Обособленное структурное подразделение муниципального бюджетного дошкольного учреждения детского сада № 7 «Жемчужинка» - детский сад «Росинка»

Педагогический час:

**Тема:**

**«Организация двигательной активности — важное условие развития основных движений и физических качеств детей»**

**Вопрос:**

**«Подвижные игры и физические упражнения во время прогулки»**

Подготовил воспитатель

Середа А.А.

Х. Объединенный

2023 г.

Двигательная активность — это естественная потребность в движении. Ее удовлетворение является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

Движение — это врожденная, жизненная необходимость и потребность человека. Полное удовлетворение ее особенно важно в раннем и дальнейшем  возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. Маленький ребенок — деятель! И деятельность его выражается, прежде всего, в движениях. Первые представления о мире, его вещах и явлениях к ребенку приходят через движения его глаз, языка, рук, перемещение в пространстве. 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. Познание окружающего мира посредством движений наиболее всего отвечает психологическим и возрастным особенностям детей.

Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально физиологически адаптирован. В раннем  детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения детей.

Дети, систематически занимающиеся физкультурой, отличаются жизнерадостностью, бодростью духа и высокой работоспособностью. Ведь чем активнее вовлечение ребенка в мир движений, тем богаче и интереснее его физическое и умственное развитие, крепче здоровье. Движения необходимы ребенку, так как они способствуют совершенствованию его физиологических систем и, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.

Прогулка — это один из важнейших режимных моментов, во время которой дети могут достаточно полно реализовать свои двигательные потребности. Здесь наиболее ярко проявляются особенности двигательной активности детей.

**С целью активизации двигательной деятельности детей во время прогулок важно использовать разные приемы:**

* рациональное использование физкультурного оборудования (минимум оборудования максимально обыграть);
* включение разных способов организации детей (фронтальный, поточный, групповой, посменный, круговой тренировки, индивидуальный);
* лаконичное объяснение заданий и четкий показ упражнений;
* активизация мыслительной деятельности ребенка (использование пространственной терминологии, самостоятельный выбор способа выполнения действий, наводящие вопросы, создание поисковых ситуаций);
* создание специальных ситуаций для проявления таких качеств ребенка, как решительность, смелость, находчивость;
* вариативность подвижных игр, приемов их усложнения.

Важным показателем эффективности прогулки является двигательная активность, которая может удовлетворять потребность детей в движении.

В целях насыщения прогулки интересными делами в ее структуру необходимо вносить наблюдения и дидактические задания, совместные с воспитателем трудовые действия и подвижную игру. При этом значительная часть времени отводится самостоятельной деятельности детей. Все эти структурные части должны выступают не как отдельные мероприятия, а взаимно дополнять и углублять друг друга.

В подвижных играх закрепляется умение каждого ребенка внимательно вслушиваться в речь взрослого, выполнять его требования, согласовывать свои действия с действиями товарищей. Если на улице холодно, сыро, то необходимо сразу организовывать такую игру, чтобы поднять эмоциональный тонус детей, настроить их на бодрый лад. Если же дети с удовольствием начали играть самостоятельно, то подвижную игру можно провести в конце прогулки, когда интерес детей значительно снижается. Длительность каждой игры не более 3-4 минут, количество участников не регламентируется (по желанию детей). Можете также организовать подвижную игру с одним-двумя детьми, если видите, что они замерзли, чем-то заинтересовались,  или не знают, чем себя занять. Желательно подготовить на неделю не менее пяти-семи разных подвижных игр.

Планирование работы по развитию движений на прогулке должно способствовать закреплению, совершенствованию игр и физических упражнений, повышать двигательную активность детей. При этом важно правильно выбирать время для проведения игр и упражнений. Нельзя допускать, чтобы организованная двигательная деятельность проводилась за счёт времени самостоятельной деятельности детей.

Выбор времени проведения и упражнений на прогулке зависит от предшествующей работы в группе. Если двигательная или музыкальная образовательная деятельность проводилось в первой половине дня, то желательно организовывать игры и упражнения в середине или конце прогулки, а в самом её начале предоставить детям возможность самостоятельно поиграть, поупражняться с разнообразными пособиями. В остальные дни целесообразно организовать двигательную деятельность детей в начале прогулки, что позволит обогатить содержание их самостоятельной деятельности.

В дни проведения двигательной образовательной деятельности с детьми организуется одна подвижная игра и какое-либо физическое упражнение (спортивное упражнение или упражнение в основном виде движения). В другие дни, когда НОД по физической культуре не проводится, планируются подвижная игра, спортивное упражнение и упражнение в основном виде движения (прыжки, лазание, метание, бросание и ловля мяча и другие).

При проведении упражнений, основных видов движений следует использовать разные способы организации (фронтальный, подгрупповой, индивидуальный). Наиболее целесообразным является смешанное использование разных способов организации. Например, применение подгруппового способа организации является наиболее важным при сочетании процесса обучения и совершенствования двигательных навыков. При этом одна группа детей осваивает новый вид движений под руководством воспитателя, в то время как другие дети самостоятельно упражняются в хорошо знакомых движениях. В связи с особенностями выполнения некоторых движений (лазание по гимнастической лестнице, упражнения в равновесии, прыжки в длину и высоту с разбега) используются поточный и индивидуальные способы. Сочетание разных способов организации значительно повышает эффективность проведения игр и упражнений во время прогулки. Например, упражнение в лазании выполняется детьми поочерёдно, а упражнение с мячами — фронтально, т. е. всеми детьми одновременно. Упражнения детей в основных видах движений желательно организовывать по подгруппам, в зависимости от степени подвижности детей. Каждая подгруппа выполняет своё задание.

Длительность организованной двигательной деятельности составляет 10-15 минут. Подвижную игру воспитатель может проводить со всей группой и повторять её 3-5 раз. При организации известных игр воспитатель может предоставить детям возможность самим вспомнить и рассказать содержание игры, правила. При разучивании новой подвижной игры необходимо чёткое, лаконичное объяснение её содержания. Отдельные элементы можно показать и даже проиграть. После объяснения воспитатель сразу переходит к игре, и по ходу игры уточняет то, что недостаточно хорошо запомнили дети.

К обсуждению результатов игры целесообразно привлекать самих детей, надо приучать их оценивать своё поведение и поступки товарищей. Это будет способствовать в дальнейшем более осознанному выполнению заданий и правил игры, а также налаживанию взаимоотношений в процессе совместных действий. На прогулке должны планироваться подвижные игры и игровые упражнения разной степени интенсивности.

Самым благоприятным временем для реализации потребности детей в движениях является утренняя прогулка. Длительное пребывание детей на свежем воздухе в любом случае полезно, но оздоровительно-воспитательное значение его возрастает, если ходом прогулки предусматривается двигательная активность, основанная на оптимальном соотношении разных игр и упражнений, подобранных с учетом не только возрастных, но и индивидуальных особенностей детей. Содержательная сторона двигательной активности детей во время прогулок должна быть направлена на их полноценное психофизическое развитие. Используются такие виды двигательной активности, которые помогают детям познакомиться со свойствами предметов, получить новые представления и знания об окружающей действительности, расширить двигательный опыт, улучшить пространственную ориентировку и закрепить умение действовать совместно.

Таким образом, процесс воспитания детей непрерывен. Большие потенциальные возможности для всестороннего гармонического развития личности ребенка заложены в процессе воспитательно-образовательной работы с детьми в условиях прогулки. Здесь как нигде детям предоставляются уникальные условия для всестороннего развития, в полной мере удовлетворяются их потребности в активных движениях, в самостоятельных действиях при ознакомлении с окружающим миром, в новых ярких впечатлениях, в свободной игре, как с природным материалом, так и с игрушками. Однако в силу возрастных особенностей дети сами не могут использовать все время прогулки с максимальной пользой для своего развития. Взрослый должен педагогически правильно руководить их деятельностью.

В процессе ежедневного проведения на прогулке подвижных игр и физических упражнений расширяется двигательный опыт детей, совершенствуются имеющиеся у них навыки в основных движениях; развиваются ловкость, быстрота, выносливость; формируются самостоятельность, активность, положительные взаимоотношения со сверстниками.