

Консультация

ПЛАНИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

воспитатель: Сироткина Л.Г.

Чтобы не перегружать детей, большое внимание необходимо уделять планированию. Двигательную активность рационально планировать по этапам. Этапы - это условное деление физкультурно - оздоровительной работы в режиме дня, они имеют свои задачи, в соответствии с которыми необходимо подбирать средства, методы и формы двигательной активности дошкольников.

1 этап пед. процесса - "Утро"

Утром целесообразно планировать двигательную деятельность знакомую по содержанию, в зависимости от интересов и потребностей детей. Необходимо заранее создать условие для самостоятельной двигательной активности, продумать размещение физкультурного инвентаря, дидактических пособий. Можно предложить детям дид. игры "Одень спортсмена для соревнования", "Угадай вид спорта", рассматривание иллюстраций о видах спорта, альбома "Забочусь о своем здоровье".

Желательно планировать игры, знакомые детям, лучше малой или средней подвижности. Например: "Найди что спрятано", "Пронеси мяч, не задев кеглю".

При планировании п/игр необходимо учитывать, какие занятия будут после завтрака. Если занятия связаны с длительной статистической позой (математика, развитие речи, ИЗО), то лучше утром запланировать игры средней и даже большой подвижности; если предстоит физ. занятие, то более спокойную двигательную деятельность. Утром обязательно нужно проводить индивидуальную работу с детьми, независимо от уровня их физического развития, а также индивидуальную работу с детьми, которые имеют различные отклонения в осанке, зрении, нарушения слуха, нервной системы, ожирение.

II этап пед. процесса - "Прогулка".

Прогулка - благоприятное время для проведения с детьми индивидуальной работы и организации их самостоятельной двигательной активности.

Перед прогулкой важно поинтересоваться у детей, в какие игры они хотели бы поиграть, и создать необходимые условия для игр детей по желанию, вынести на улицу необходимое оборудование для двигательной активности.

На прогулке предлагаем планировать одну подвижную игру, общую для всех детей, и две - три игры с подгруппами детей. Кроме того, воспитатель должен наметить игровые упражнения для индивидуальной работы. Важно для прогулки планировать не только различные подвижные, но и спортивные игры: зимой - хоккей, весной, летом, осенью - футбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис, городки; и спортивные упражнения: зимой - катания на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах, катание на коньках; весной, летом, осенью - катание на велосипеде, самокате, роликовых каньках.

III этап пед. процесса - "Вторая половина дня".

Кроме гимнастики после сна и закаливающих мероприятий предлагаем планировать активный отдых детей. Физкультурные праздники, физкультурные досуги, дни здоровья - являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, способствует расслаблению организма после умственной нагрузки, укреплению здоровья дошкольников.

Во вторую половину дня также необходимо запланировать самостоятельную двигательную деятельность, используя различное физкультурное оборудование, тренажеры, дидактический материал. Вечером, перед уходом детей, лучше планировать спокойную двигательную деятельность - малоподвижные игры, дыхательные упражнения на подвижность, оздоровительные.

Вывод: педагог сам определяет, по какому плану ему работать. Только при правильной организации двигательной активности можно удовлетворить естественную потребность каждого ребенка в движении, развить у него врожденную мотивацию к двигательной активности.