МАДОУ № 140

тема:
«Организация двигательной активности дошкольников»

Воспитатель:
Обертинская Елена Анатольевна

г. Кемерово
2018г.

Одной из главных задач ФГОС ДО является «Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия». Поэтому двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников в системе воспитательно-образовательного процесса в ДОУ. Она зависит от организации физического воспитания детей, от уровня их **двигательной** подготовленности, от условий жизни, индивидуальных особенностей, телосложения и функциональных возможностей растущего **организма**. Дети, систематически занимающиеся физкультурой, отличаются жизнерадостностью, бодростью духа и высокой работоспособностью.

Двигательная активность — это естественная потребность детей дошкольного возраста, необходимо при ее организации уделить большое внимание планированию. Мы считаем, что наиболее рационально планировать двигательную активность по этапам. Этапы — это условное деление физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня, они имеют свои задачи, в соответствии с которыми необходимо подбирать средства, методы и формы двигательной активности дошкольников.

1-й этап педагогического процесса — *«Утро»*

«Утро» — самый короткий по времени этап педагогического процесса, но самый насыщенный воспитательно-образовательными мероприятиями. **Задача воспитателя** — уделить внимание каждому пришедшему ребенку, выразить радость, что ребенок пришел в детский сад, создать у него бодрое, жизнерадостное настроение, вызвать желание заняться интересной, полезной двигательной деятельностью.

Утром целесообразно планировать **двигательную деятельность, знакомую по содержанию**, в зависимости от интересов и потребностей детей. Необходимо заранее **создать условия для самостоятельной двигательной активности,** продумать размещение физкультурного инвентаря, дидактических пособий. Желательно в групповой комнате сделать уголок *«спортсмена»*, где бы помещалось все необходимое оборудование. Можно предложить детям **дидактические игры** *«Одень спортсмена для соревнования»*, *«Угадай вид спорта»*, рассматривание иллюстраций о видах спорта, спортсменах, альбома *«Забочусь о своем здоровье»*.

Желательно планировать **игры, знакомые детям, лучше малой или средней подвижности** (*«Найди, что спрятано»*, *«Пронеси мяч, не задев кеглю»* и др.).

При планировании подвижных игр необходимо учитывать, какие занятия будут после завтрака. Если занятия связаны с длительной статической позой (математика, развитие речи, изодеятельность, то лучше утром запланировать игры средней и даже большой подвижности; если предстоит физкультурное занятие, то в зависимости от его типа целесообразно планировать двигательную активность утром (например, если предстоит занятие игрового характера, утром планируем более спокойную двигательную деятельность; если намечена тренировка, утром хорошо организовать подготовительные упражнения для разогрева определенных групп мышц). **Утром обязательно нужно проводить индивидуальную работу с детьми**, независимо от уровня их физического развития, а также индивидуальную работу с дет которые имеют различные отклонения в осанке, зрении, нарушения слуха, нервной системы, ожирение.

2-й этап педагогического процесса — «*Прогулка*»

В течение дня прогулка организуется дважды: утром и вечером. Прогулка — благоприятное время для проведения индивидуальной работы с детьми и организации их самостоятельной двигательной активности.

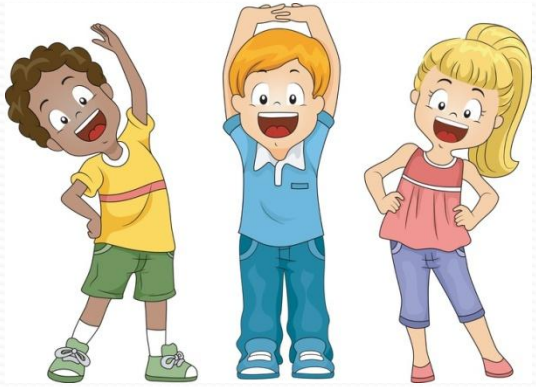
Перед прогулкой важно поинтересоваться у детей, в какие игры они хотели бы поиграть, и создать необходимые условия для игр детей по желанию: поддержать инициативу, творчество в любом виде игр; вынести на улицу необходимое для двигательной активности детей оборудование.

Необходимо учитывать, какие занятия предшествовали прогулке: если они носили подвижный характер (физкультурное, музыкальное, то прогулку лучше начать с наблюдения, но если на занятиях дети были ограничены в движениях, то прогулку лучше начать с подвижных, спортивных игр.

На прогулке предлагаем планировать:

- одну подвижную игру,
- общую для всех детей, и 2—3 игры с подгруппами детей.
- игровые упражнения для индивидуальной работы. Весь этот материал желательно подбирать в соответствии с основными движениями, включенными в занятие.

За несколько дней до занятия, в котором планируется ввести новое движение, **на прогулке целесообразно проводить подготовительные упражнения.** На следующий день после занятия можно повторить те же упражнения или провести несложные игры с целью закрепления двигательного навыка**.** Примерно через две недели после занятия и в дальнейшем, когда **основные элементы движения автоматизируются**, хорошим средством за крепления является **сюжетная подвижная игра. Важно для прогулки планировать не только различные подвижные, но и спортивные игры** (зимой — хоккей; весной, летом, осенью — футбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис, городки) и спортивные упражнения (зимой — катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах, катание на коньках; весной, летом, осенью — катание на велосипеде, самокатах, роликовых коньках, плавание).



3-й этап педагогического процесса — *«Вторая половина дня»*

Основная педагогическая задача этого периода — вызвать у детей желание завтра снова прийти в детский сад. Для ее реализации необходимо в группе создать положительный эмоциональный настрой, чтобы каждому ребенку было комфортно. Во вторую половину дня кроме **гимнастики после сна и закаливающих мероприятий** предлагаем планировать активный отдых детей. **Физкультурные праздники, физкультурный досуг**, дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей**.** Многообразная деятельность, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической рекреации детей, расслаблению организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья. Во вторую половину дня также необходимо запланировать **самостоятельную двигательную деятельность**, используя различное физкультурное оборудование, тренажеры, дидактический материал — карточки для самостоятельной двигательной активности**. Вечером, перед уходом детей, лучше планировать спокойную двигательную деятельность** — малоподвижные игры, дыхательные упражнения, упражнения на подвижность, оздоровительные упражнения с шарами и т. д.

На формирование детских интересов влияет отношение родителей к физической культуре, к увлечению детей подвижными играми и упражнениями. Об этом воспитатель должен постоянно напоминать родителям, побуждая их к совместным занятиям с детьми утренней гимнастикой, играм и упражнениям. Выявив особый интерес и способности ребенка к какому-либо виду упражнений, воспитатель должен обратить на это внимание родителей с тем, чтобы в дальнейшем они продолжили занятия. Необходимо **давать задания на дом, в которых больше внимания уделять приемам и способам действий,** составляющим основу техники спортивных игр и упражнений. Определяя индивидуальные задания на дом, воспитатель может обращаться непосредственно к детям.

Ребенок 5—7 лет подготовлен к тому, чтобы вполне осознанно решать поставленные перед ним двигательные задачи**.** В целом домашние задания должны быть направлены на обеспечение необходимого уровня физической подготовленности всех детей.

Рассмотрим требования, предъявляемые к планированию двигательной активности.

1. Планирование должно обеспечить решение главной цели воспитания — формирование индивидуальной, неповторимой личности, поэтому важно грамотно сочетать фронтальные и индивидуальные формы работы.
2. При планировании необходимо избегать формализма. План должен быть реальным. Задачи физкультурно- оздоровительной работы, двигательной активности необходимо планировать в соответствии с уровнем развития двигательных умений и навыков детей данной возрастной группы.
3. При планировании необходимо учитывать критические периоды в физическом и психическом развитии, уровень физического развития и физической подготовленности ребенка, тип высшей нервной деятельности, степень развития анализаторных систем, биоритмологический профиль, направленность личности *(экстраверт или интраверт)*; учитывать задатки, склонности, интересы ребенка.
4. План должен обеспечить системность в работе. Между различными видами деятельности должны быть тесная связь, единство воспитания и обучения.
5. План должен быть конкретным, с указанием содержания работы и сроков (день, неделя, месяц, на которые предусмотрена эта работа.
6. При планировании необходимо учитывать состояние работы за предшествующий месяц, квартал.

7. Педагог должен знать вариативные и альтернативные программы, выбирая программу по физической культуре для своей возрастной группы; ориентироваться в новинках психолого-педагогической литературы, использовать в работе передовой опыт.
8. Для успешного планирования физкультурно-оздоровительной работы, двигательной активности детей; в выборе форм написания плана, в определении задач, форм и методов работы с дошкольниками необходимо сотрудничество обоих воспитателей группы.
9. В выборе и определении формы написания плана физкультурно-оздоровительной работы, двигательной активности важно учесть уровень профессионального мастерства воспитателя, его личностные качества, отношение к работе.
Следует знать, что не может быть единого идеального плана для всех воспитателей. Педагог сам определяет, по какому плану ему работать. Только при правильной организации двигательной активности можно удовлетворить естественную потребность детей в движении, развивать у них врожденную мотивацию к двигательной активности — так называемую *«кинезофилию»*.

Спасибо за внимание!