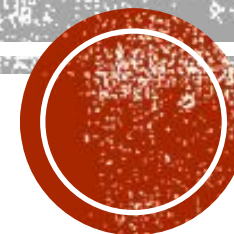


ГБДОУ детский сад № 17 комбинированного вида Приморского района г. Санкт-Петербурга

**«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**

- **Быстро и ловко 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.

