

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида №58 г. Альметьевска»
муниципальное образование
«Альметьевский муниципальный район» Республики Татарстан

Консультация для воспитателей на тему:

**«Двигательно-оздоровительные моменты в
организации образовательной деятельности»**

Подготовила: инструктор по физической культуре 1 кв. кат.
Салахова В.Ш.

Альметьевск 2017г.

Двигательно-оздоровительные моменты в организации образовательной деятельности

Обучение является составной частью целостного педагогического процесса, направленного на формирование всесторонне и гармонически развитой личности. В физическом воспитании обучения движениям осуществляется путем непосредственного руководства воспитателя и самостоятельной деятельности детей под его наблюдением. В ходе обучения двигательным действиям происходит развитие познавательных, волевых и эмоциональных сил ребенка и формирования его практических, двигательных навыков. Обучение движениям оказывают целенаправленное влияние на внутренний мир ребенка, его чувства, мысли, постепенно складывающиеся взгляды, нравственные качества; двигательные действия, выполняемые детьми, полезны для здоровья и общего физического развития.

При разработке оптимального двигательного режима важно:

1. позаботиться об удовлетворении биологической потребности детей в реализации двигательной активности, являющейся основным источником полноценного развития детского организма, в разнообразии, выполнении основных задач и требований к ее содержанию;

1. рациональное соотношение разных видов занятий, подобранных с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, на развитие умственных, духовных и физических способностей детей.

Любая двигательная активность только тогда приобретает характер внутренней жизненно необходимой потребности, когда она становится сознательной и произвольной. Формируя сознательное управление движениями, взрослый помогает становлению личности ребенка – творца, а не простого исполнителя чужих – то заданий.

Двигательный режим, обеспечивающий активный отдых, удовлетворяющий естественную потребность детей в движении, – важнейший оздоровительный и профилактический фактор общего режима дня. Положительное влияние оптимального объема двигательной активности в режиме дня проявляется у детей в работе всех органов и физиологических систем. Однако физкультурные занятия, предусмотренные программами физического воспитания дошкольников, не могут восполнить дефицит их двигательной активности. Таким образом, возникает необходимость введения различных форм физической реакции в образовательный процесс.

На занятиях физическими упражнениями дети получают элементарные представления о строении собственного тела, функциях и назначениях внутренних органов и систем организма. Через систему специальных упражнений и игр дети знакомятся с признаками здоровья (правильная осанка, походка, учатся защищаться от микробов, избегать опасных мест, при необходимости оказывать себе и другим элементарную помощь).

Рационально организованная двигательная активность является мощным оздоровительным средством для дошкольников. Физкультурные развлечения в детском саду – это всегда зрелищные и радостные события. Их ждут, к ним готовятся, они надолго остаются в памяти детей.

Игровые физкультурные занятия, развлекательные досуги и праздники наполнены веселыми занимательными упражнениями, интересными спортивными номерами, встречами с любимыми героями, неожиданными сюрпризами. Они вызывают у детей повышенный интерес к двигательному материалу, дают возможность реализовать свой двигательный опыт, проявить двигательное творчество или другими словами развивают двигательную активность.

Разнообразные формы творческой активности дошкольника могут иметь место как в повседневной жизни, в процессе самостоятельного создания вариантов движения, так и на физкультурных игровых занятиях, в которых двигательное творчество – задача

специального обучения. Такие занятия строятся на простых жизненных ситуациях, сюжетах народных сказок, детских литературных произведений, подвижных игр. Чаще всего они имеют форму беседы, рассказа, игры – драматизации.

Известно: ребенок развивается в движении. С развитием двигательных навыков тесно связано и звукопроизношение, поэтому так важно на занятиях в детском саду использовать динамические паузы, пальчиковую гимнастику, подвижные игры. При проведении динамических пауз и пальчиковых игр происходит автоматизация звуков, развиваются интонация и выразительность голоса, а также мимика, пластика движений, точность и координация как общей, так и мелкой моторики.

Длительные статические нагрузки, связанные с сидением, не благоприятно воздействуют на ребенка. Учитывая положительное влияние движений, способствующих активному отдыху и повышению работоспособности, надо включать в занятия двигательные компоненты т. е. физкультминутки. Упражнения для физкультминуток подбирается не реже одного–двух раз в месяц.

На занятиях по формированию математических представлений физкультминутки можно связать с содержанием занятия. Например, хлопнуть в ладоши столько раз, сколько Наташа ударит мячом об пол, или присесть на единицу больше названного числа. Иногда можно использовать физкультминутки для закрепления порядкового или количественного счета, величины и т. д.

Например: 1 – руки в стороны, 2 – руки вверх, 3 – руки вперед, 4 – присесть и так до 5, 6, 7, 10.

Большой интерес у детей вызывают физкультминутки с текстом, например «Учитель»:
Учитель спросит надо встать. (*Дети встают.*)

Когда он сесть позволит – сядь. (*Садятся.*)

Ответить хочешь не шуми, а лучше руку подними. (*Поднимают руку.*)

На занятиях по развитию речи можно использовать физкультминутки в упражнениях по звукопроизношению.

Например:

Ча–ча–ча, печка очень горяча. (*Три хлопка, руки вперед.*)

Чи–чи–чи, печет печка калачи. (*Три хлопка, руки в стороны.*)

Чу–чу–чу, будет всем по калачу. (*Три хлопка по коленям, руки вперед.*)

Чо–чо–чо, осторожно: горячо! (*Три хлопка, руки за спину.*)

В роли физкультминутки используется скороговорка:

*Сорок сорок для своих сорочат
Сорок сорочек, не ссорясь, строчат.
Сорок сорочек прострочены в срок –
Сразу поссорились сорок сорок.*

Эффективны физкультминутки на занятии по разучиванию стихотворения. Иногда планируется физкультминутка с выходом из–за стола организованной группой:

Гуси серые летели,
Да летели, да летели (*Взмах руками в такт словам.*)
И присели, посидели, (*Приседание.*)
Да и снова полетели, (*Взмах руками.*)
За столы тихонько сели.

На занятиях по изобразительной деятельности, например по рисованию применяют физкультминутку:

Мы старались рисовать, (*Руки в стороны.*)
Трудно было не устать. (*Руки вверх.*)
Мы немного отдохнем, (*Присесть, руки вперед.*)
Рисовать опять начнем. (*Встать, опустить руки.*)

Еще пример:

Мы топаям ногами –

Топ, топ, топ.
Мы хлопаем руками –
Качаем головой.
Мы руки поднимаем,
Мы руки опускаем,
Мы руки разведем
И бегаем кругом.

Двигательной деятельностью нужно наполнять перерывы между занятиями. Если на них большая нагрузка досталась мышцам рук (рисование, лепка), то в промежутках между занятиями проводится упражнения с движениями рук, их энергичным сжиманием и разжиманием, потряхиванием кистей. Иногда можно использовать хороводные игры, игры соревновательного характера.

На формирование двигательных навыков у детей положительное влияние оказывает музыкальное сопровождение. Музыка способствует координации, ритмичности движений (*ходьба, бег*). Дети приучаются согласовывать свои движения с темпом, указанным воспитателем при помощи музыки. Ярко выраженный характер музыки (*веселая пляска, бодрый марш*) сказывается и на характере движений. Движения детей становятся более выразительными, четкими.

Музыка и движение связаны между собой содержанием и формой. У любого человека музыкальное сопровождение всегда вызывает непроизвольную моторную реакцию. Использование музыки на физкультурном занятии является средством повышения эффективности физических упражнений, способствует яркой эмоциональной насыщенности занятия, создает ощущение психологической комфортности. Музыкальное сопровождение – это дополнительный фактор, положительно влияющий на состояние здоровья детей, на физическое развитие в целом и на совершенствование двигательных функций.

Имитационным движениям (*сказочных животных*) можно обучать детей на физкультурных и музыкальных занятиях, в свободной деятельности. Передавать характер персонажей в движении помогает музыка. При обучении детей средствам речевой выразительности необходимо использовать знакомые и любимые сказки, которые сконцентрировали всю совокупность выразительных средств русского языка и предоставляют ребенку возможность естественного ознакомления с богатой языковой культурой русского народа. Кроме того, именно разыгрывание сказок позволяет научить детей пользоваться разнообразными выразительными средствами в их сочетании (*речь, напев, мимика, движения*).

Двигательная деятельность активизирует нравственное развитие личности ребенка. Это ярко проявляется в играх и игровых упражнениях, выполнение которых ставит ребенка перед необходимостью вступить в контакт со сверстником, оказать помощь в выполнении двигательного задания, найти оптимальные варианты согласований действий. Наличие игрового момента способствует поддержанию у всех детей интереса к выполнению общей двигательной задачи, без чего невозможно достичь умения видеть другого, действовать с ним. Взаимная ответственность обеспечивает ребенку возможность самоутверждения, развивает уверенность, инициативность, формирует чувство товарищества.

Положительный эффект методики развития двигательных качеств дошкольников возможен лишь при постепенности, систематичности и комплексности применения физических упражнений, оздоровительных сил природы, гигиенических и социально-бытовых факторов.

Крупнейший педагог и педиатр Е. А. Аркин в книге «*Дошкольный возраст*» подчеркнул, что физическая культура дошкольника состоит не только в выполнении мышечных упражнений, усвоении гигиенических навыков и укрепления

здоровья. Он считал, что физическая культура в дошкольном возрасте есть «*культура чувств, внимания, воли, красоты, культуры всего характера*».

Можно рекомендовать следующее:

1. по возможности включать в занятия по развитию речи разнообразные двигательные действия и задания, рассматривать их как своего рода физкультминутки;
2. чтобы каждый ребенок был активен, полезно дидактический материал вносить по количеству детей;
3. занятия с куклами лучше всего проводить в разной обстановке: за столами, в игровом уголке, на прогулке и т. д. ;
4. чтобы дети могли перенести игровые действия с куклами в самостоятельную деятельность, полезно воссоздавать игровую обстановку занятий во время самостоятельных игр;
5. предусматривать двигательные действия и задания во всех видах занятий по развитию речи с малышами.

Обязательным условием правильной постановки обучения в детском саду является учет состояния здоровья и физического развития детей, индивидуальный подход к ребенку, создание гигиенической обстановки. Без правильной организации обучения, тщательно продуманной методики проведения занятий нельзя добиться положительных результатов. У детей образуются правильные навыки движений только в результате постоянного их повторения и закрепления в определенной последовательности.

Здоровье ребенка – дошкольника во многом зависит от правильной организации в дошкольных учреждениях оздоровительной и психического здоровья детей, формированию двигательной активности, как взрослого, так и ребенка, от уровня подготовки взрослого, который должен быть для ребенка носителем здорового образа жизни.

Таким образом, главное, чтобы все формы двигательной активности и двигательной деятельности, реализуемые в процессе физического воспитания в дошкольном учреждении, как организованные, так и самостоятельные, благоприятно отразились и на развитии моторики, и на здоровье, способствовали повышению выносливости.