

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
детей «Детско-юношеская спортивная школа п.Пятницкое Волоконовского района  
Белгородской области»

*Доклад  
на тему:*

**«Организация двигательной деятельности  
в детском саду»**

Подготовила:  
Масленникова И.В.

п.Пятницкое  
2012г.

В наши дни каждый человек знает, что физкультура и спорт полезны для здоровья. Что же касается движений для физического и психического развития ребёнка, то об этом говорится почти во всех книгах о воспитании детей. И действительно невозможно представить здорового ребёнка неподвижным, хотя, к сожалению, малоподвижных детей всё чаще и чаще можно встретить среди воспитанников детских садов, не говоря о школьниках. Ребёнок уже в дошкольном детстве испытывает вредное воздействие гиподинамии. Гиподинамия – что это такое? Угрожает ли она маленьким детям? Физиологи считают движение врождённой, жизненно необходимой потребностью человека. Полное удовлетворение её особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. Гигиенисты и врачи утверждают: без движений ребёнок не может вырасти здоровым. Движение – это предупреждение разного рода болезней. Движение – это эффективнейшее лечебное средство. По мнению психологов: маленький ребёнок – деятель!. И деятельность его выражается прежде всего в движениях. Чем разнообразнее движения, тем большая информация поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие. Развитость движений – один из показателей правильного нервно-психического развития в раннем возрасте. Все известные педагоги с древности до наших дней отмечают: движение – важное средство воспитания. Двигаясь, ребёнок познаёт окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нём. Движения – первые истоки смелости, выносливости, решительности маленького ребёнка. Задача создания всех необходимых условий для того, чтобы наши дети росли физически здоровыми и крепкими является одной из важнейших. Нам, работникам дошкольных учреждений, доверено самое ценное – наши дети: нежные, хрупкие каждый в отдельности и все вместе. Сегодня жизнь предъявляет повышенные требования к детям. Это означает, что необходимо формировать поколение с более высокой моралью, умственными способностями и физически развитыми. Одним из наиболее важных направлений физического воспитания, как уже выяснилось, является двигательная активность детей. Именно это направление было выбрано нашими педагогами для экспериментальной деятельности, в ходе которой мы пытаемся ответить на важные для нас вопросы: Как помочь дошкольникам укрепить здоровье, стать более сильными, ловкими, выносливыми?

Как научить их владеть своим телом, чтобы противостоять различным недугам?

Какие новые формы работы необходимо разработать?

Как заинтересовать детей, педагогов и родителей?

Как сделать работу эффективной?

Начали мы эту работу с углубленного изучения различных современных программ, таких как: «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Р.Стёркиной, «Я – человек» С.Козловой, «Здравствуй» М.Лазарева, «Движение день за днём» М.Руновой, «Здоровый дошкольник» Ю.Змановского... Все программы направлены на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей дошкольного возраста. За основу мы взяли двигательную активность как источник здоровья детей.

Нами были определены основные направления работы:

создание условий для развития двигательной активности и оздоровления ребёнка;

разработка комплексной системы оздоровления и воспитания дошкольников в ДОО через двигательную активность;

осуществление тесного взаимодействия ДОО, семьи, социума.

Были выделены основные задачи в трёх сферах работы. В сфере работы с детьми ими стали:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников;

Формирование у воспитанников привычки к здоровому образу жизни;

Формирование навыков безопасного поведения;

Развитие познавательного интереса детей.

Задачами работы с педагогами были определены:

Повышение компетентности педагогов в вопросах организации оздоровительной работы;

Мотивация педагогов на улучшение качества организации оздоровительной работы.

В работе с родителями решались следующие задачи:

Повышение компетентности родителей в вопросах организации оздоровительной работы;

Привлечение семей к участию в воспитательном процессе на основе педагогики сотрудничества.

Первым шагом для успешной реализации эксперимента стало создание условий для развития и оздоровления детей. В детском саду оборудованы физкультурный зал, оснащённый необходимым инвентарём, физкультурные зоны в групповых комнатах, уголки движения, дорожки здоровья. Участок детского сада тоже не остался без внимания. На групповых участках имеются веранды, скамейки, горки, турникеты, лестницы для лазания, беговые дорожки. В центре имеется физкультурная площадка. Здесь есть всё необходимое для занятий и двигательной активности детей: волейбольная и баскетбольная площадки, беговая дорожка, песочная яма для прыжков в длину, шведские лестницы разной высоты, гимнастические брёвна, скамейки, качели, дуги для подлезания, стойки для метания в цель, скобы для перепрыгивания в цель, перешагивания, разновысотные столбики, оборудование для развития координаций движений. Каждая группа имеет достаточное количество выносного материала (мячи разных размеров, скакалки, клюшки, спортивные игры). Создание здорового образа жизни для ребёнка в ДОО является первоосновой его полноценного воспитания и развития. Здоровый образ жизни предполагает приобщение детей к двигательной культуре через целенаправленное физическое воспитание. Двигаясь, дети познают окружающий мир, учатся любить и целенаправленно действовать в нём. И следующей задачей нашей инновационной работы стала разработка графика работы по двигательной активности детей в течение дня. Для этой работы были привлечены все работники детского сада: заведующая, старший воспитатель, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели, врач, медсестра. В своей работе мы исходили из того, что только

двигательная активность, закаливание обеспечивают здоровье, энергию, не говоря уже о хорошем настроении.

Поэтому очень важно рационально организовать режим в детском саду для того, чтобы дети как можно больше находились в движении. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в детском саду проводятся теперь ежедневно в соответствии с графиком двигательной активности. По плану осуществляется и контроль их реализации. Формы физкультурно-оздоровительной работы стали более разнообразны. Мы ввели в сад вторую зарядку после сна – "гимнастику пробуждения". Упражнения начинаются из положения лёжа, и постепенно дети встают. Заканчивают гимнастику ходьбой по "дорожкам здоровья". Также ввели профилактическую гимнастику ежедневно перед прогулкой, перед сном, в свободной деятельности. Ежедневно воспитатели проводят дозированные бег и ходьбу на прогулке утром и вечером. На музыкальных занятиях особое внимание уделяется развитию движений под музыку. Для этого используются ритмические, хороводные, музыкальные коммуникативные и пальчиковые игры, игры с пением. Кроме этого проводили спортивные и оздоровительные досуги, физкультурные праздники. Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников. 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. Понимая, что вопрос двигательной активности как здоровьесберегающей основы физического воспитания детей – важен, сложен и многогранен, особое внимание следует уделять планированию. Мы планируем двигательную активность по этапам. Этап – это условное деление физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня, он имеет свои задачи, в соответствии с которыми необходимо подбирать средства, методы и формы двигательной активности дошкольников. 1-ый этап педагогического процесса - " Утро "- самый насыщенный воспитательно-оздоровительными задачами. Утром стараемся планировать игры малой или средней активности. Но в то же время при планировании подвижных игр мы обязательно учитываем, какие занятия будут после завтрака. Если занятия связаны с длительной статической позой (математика, развитие речи, ИЗО), то планируем игры средней и большей подвижности. Если предстоит физкультурное занятие, то планируем более спокойную окончательную игру. Для закаливания организма, повышения работоспособности детей после сна и регулярной физической тренировки в целях совершенствования мышечного аппарата и дыхательной системы очень важна утренняя гимнастика. Её мы проводим в различной форме: традиционная, игровая, гимнастика с использованием различных предметов, ритмическая гимнастика. Положительный оздоровительный эффект возможен при регулярном проведении физкультурных занятий где учитывается соблюдение принципов постепенности, повторяемости и системности физических нагрузок. Обязательными для каждого занятия являются упражнения для улучшения осанки и развития гибкости позвоночника. Непременным условием при проведении занятия является постоянное наблюдение за самочувствием детей. Все упражнения выполняются на фоне позитивных ответных реакций ребёнка. Для предупреждения утомляемости и снижения работоспособности проводим динамические паузы. Они помогают снять напряжение у детей во время длительного статического напряжения. Также проводим физкультминутки, пальчиковые и телесные игры. 2-ой этап педагогического процесса – "Прогулка". В течение дня прогулка организуется дважды: утром и вечером. Прогулка благоприятное время для проведения индивидуальных работ детьми и организации их самостоятельной двигательной активности. К планированию прогулки воспитатели относятся ответственно, тщательно подбирая игры для прогулок с учётом возраста детей. Игры должны включать различные виды движений (бег, метание.

прыжки и т.д.) и содержать интересные двигательные игровые задания. Дети дошкольного возраста с удовольствием играют в сюжетные игры и игры с предметами. У старших дошкольников пользуются популярностью игры- эстафеты, игры с правилами, элементами соревнования. Дозированные бег и ходьба на прогулке – один из способов тренировки и совершенствования выносливости, наиболее ценного оздоровительного качества. В начале или конце прогулки рекомендуется выполнить пробежку, например, вокруг здания детского сада ( скорость 1-1,2м/с ), после чего перейти на ходьбу.

Перед дневным сном следует проводить релаксационные упражнения. Они используются для снятия напряжения в мышцах, вовлечённых в различные виды активности.

3-ий этап педагогического процесса "Вторая половина дня".

Основная педагогическая задача этого периода – вызвать желание у детей завтра снова прийти в детский сад. Для её реализации воспитатель создаёт в группе положительный эмоциональный настрой. После дневного сна в каждой группе воспитатели проводят бодрящую гимнастику. Она состоит из 4-6 упражнений, которые дети выполняют лёжа или сидя в постели поверх одеяла. В старших группах воспитатели добавляют самомассаж. Дети просыпаются, затем выполняют упражнения в постели, потом встают на массажные коврики и по "дорожкам здоровья ", расположенным на полу, идут до умывальной комнаты. Во вторую половину дня стараемся больше времени отводить самостоятельной двигательной деятельности детей. Здесь нам помогают физкультурные уголки, которые есть во всех группах. Итак, нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека. Воспитание здорового ребёнка было и остаётся актуальной проблемой образования и медицины. Данную проблему в нашем детском саду мы стараемся решать при взаимодействии педагогов и родителей. Ведь здоровье ребёнка во многом зависит от обстановки, которая его окружает дома. И положительный результат оздоровительной работы возможен только при поддержке родителей. Для родителей мы проводим консультации, групповые и общесадиковые родительские собрания, где выступаем с докладами, приглашаем врача, медсестру, инструктора по физическому воспитанию. В каждой группе имеются "родительские уголки", на которых помещаются конкретные рекомендации и памятки. С помощью различных мероприятий пытаемся довести до родителей, что они обязаны заложить своим детям основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности, что для формирования здорового образа жизни в семье должен быть доброжелательный микроклимат и пример родителей: что лучший вид отдыха – прогулка с семьёй на свежем воздухе, лучшее развлечение для ребёнка – совместная игра с родителями. Необходимо, чтобы все участники педагогического процесса – педагоги, дети, родители – были вовлечены в совместную деятельность, осуществляя взаимодействие семьи и детского сада. Ведь только при таком взаимодействии можно действительно достичь больших результатов в укреплении физического и психологического здоровья детей. На основе результатов своей работы мы можем утверждать, что вести работу по развитию двигательной активности детей необходимо и важно. Двигательная активность – биологическая потребность организма, от удовлетворения которой зависит здоровье детей, их физическое и общее развитие. Двигательная активность является производной не только от индивидуальных особенностей детей, но и от двигательного режима, который установлен в детском учреждении и дома. Систематическая развивающая физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ, осуществляемая в соответствии с указанными приоритетами, способна привести к ряду значимых результатов. Движения, даже самые простые, дают пищу детской фантазии, развивают творчество, которое является высшим компонентом в структуре личности, представляет собой одну из наиболее содержательных форм психической активности ребёнка. Двигательное творчество раскрывает ему моторные характеристики собственного тела, формирует быстроту и лёгкость в бесконечном пространстве двигательных образов, учит относиться к движению, как к предмету

игрового экспериментирования. Основное средство его формирования – эмоционально окрашенная двигательная активность, с помощью которой дети входят в ситуацию(сюжет), через движения тела учатся передавать свои эмоции и состояния, искать творческие композиции, создавать новые сюжетные линии, новые формы движений. Кроме того в процессе двигательной деятельности формируется самооценка дошкольников: ребёнок оценивает своё "Я" по непосредственным усилиям, которые он приложил для достижения поставленной цели. В связи с развитием самооценки развиваются такие личностные качества, как самоуважение, совесть, гордость. Разработанный в детском саду двигательный режим обеспечивает постепенное повышение физических кондиций дошкольника, способствует коррекции телосложения, закаливанию организма дошкольника, направленному на хорошее сопротивление простудным и инфекционным заболеваниям. Будем надеяться, что внедряемая нами модель двигательного режима дошкольника, включающая в себя наиболее приоритетные формы физического воспитания, позволит сформировать необходимый объём и производить контроль двигательной активности детей в дошкольном учреждении.