

## Консультация для родителей

# «Организация работы по развитию движений на прогулке»

Инструктор ФК: Галий Юлия Александровна

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 дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. Чем разнообразнее движения, тем большая информация поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие. Развитость движений – один из показателей правильного нервно-психического развития в дошкольном возрасте. Познание окружающего посредством движений наиболее всего отвечает психологическим и возрастным особенностям детей.

В дошкольном возрасте, в период интенсивного роста и развития детей, особенно важно обеспечить оптимальный режим двигательной активности, способствующий своевременному развитию моторики, правильному формированию важнейших органов и систем.

К моменту поступления в школу у детей должны быть сформированы основные двигательные навыки в ходьбе, беге, прыжках, метании, лазании, некоторых видах спортивных упражнений и игр. Недостаточное развитие какого-либо двигательного качества у ребенка снижает его способность к усвоению новых двигательных действий, а также его двигательную активность. Отличительными особенностями дошкольников являются познавательная активность, интерес ко всему новому, яркому, высокая эмоциональность.

Во время прогулок должна быть четкая организация детей, дисциплина, основанная на точном соблюдении заданий, команд, указаний воспитателя. В то же время детям должны представляться определенная свобода и самостоятельность действий, стимулирующих их творчество и инициативу. Каждая прогулка для ребенка – это познание окружающей действительности через движения, которые должны приносить радость. Важным является обогащение детей представлениями и знаниями о назначении и способах применения разных видов движений, сходстве и различиях в силе, скорости, их практической целесообразности. Особенности проведения прогулок является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к детям с учетом их состояния здоровья, уровня двигательной подготовленности и двигательной активности.

С целью активизации двигательной деятельности детей во время прогулок важно использовать разные приемы, а именно:

1. Рациональное использование физкультурного оборудования (минимум оборудования максимально обыграть).

2. Включение разных способов организации детей (фронтальный, поточный, групповой, посменный, круговой, станционный, индивидуальный).

3. Лаконичное объяснение заданий и четкий показ движений и упражнений.

4. Активизация мыслительной деятельности ребенка (использование пространственной терминологии, самостоятельный выбор способа выполнения действий, наводящие вопросы, создание поисковых ситуаций).

5. Создание специальных ситуаций для проявления таких качеств ребенка, как решительность, смелость, находчивость.

При планировании прогулки основная задача воспитателя состоит в обеспечении активной, содержательной, разнообразной и интересной для детей деятельности: игры, труда, наблюдений. При планировании содержания прогулки воспитатель предусматривает равномерное чередование спокойной и двигательной деятельности детей, правильное распределение физической нагрузки в течение всей прогулки. Последовательность и продолжительность разных видов деятельности изменяется с учетом конкретных условий: времени года, погоды, возраста детей и характера их предшествующей деятельности. Содержание вечерних прогулок планируется с учетом всей предшествующей деятельности детей.

Правильно организованная прогулка в полной мере удовлетворяет потребность детей в самостоятельных действиях при ознакомлении с окружающим, в новых ярких впечатлениях, в свободных активных движениях в игре. Украшенный участок сам по себе вызывает у детей положительные эмоции, желание идти на прогулку, побуждает к самостоятельной деятельности. Например, между деревьями и на веранде можно развешать надувные шары, ленточки и флажки, протянуть яркие шнуры и ленты. Между деревьями на ярком шнуре можно повесить колокольчики, разноцветные игрушки, под которыми надо проходить осторожно, пригнувшись, чтобы они не зазвучали. А к глухой стене веранды прикрепить бубен. Если дотянуться до него рукой и ударить, то он зазвучит. Выносятся игрушки, способствующие развитию движений: каталки, тележки, грузовики, мячи, обручи, кольца, прыгалки. Шишки, камешки и другой природный материал в специальных ящиках с отделениями.

На прогулке дети много и с удовольствием двигаются. И для удовлетворения этой потребности им следует предоставить всю площадь участка. Сделать сравнительно узкие длинные проходы-дорожки разной конфигурации (шнурами, ленточками или флажками) от веранды до конца участка и далее до веранды, которые могут быть извилистые, прямые, замкнутые, с ответвлениями, одни из которых заканчиваются тупиком, а

другие - каким-либо препятствием, которое необходимо преодолеть - перелезть через препятствие, пройти нагнувшись сквозь воротца, перешагнуть через натянутый шнур, перейти через мостик и т. д.).

Таким образом, дети на прогулке выполняют разнообразные движения - бегают, лазают, подлезают, перелезают, подтягиваются, подпрыгивают, бросают в цель и т.д. Конечно, такая активная деятельность предусматривает удобную, легкую, не сковывающую движений одежду.

Выбор времени проведения и упражнений на прогулке зависит от предшествующей работы в группе. Если физкультурное или музыкальное занятие 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 физкультурных занятий с детьми организуется одна подвижная игра и какое-либо физическое упражнение (спортивное упражнение или упражнение в основном виде движения). В другие дни, когда занятие не проводится, планируется подвижная игра, спортивное упражнение и упражнение в основном виде движения (прыжки, лазание, метание, бросание и ловля мячаи др.)

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 взрослого, 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 поочередно, 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.

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. В подвижных играх ведущие роли выполняют сами дети. При организации игр соревновательного характера, игр-эстафет важная роль принадлежит воспитателю, который должен помочь детям разделиться на команды, подобрав их с учётом уровней подвижности и физической подготовленности (необходимо, чтобы в обеих командах приблизительно поровну было и тех, и других детей). Большое воспитательное значение имеет подведение итогов, оценка результатов, действий детей, их поведение в игровой деятельности.

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. В течение месяца может быть проведено 15-20 подвижных игр (включая игры эстафеты), при этом разучено 3-4 новые игры. Общая длительность игры составляет 10-12 минут.

В работе с детьми организация детской деятельности требует от педагога особого внимания, так как не все дети одинаково активны, подвижны и самостоятельны, а большинство затрудняются в самостоятельном выборе игр, игрушек и пособий.

В работе с детьми дошкольного возраста основными задачами при организации работы по развитию движений на прогулке являются

Знакомство детей с различными видами движений и создание вариативных условий для их систематического выполнения;

1. Закрепление умений ориентироваться в пространстве, действовать совместно, участвовать в коллективных играх и игровых упражнениях;

2. Создание благоприятных условий для развития творчества детей, в том числе в движениях, и положительного эмоционального состояния.

Успешно решать эти задачи возможно лишь при рациональном сочетании разных видов и форм двигательной деятельности под руководством воспитателя. С целью совершенствования движений и закрепления игровых умений и навыков целесообразно новый материал предлагаемый на физкультурных занятиях увязывать с играми и упражнениями на прогулках. На прогулке важно, чтобы все дети участвовали в организованной воспитателем двигательной деятельности. Ее лучше проводить двумя подгруппами, составленными с учетом разного уровня двигательной активности. Каждая подгруппа выполняет свое двигательное задание в игровой форме. Малоподвижные дети быстро устают, поэтому подвижная игра повторяется не более двух-трех раз. Игры и игровые упражнения для детей первой подгруппы носят более сложный характер. Они могут повторяться три-пять раз в зависимости от желания детей, к которым следует предъявлять более строгие требования: добиваться

четкого выполнения условий и правил игры. Необходимо стремиться к тому, чтобы дети могли выполнить роль ведущего в игре. Педагог постепенно вовлекает в игры всех детей. Содержание подвижных игр усложняется и обновляется по мере усвоения движений детьми. Это, не меняя основного содержания и правил игры, повышает интерес детей, побуждает их к самостоятельности, творческой активности. Так, сначала в игре «Поезд» дети просто идут друг за другом, затем преодолевают друг за другом какие-либо препятствия, соблюдая определенные интервалы. Через некоторое время, когда дети освоят предлагаемые движения, педагог продолжает игру: дети гуляют по лесу, имитируя движения животных и птиц: бегают, подскакивают, приседают, лепят из снега фигурки и т.п. Например, дети пятого года жизни должны четко выполнять двигательные задания и правила игры, в том числе ориентироваться в пространстве, быстро находить свое место во время различных построений (занять определенное место в «поезде», найти свой «домик» и т.п.).

Важно, чтобы сам педагог принимал активное участие в играх и упражнениях: это поддерживает положительный эмоциональный настрой детей и их интерес к разным формам двигательной активности. Известно, что дошкольники любят играть в знакомые им подвижные игры под руководством воспитателя, но если в течение недели проводить игру, не внося никаких изменений, то интерес к играм падает. С детьми в новую игру целесообразно играть в течение двух-трех дней подряд, затем следует усложнить двигательные задачи, внести новые пособия или игрушки..

### **Примерный конспект проведения летней прогулки по развитию движений.**

Тема: «Что нам лето подарило?»

Цель: Закреплять представления детей о растительном мире (прогулка проводится в виде экскурсии по участку).

Ход прогулки:

При выходе на прогулку воспитатель говорит: «Ребята, лето красное, лето жаркое с нами дружит. Давайте пойдем по участку, посмотрим, что нам лето подарило?»

Дети идут, отмечают: вся земля покрыта...Чем? (Зеленой травой, травушкой муравушкой шелковой). А в траве растут цветы. Какие? (Дети уточняют их название, цвет).

Воспитатель обращается к детям: «Посмотрите, какие нарядные стоят деревья, все покрыты листьями. Ласковый ветерок подует,

листочки... Что делают? (Дети отвечают: радуются, шепчутся, смеются). Вот какое лето красное, щедрое. А что оно еще подарило – посмотрим?)»

Подходят к огородным грядкам. Воспитатель уточняет, какие овощи любят на солнце, какие прячутся в листьях, какие сидят в земле? Далее все идет к фруктовым деревьям, к кустам с ягодами, и каждый раз педагог подчеркивает: «Это нам лето красное подарило». Воспитатель продолжает:

«Лето нам подарило и красивые цветы на клумбе. Кто какие знает, называйте.» все идут вокруг клумбы. Дети называют цветы, уточняют их цвет. Педагог срезает несколько цветков для букета. Воспитатель: «А еще лето красное, лето щедрое и вас подрумянило, поджарило. Вы загорели, стали как маленькие шоколадки» и читает стихотворение «Мы на солнце загорели».

Младшие дети уходят играть под присмотром няни. Старшие идут на веранду, садятся вокруг стола. Взрослый ставит на стол букет цветов и корзинку, полную фруктов и овощей (по возможности отобрать по 3-4 плода и 2-3 овоща). Дети отвечают на вопросы педагога: «Что это – фрукт или овощ, где растет, какой на вкус, на цвет?» Воспитатель ставит на стол арбуз. Дети рассматривают его, потом арбуз разрезают и едят. Воспитатель читает стихотворение З Александровой «Арбуз».

В конце прогулки проводится подвижная игра «Слышим – делаем». Цель: проверить понимание детьми смысла знакомых текстов.

Ход игры:

Воспитатель говорит детям: «Ребята, я буду рассказывать стихи, а выделайте то, что слышите»

Воспитатель читает стихотворение:

Мишка косолапый По лесу идет

Шишки собирает

Песенку поет (Дети идут вперевалочку и поют: «Ля-ля-ля») По узенькой дорожке

Шагают наши ножки (Дети шагают)

По камешкам, по камешкам (Дети прыгают) И в ямку – бух! (Дети приседают).

Мыли гуси лапки

В луже у канавки (Дети моют ноги) Один серый

Другой белый

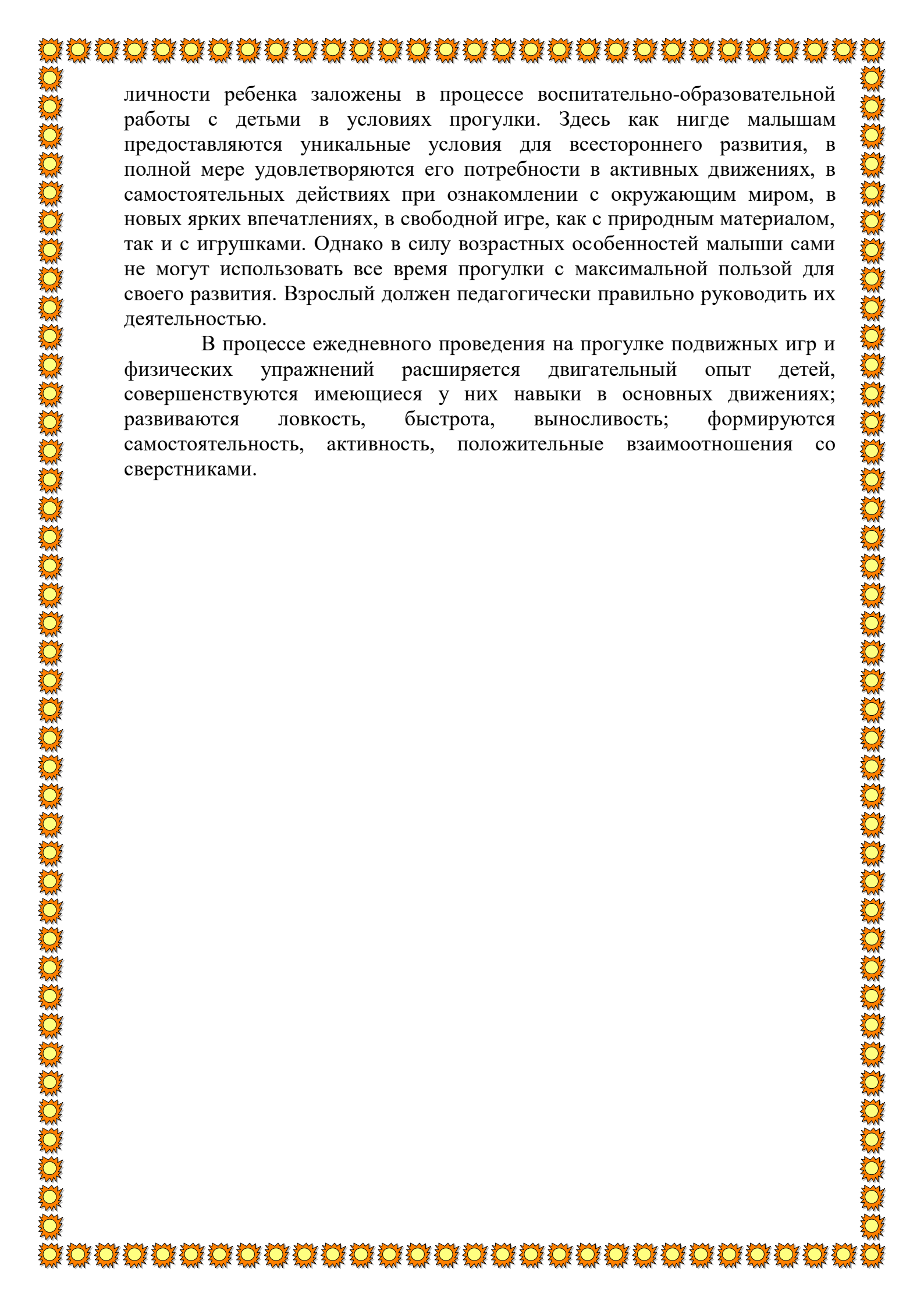
Спрятались в канавке (Дети приседают) Прилетели птички

Птички – невелички Все летали

Все летали

Крыльями махали (Дети – птички, выполняют движения) Игру можно продолжить, читая другие стихотворные тексты.

Итак, 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 малышам предоставляются уникальные условия для всестороннего развития, в полной мере удовлетворяются его 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 малыши 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.