

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное
учреждение
детский сад №2 «Солнышко» г.Пласт**

Самостоятельная двигательная активность детей в условиях группы детского сада

**Разработал воспитатель
Макатаева Оксана Анатольевна**

**г.Пласт
2013**

**« Если ограничить
двигательную активность
детей, то
недостаточно развитая**

**двигательная память может
атрофироваться,**

**что приведёт к нарушению
условных связей**

**и
снижению психической
активности».**

П. Ф. Лесгафт.

**Охрана и укрепление здоровья,
совершенствование функций
организма ребёнка и его полноценное
физическое развитие являются
неотъемлемой частью
педагогической работы в
дошкольном учреждении. Одна из
важнейших задач в этой работе –
удовлетворение естественной
потребности детей в движении,
научить детей самостоятельной
двигательной активности в условиях
малой площади**



ПРОБЛЕМА:

Дети не умеют правильно организовать

самостоятельную двигательную

деятельность

в условиях ограниченного

пространства !

Результаты наблюдений (в течении месяца) за их самостоятельной деятельностью

Фамилия, имя ребенка	Виды самостоятельной деятельности					
	Творческие игры	Настольные игры	Изо	Подвижные игры	Хаотичное движение по группе	Проявление нарушения поведения
1.Архипов Артем	2	3	1	1	1	1
2.Гончаров Жорик	2	3	2	1	1	1
3.Груздев Гена	2	2	2	1	1	3
4 Жаринов Вова	3	3	1	1	1	1
5. Курунов Саша	1	1	1	1	1	1
6.Красноперова Вероника	1	1	1	1	2	3
7.Петрова Лиза	2	2	1	2	2	3
8.Руссков Антон	2	2	1	1	2	3
9. Жуков Саша	2	2	1	1	3	3
10.Фирсов Саша	2	3	1	1	1	1
11. Матчанова Алина	3	3	3	3	3	3
12. Серков Никита	2	3	2	1	1	2
13. Ясько Алеша	1	1	1	1	2	2
14. Ясько Виталя	3	3	3	1	1	1
15. Попов Родион	3	3	1	2	2	1

Критерии оценки

1. - часто выбирает данный вид деятельности, сам может инициировать ее;
2. - не часто выбирает данный вид деятельности, следует примеру другого ребенка;
3. - очень редко участвует в данной деятельности, интерес кратковременный

Цель – полноценное физическое развитие ребенка

Задачи:

- охранять и укреплять здоровье ребенка
- совершенствовать жизненно важные функции организма ребенка
- научить детей самостоятельной ДА в условиях группы детского сада



Наблюдая за самостоятельной двигательной активностью дошкольников, можно определить их индивидуальные предпочтения. Это: постройки из крупного и мелкого строительного материала, сюжетно – ролевые игры «Семья», «Магазин», «Больница»..., настольные игры, рисование и раскрашивание.

Очень незначительное время уделяется играм с оборудованием спортивного уголка и подвижным играм, что приводит к тому, что двигательная активность в помещении значительно ниже нормы.

Для решения этого вопроса предлагается серия игр, учитывающих индивидуальные потребности детей (игровые интересы, необходимость тренировки отдельных групп мышц, задачи развития данного возраста) и позволяющих активно двигаться в условиях группы. Игры вводятся в самостоятельную деятельность детей постепенно

Рекомендации по организации обучения детей основным видам движений в условиях ограниченного пространства

Основ-ные виды движений	Особенности развития детей старшего возраста	Методические рекомендации	Игры для самостоятельной деятельности	Пособия и атрибуты
Ходьба	Слабый мышечный корсет (не сформировано ощущение правильной осанки), Мышцы разгибатели развиты слабее, поэтому дети принимают позы (опущенная голова, сутулая спина, запавшая грудь)	Следить за правильной осанкой детей. При ходьбе давать детям ориентир, для того, чтобы они не опускали голову. Чаще использовать ходьбу на носках и с предметом на голове – для формирования ощущения правильной осанки. Давать задания, в которых изменяются темп и направление движений при ходьбе, с разным положением рук, умение чередовать ходьбу с другими движениями. Чаще проводить упражнения в ходьбе: по песку, дорожкам с естественными поворотами, с преодолением препятствий.	Гигантские шаги – перешагивание различными способами с коврика на коврик. Веселая дорожка – перешагивание с коврика на коврик по команде. Веселые негритята – перенос мешочков с грузом на голове, ходьба по ортопедической дорожке, между шнурами, канатами, скакалками.	Коврики Коврики Мешочки с грузом, ортопедические дорожки
Бег	Мышечная система еще слабая, формируется свод стопы. Координация движений в процессе формирования. Быстрое утомление	Обязательно контролировать осанку во время бега, обращать внимание на согласованность рук и ног, непринужденность движений. Следить за тем, чтобы в беге дети ставили стопы ближе одна к другой, не разводили в стороны носки ног. Недопустимо требовать сгибания рук в локтях и прижимания их к груди, что сковывает движения, плохо влияет на дыхание и кровообращение. Применять бег на короткие дистанции, чередуя его со спокойной ходьбой, при условии частого использования бега	Веселая дорожка – перешагивание с коврика на коврик по команде ведущего. Займи свое место – перебегание по команде с коврика на коврик. Прогулка – ходьба по узкой дорожке между скакалок, по ортопедической дорожке. Обезьянки – хождение руками и ногами по стенке (развитие координации)	Коврики Скакалки, дорожки Тихий тренажер

Рекомендации по организации обучения детей основным видам движений в условиях ограниченного пространства

Основные виды движений	Особенности развития детей подготовительной группы	Методические рекомендации	Игры для самостоятельной деятельности	Пособия и атрибуты
Прыжки	<p>Формируется свод стопы, слабые связки и мышцы.</p> <p>Слабо развиты координация движений, глазомер, чувство равновесия</p>	<p>Особое внимание обращать на мягкое приземление, а не на преодоление высоты или длины. Лучше организовывать подпрыгивание, тогда внимание ребенка не отвлекается необходимостью преодоления препятствия, а сосредоточенно на самом движении.</p> <p>Широко использовать подводящие упражнения (поднимание на носках, сочетание поднимания и взмахов рук, подскоки, подпрыгивания)</p>	<p>Достань ягодку – подпрыгивание, дотягивание до условной метки.</p> <p>Через кочку – перепрыгивание через мешочки с песком.</p> <p>С кочки на кочку - запрыгивание и спрыгивание на большие мешочки с пском</p>	<p>Тихий тренажер</p> <p>Мешочки с песком малые</p> <p>Мешочки с песком большие</p>
Упражнения на равновесие	<p>Устойчивость и чувство равновесия еще только формируются.</p>	<p>Проводить упражнения в спокойном темпе, не включать соревнований на быстроту выполнения упражнений.</p> <p>Обращать внимание на уверенность выполнения статичных поз</p>	<p>По мостику – хождение по шнурам, между скакалок.</p> <p>Аисты – стояние на одной ноге на мешочке с песком или на полу</p>	<p>Шнуры, скакалки</p> <p>Мешочек с песком</p>
Упражнения на развитие отдельных групп мышц	<p>Остаются слабыми мышцы шеи, груди, поясницы, свода стопы и кистей рук</p>	<p>Точно дозировать упражнения и применять их в разнообразных комбинациях и вариантах.</p> <p>Обеспечивать избирательный характер воздействия на отдельные звенья двигательного аппарата, отдельные группы мышц и определенные системы организма – в зависимости от конкретных задач</p>	<p>Сажаем огород – игры с на площадке с разметкой, с ортопедической дорожкой.</p> <p>Паутинка – перелазание, подлезание, пролазание между натянутых шнуров</p>	<p>Размеченная площадка, ортопедическая дорожка</p> <p>Шнуры, скакалки</p>

Рекомендации по организации обучения детей основным видам движений в условиях ограниченного пространства

Основные виды движений	Особенности развития детей подготовительной группы	Методические рекомендации	Игры для самостоятельной деятельности	Пособия и атрибуты
Метание, катание, бросание	Слабые мышцы плечевого пояса	<p>Особое внимание на правильный замах, т. к. это не только способствует приобретению и закреплению навыка, но и укрепляет мышцы спины.</p> <p>Объяснить и показать детям правильную осанку при метании, акцентировать внимание на исходное положение.</p> <p>Уточнять некоторые элементы техники броска, ловли мяча (замедленные движения)</p>	<p>Урожай в кладовочку – забрасывание мешочков в короб.</p> <p>Попади в цель – метание мешочков в цветные ладошки.</p> <p>Хитрый мяч – прокатывание мяча из руки в руку различными способами</p> <p>Кольцеброс, кегли</p>	<p>Мешочки с песком</p> <p>Мешочки с песком, тихий тренажер</p> <p>Мячи большие и малые</p> <p>Кольцеброс, кегли</p>
Лазание, ползание, пролезание, подлезание	<p>Страх высоты, слабо развитая координация движений.</p> <p>Продолжается развитие и совершенствование двигательного анализатора.</p> <p>Слабые мышцы спины.</p> <p>Продолжается формирование позвоночных изгибов</p>	<p>При ползании на четвереньках обязательный последующий переход в вертикальное положение и активное выпрямление позвоночника. Регулярное усложнение препятствий, которые нужно преодолевать.</p>	<p>Паутинка – перелезание, подлезание между натянутых шнуров.</p> <p>Достань ягоду – «лазанье» по тихому тренажеру.</p> <p>Пройди по стене – ходьба и лазанье по тихому тренажеру.</p> <p>Паровозик – пролезание на четвереньках в обручи, под препятствиями</p>	<p>Скакалки, шнуры</p> <p>Тихий тренажер</p> <p>Тихий тренажер</p> <p>Обручи</p>

Выводы:

1. В результате проведенной работы возрос интерес детей к подвижным играм
2. Творческие игры стали разнообразнее, как бы вобрав в себя подвижные
3. Снизилась хаотичная спонтанная ДА дошкольников
4. Дети стали отдавать предпочтение активному времяпрепровождению

Спасибо за внимание !