

Проект Физкультура на прогулке в подготовительной группе

Подготовили: Боровикова И.Н



Актуальность

- Современный период - время поиска наиболее эффективной организации образовательного процесса, педагогических технологий, наиболее соответствующих требованиям федерального государственного образовательного стандарта. Пребывание на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды. В процессе ежедневных подвижных игр и физических упражнений на прогулке расширяется двигательный опыт детей, совершенствуются имеющиеся у них навыки в основных движениях; развивается ловкость, быстрота, выносливость; формируется самостоятельность, активность, положительные отношения со сверстниками, развиваются познавательные интересы. Прогулка – одна из сложнейших видов деятельности воспитателя, важнейший режимный момент, требующий от педагога высокого профессионализма, так как правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей.

Цели и задачи

- Спортивной прогулки предусматривают укрепление здоровья, профилактику утомления, физическое и умственное развитие, оптимизацию двигательной активности детей.
- При правильной организации прогулки оказывают закаливающее воздействие на организм в естественных условиях, способствуют повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста.
- Акцент в таких прогулках делается на формировании физических качеств, воспитании интереса к спорту и здоровому образу жизни.

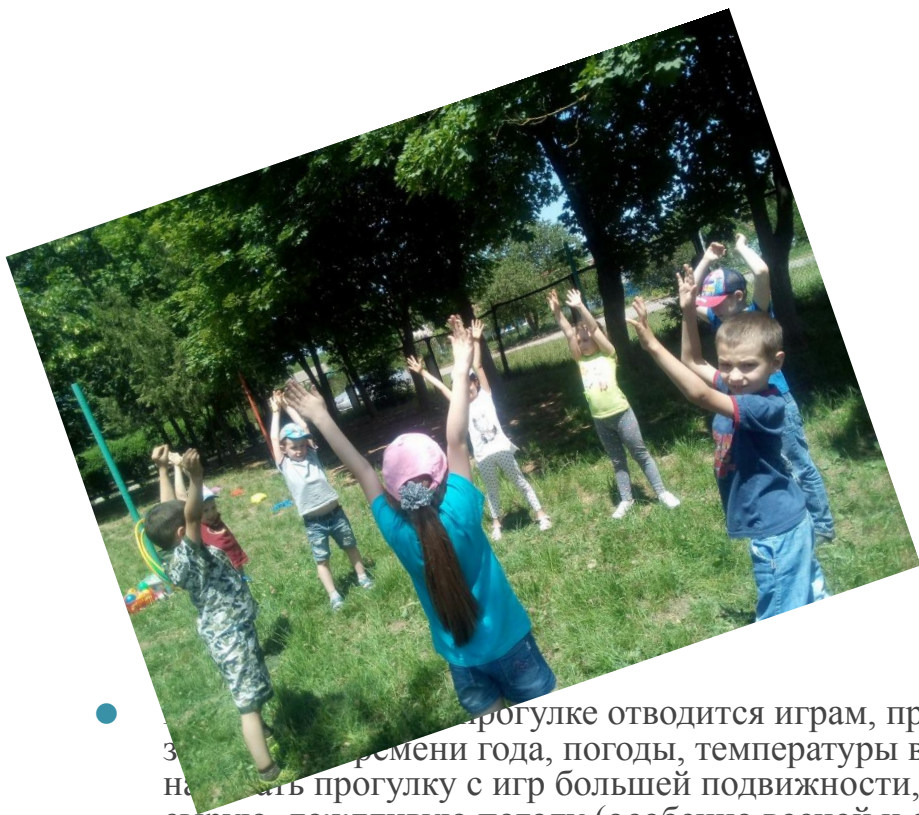


Требования к подготовке и проведению прогулок

- Перед выходом на прогулку воспитатель организует с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты. Таким образом, решаются задачи образовательной области «Физическое развитие»:
- овладение его элементарными нормами и правилами при формировании полезных привычек.
- становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий.
- При выполнении основных движений, спортивных упражнений или элементов спортивных игр нельзя допускать спешки – нужно требовать четкости и законченности движений.
- Во время занятий на воздухе необходимо уделять внимание носовому дыханию. В то же время не стоит бояться, если в холодный период года во время бега, игры дети дышат ртом.
- Одежда и обувь детей во время занятий на воздухе должна обеспечивать свободу движений, надежно предохранять от охлаждения и вместе с тем от перегревания.

Двигательная активность детей

- подвижные игры
- физические упражнения
- спортивные упражнения
- спортивные игры
- игры с элементами соревнований



- На прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни целесообразно назначать прогулку с игр большей подвижности, связанных с бегом, метанием, прыжками. В сырую, дождливую погоду (особенно весной и осенью) следует организовать



ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ



- Воспитатель должен обеспечить детям полную безопасность, научить их использовать пособия в соответствии с их назначением, осуществлять постоянный контроль деятельности детей на протяжении всей прогулки.

