

Консультация для воспитателей
на тему «Организация двигательной активности детей в
летний период»

Подготовила:
Бубнова Елена Алексеевна
старший воспитатель
Согласовано:
старший воспитатель
_____ Е.А. Бубнова

Дата проведения
« 25 » мая 2021г.

«Движение - это жизнь» - эти слова известны практически каждому человеку. Тот факт, что двигательная активность полезна для организма человека, бесспорен. Но далеко не все понимают, как важна она для формирования физического и психического здоровья человека и насколько необходимо уже с дошкольного возраста приучать детей вести активный образ жизни. Лето благоприятная для этого пора.

Создание здорового образа жизни для ребёнка в ДОУ является первоосновой его полноценного воспитания и развития. Здоровый образ жизни предполагает приобщение детей к двигательной культуре через целенаправленное физическое воспитание.

Формы организации двигательной- оздоровительной работы в ДОУ:

- самостоятельная деятельность детей;
- подвижные игры;
- утренняя гимнастика;
- двигательные-оздоровительные физкультминутки;
- физические упражнения после дневного сна;
- физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами;
- физкультурные досуги;
- Дни здоровья.

Лето – самая любимая пора всех детей, ведь в теплую погоду можно практически целый день проводить на улице. Особенно важно обеспечивать развитие двигательной активности детей на прогулке, способствующей улучшению моторики у ребенка, а также правильному формированию всех систем и органов. Прогулки вообще являются главным способом развития двигательной активности у детишек. В дошкольном возрасте у них формируются основные двигательные навыки, такие как ходьба и бег, лазание, метание или прыжки. Если ребенок недостаточно развит в некоторых компонентах, это будет тормозить его двигательную активность и способность усваивать новые двигательные действия. Поэтому прогулки, которые проводятся с детишками в дошкольных учреждениях, должны быть тщательно спланированы, и в них обязательно должно быть место обучению основным видам движений. У детишек в старшем дошкольном возрасте очень развита познавательная активность, а также наблюдается высокая эмоциональность, что должно побуждать воспитателя к четкой организации детишек и дисциплине в коллективе, которая основана на соблюдении указаний воспитателя. При всем при этом малышам должна даваться самостоятельность, определенная свобода, возможность проявить себя творчески.

Двигательная активность детей на прогулке — это возможность для малышей познавать окружающий мир через движения. Очень важно чтобы этот процесс доставлял малышам радость и удовольствие, ведь лишь только так малыш захочет снова и снова развиваться, играя и двигаясь. Тут важным моментом является донесение до детей знаний о том, где и как можно применять движение, понятий о сходстве и различии в скорости и силе, а также о целесообразности их использования.

На каждой прогулке решается целый комплекс задач, не только оздоровительных, но также образовательных и воспитательных. А значит, детишки получают основы физической культуры и здорового образа жизни, активнее общаются и развивают свою самостоятельность, шире познают мир.

Эффективность занятий, направленных на развитие двигательной активности детей на прогулке, заключается не только в удовлетворении биологической потребности, но также и в тренировке всех функций организма, в формировании навыков движений, в создании оптимальных условий для развития ребенка.

Прогулка должна быть профессионально спланирована и организована, включая себя и труд и наблюдение и, конечно же, игру. Планирование прогулок должно предусматривать чередование физических нагрузок и спокойной наблюдательной деятельности в течение прогулки. Правильная прогулка сполна удовлетворит потребность детишек в ярких впечатлениях и в проявлении самостоятельности, в активных движениях детворы, а также в общении детишек с взрослыми и друг с другом.

Одним из важнейших вопросов в работе дошкольного учреждения в летний период является организация досуга детей. С одной стороны, хорошая погода и возможность проводить достаточно времени на свежем воздухе во многом снимают остроту этой проблемы. Однако привычные игры детям быстро надоедают, и если их активность не находит применения, они стремятся заполнить своё время самыми разными формами деятельности и при отсутствии руководства способны нанести ущерб как самим себе, так и окружающим.

Оптимальной формой организации детского досуга в летнее время может быть такое мероприятие, которое не требует значительной подготовки со стороны детей, имеет развивающую и воспитательную функции проводится в эмоционально привлекательной форме. Кроме того, важно, чтобы это мероприятие не требовало также громоздкой подготовки со стороны педагогов. Таким видом деятельности является игра. Игровые часы.

Во время игрового часа дети знакомятся с различными играми (народными и современными). Как показывает практика, современные малыши часто не знают народных игр. У старших дошкольников интерес вызывают лото, шашки, шахматы и т. д. Разучивание этих игр с детьми и дальнейшее закрепление их в повседневной игровой деятельности значительно обогащают детский досуг. Во время игрового часа дети знакомятся с различными играми (народными и современными). Как показывает практика, современные малыши часто не знают народных игр. У старших дошкольников интерес вызывают лото, шашки, шахматы и т. д. Разучивание этих игр с детьми и дальнейшее закрепление их в повседневной игровой деятельности значительно обогащают детский досуг:

- Игры-путешествия.

Игра-путешествие представляет собой последовательное посещение различных точек на ранее подготовленном маршруте. Перед детьми ставится задача, имеющая игровой характер (они направляются к царю Берендею, к сладкому дереву:). На маршруте необходимо организовать остановки, где детям будут предлагаться различные игры и задания. Педагоги разделяют между собой функции: часть из них сопровождает детей по маршруту, а другие находятся на своих точках и организуют для них задания. Детские спортивные состязания относятся к разряду подвижных соревнований. Они значительно различаются в зависимости от возраста ребенка. Ведь для таких забав очень важна ловкость, которая, собственно, и развивается в процессе

подобных соревнований. Ловкость определяется способностью овладевать новыми двигательными реакциями и быстро перестраивать свои движения при необходимости в зависимости от меняющейся обстановки.

Ловкость, столь необходимая в спортивных соревнованиях, развивается достаточно медленно. Говорить о спортивных соревнованиях для детей младшего возраста нет смысла, для их спортивного развития на первых порах достаточно применять простые забавы, детские качели и велосипеды. Детские спортивные соревнования развивают ловкость, умение координировать движения, действие в ограниченном времени и пространстве (детской площадки). Командные соревнования развивают здоровый дух соперничества, а на координацию движений и вестибулярный аппарат благотворно влияют подвесные качели.

- **Игры с мячом.**

Несмотря на простоту, игры с мячом очень полезны для детей, так как развивают практически все виды мышц. И не важно, кидает малыш мячик или ловит, он тренирует координацию движений и зрение. Можно придумать самые разнообразные игры для летних мальчиков с мячом, который можно как покидать, так и попинать ногой.

- **Игры с обручем и скакалкой.**

Улучшить физическую подготовку ребенка можно также при помощи обруча и скакалки. Так как малыши не могут использовать эти снаряды по прямому назначению, то вначале можно предложить, например, небольшой обруч в качестве руля, либо поставить обручи ребром, чтобы ребенок прополз по тоннелю.

Самые популярные игры летом в детском саду связаны с водой. С минимальным количеством воды можно организовать эстафету водноносцев. Для этой игры потребуются две табуретки, на одной из которых ставится емкость с водой, а на другой пустой аналогичный сосуд. Задача детей перенести воду из одного сосуда в другой посредством других предметов. Воду можно носить формочками, половниками, тарелками. Побеждает та команда, которая расплещет наименьшее количество воды. Усложнить игру, развивающую точность и координацию движений, можно посредством установления конкретного способа переноски воды: в одной руке, на плоском блюде.

- **Игра с камешками**

Детки очень любят собирать камни. Наберите камней разного цвета и размера в ведро, высыпьте их в миску с водичкой и помойте. Когда вы помыли камешки, можно начинать с ними играть. Можно класть камни в ведро и переносить их в какое-то место, можно делать это с помощью лопатки или чашечки. Можно обложить камешками цветочную клумбу, или дерево. Можно нарисовать на земле палочкой какую-то фигуру, и по контуру выкладывать ее камнями.

На самом деле вариантов летних игр с детьми очень много, просто подключите свою фантазию, и каждый день лета будет праздником для вас и ваших детей.

Такой отдых летом укрепит иммунитет и позволит набраться сил.