каждого ребенка в процессе освоения двигательного опыта;
- Повысить интерес детей к различным видам двигательной деятельности;
- Воспитывать у детей осознанное отношение к выполнению двигательных действий;
- Систематизировать работу ДОУ и семьи;
- Обогащение предметно-развивающей среды.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ИМЕЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ФОРМЫ:

- Утренняя гимнастика;
- Физкультурные занятия;
- Занятия оздоровительным бегом;
- Физкультминутки;
- Гимнастика пробуждения после дневного сна;
- Физкультурные досуги;
- Праздники;
- Музыкальные занятия;
- Двигательная активность на прогулке;
- Самостоятельное выполнение движений в свободное время.

ОПТИМАЛЬНЫЙ ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ

При организации двигательной активности необходимо учитывать такой фактор, как утомляемость ребенка.

Воспитатели должны уметь определять признаки утомления по цвету кожи, выражению лица, частоте дыхания, появлению потливости и своевременно регулировать характер деятельности, переключая на более спокойный.

- *Придавая особую значимость роли двигательной активности в укреплении здоровья дошкольников, определяем приоритеты в режиме дня.*

РАСПРЕДЕЛИТЕ ФОРМЫ ДА ПО ПРИОРИТЕТАМ (ОТ ПЕРВОГО ДО ШЕСТОГО):

- совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи
- физкультурно-оздоровительные мероприятия (УГ, гимнастика после сна, п/и, физминутки)
- занятия по физической культуре
- активный отдых
- музыкальные занятия
- самостоятельная двигательная деятельность

физкультурно-оздоровительные мероприятия (УГ, гимнастика после сна, п/и, физминутки)

занятия по физической культуре

музыкальные занятия

самостоятельная двигательная деятельность

активный отдых

совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи

- Двигательная активность оптимальна в том случае, когда её основные параметры (объём, продолжительность, интенсивность) соответствуют индивидуальным данным физического развития и двигательной подготовленности детей, также, когда обеспечивается её соответствие условиям среды (природной, предметной, социальной, правилам чередования напряжения и отдыха, постепенного увеличения физических нагрузок).

ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ И РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

- Родительские собрания.
- Совместные физкультурные досуги, праздники, дни здоровья, туристические походы.
- Дни открытых дверей.
- Анкетирование родителей.
- Оформление наглядного материала (тематические папки-передвижки).
- Библиотечка по физическому воспитанию для семьи (рассказы, стихи, загадки по физкультуре для семейного чтения).
- Открытые занятия.
- Показ кинофильмов.
- Демонстрация передового опыта семейного воспитания (интервью, выставки, встречи с родителями, конференции).
- Домашние задания решают следующие задачи:

✔ повышают двигательную активность детей;

✔ подтягивают отстающего в движении ребенка и тем самым меняют отношение детей к нему;

✔ родителям дается конкретное содержание для общения.

- Индивидуальные беседы.

Таким образом, двигательная активность - это биологическая потребность организма в движении, от степени, удовлетворения которой зависит уровень здоровья детей, их физическое и общее развитие.

С позиции данной проблемы, мы делаем вывод, что приобретение ребёнком огромного количества двигательных умений и навыков, может быть достигнуто только при целенаправленном грамотно организованном двигательном режиме в группе.