


«Развитие двигательной активности детей в ДОУ»



Подготовила:
инструктор по физической культуре
МБДОУ № 545 Пчелинцева Е. А.



Движение — это: врожденная, жизненно необходимая потребность человека, эффективное лечебное средство, познание окружающего мира, важное средство воспитания и общения. Это доказано многочисленными исследованиями известных ученых, педагогов и психологов.


A decorative border surrounds the slide, featuring a repeating pattern of various sports equipment icons including tennis rackets, soccer balls, basketballs, volleyballs, American footballs, badminton rackets, and table tennis paddles. The icons are arranged in a circular pattern around the central text area.

Основные задачи системы двигательной активности в течение дня.

- увеличить ДА;
- создать оптимальные условия для каждого ребенка в процессе освоения двигательного опыта;
- повысить интерес к различным видам двигательной деятельности;
- воспитывать у детей осознанное отношение к выполнению двигательных действий.

Примерная цепочка двигательного режима воспитанников в течение дня.



A decorative border surrounds the slide, featuring a repeating pattern of various sports equipment icons including tennis rackets, soccer balls, basketballs, badminton rackets, and American footballs. The icons are arranged in a circular pattern around the central text area.

Формы организации двигательной деятельности в ДОУ:

- НОД по физическому развитию детей;
- Физкультурно - оздоровительная работа в режиме дня: утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, физкультминутки, физкультурные паузы, бодрящая гимнастика после дневного сна, закаливающие мероприятия;
- Самостоятельная двигательная деятельность детей; Физкультурный центр в группе;
- Активный отдых: физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья.
- Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи;

НОД по физическому развитию



Физкультурное занятие - основная форма организованного систематического обучения физическим упражнениям и развитию двигательной активности детей. Эта форма работы является ведущей для формирования правильных двигательных умений и навыков.

Утренняя гимнастика



Утренняя гимнастика - одно из средств оздоровления и профилактики болезней. У детей, которые регулярно занимаются гимнастикой, пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность.

Физкультурные минутки

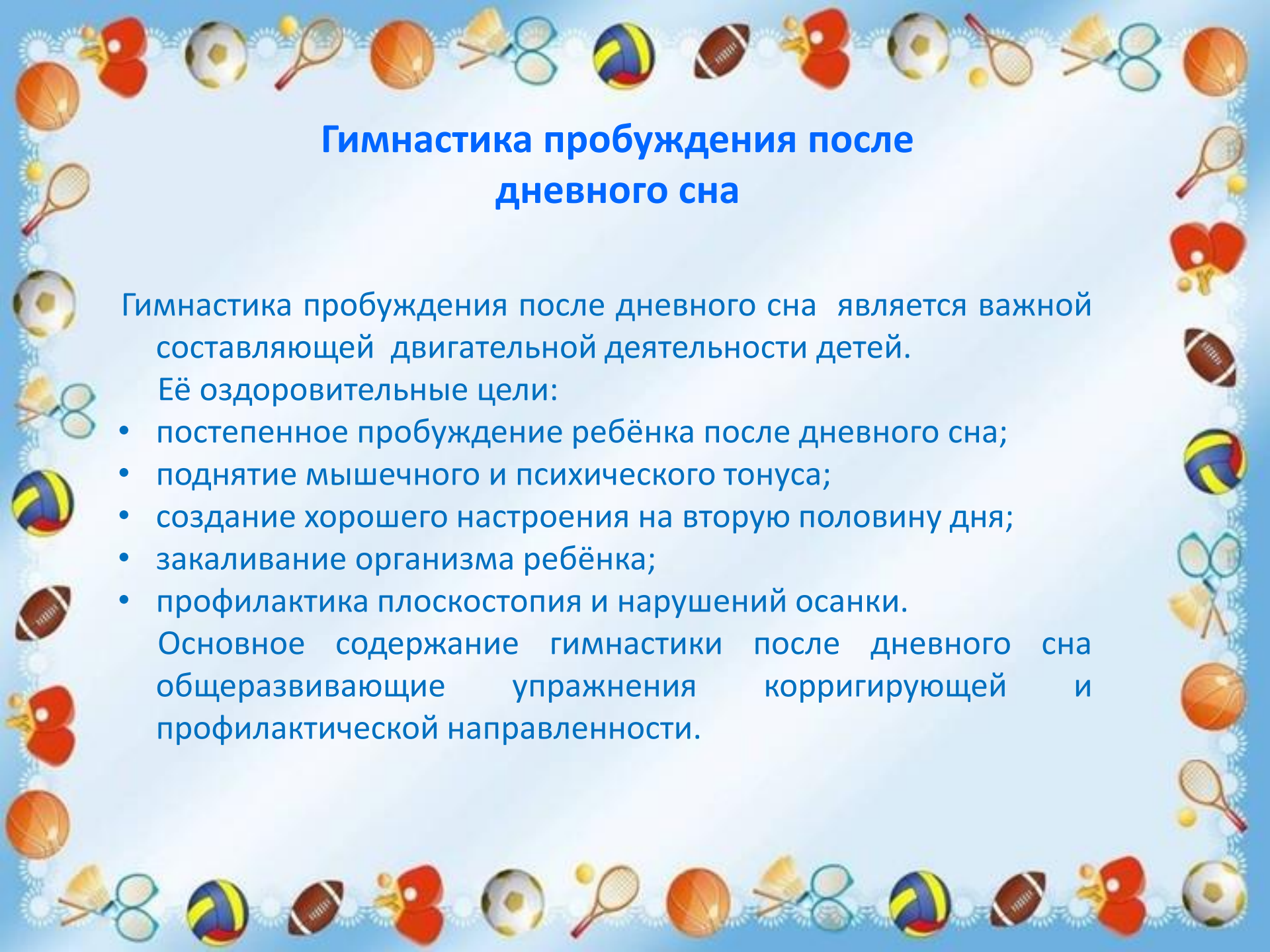


Физкультурные минутки – проводятся с целью снижения утомления и снятия статического напряжения. Длительность составляет 2-3 минуты.

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ПАУЗЫ



Физкультурные паузы предотвращают развитие утомления и снимают эмоциональное напряжение в процессе занятий, требующих умственной нагрузки, что способствует более быстрому восприятию программного материала и увеличению двигательной активности детей.

A decorative border surrounds the page, featuring a repeating pattern of various sports equipment icons including tennis rackets, soccer balls, basketballs, volleyballs, and American footballs, all set against a light blue background with small white dots.

Гимнастика пробуждения после дневного сна

Гимнастика пробуждения после дневного сна является важной составляющей двигательной деятельности детей.

Её оздоровительные цели:

- постепенное пробуждение ребёнка после дневного сна;
- поднятие мышечного и психического тонуса;
- создание хорошего настроения на вторую половину дня;
- закаливание организма ребёнка;
- профилактика плоскостопия и нарушений осанки.

Основное содержание гимнастики после дневного сна общеразвивающие упражнения корригирующей и профилактической направленности.

A decorative border surrounds the page, featuring a repeating pattern of various sports equipment icons including tennis rackets, soccer balls, basketballs, badminton rackets, and American footballs, all set against a light blue background with small white dots.

Закаливание :


воздушные и солнечные ванны, водные процедуры.

- Закаливание - это система мероприятий, направленных на повышение устойчивости организма ребенка ко всем неблагоприятным факторам внешней среды.
- Осуществлять закаливание следует только при полном здоровье детей; требуется систематичность и последовательность при проведении закаливания, которое только тогда и будет эффективным.

Подвижные игры и физические упражнения на прогулке



Прогулка – это один из важнейших режимных моментов, во время которого дети могут достаточно полно реализовать свои двигательные потребности.

A decorative border surrounds the text, featuring a repeating pattern of sports equipment icons: a tennis racket, a soccer ball, a basketball, a badminton racket, a tennis ball, a volleyball, a football, a red butterfly, a soccer ball, a tennis racket, a badminton racket, and a tennis ball. The icons are arranged in a circular pattern around the central text.

Основными задачами, решаемыми в процессе ежедневного проведения подвижных игр и физических упражнений на прогулке, являются:

- дальнейшее расширение двигательного опыта детей, обогащение его новыми, более сложными движениями;
- совершенствование имеющихся у детей навыков в основных движениях путём применения их в изменяющихся игровых ситуациях;
- развитие двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости;
- воспитание самостоятельности, активности, положительных взаимоотношений со сверстниками.

Физкультурные досуги и праздники



Физкультурный праздник является для ребенка особым, радостным событием.

Индивидуальная работа с детьми по оптимизации двигательной активности.



Индивидуальная работа с детьми по физическому воспитанию не менее важна в двигательном режиме дня. Она планируется в течение всего дня в часы игр, прогулок.

Самостоятельная двигательная деятельность детей



Двигательные навыки, полученные в совместной физкультурной деятельности, дети закрепляют в самостоятельной двигательной деятельности.

Физкультурный центр в группе



Физкультурный уголок должен быть максимально приспособлен для удовлетворения потребности детей в движениях. С помощью физкультурного уголка отлично развивается самостоятельная двигательная деятельность детей.

A decorative border surrounds the page, featuring a repeating pattern of various sports equipment icons including tennis rackets, soccer balls, basketballs, volleyballs, and American footballs. The icons are arranged in a circular pattern around the central text area.

«День здоровья»

Со второй младшей группы проводится «День здоровья». Цель проведения «Дня здоровья» - профилактика нервной системы, оздоровление организма и поддержание положительно - эмоционального состояния психики ребенка. В этот день обеспечивается пребывание на воздухе, не проводятся организованные формы работы, требующие интеллектуального напряжения.

Дети играют в интересные, любимые игры, слушают музыку, занимаются творческой деятельностью.

В группах царит праздничная, радостная атмосфера.

Работа с родителями



Необходимо вовлекать семьи воспитанников в единое образовательное пространство.

Движение – это жизнь!

