

Руководство самостоятельной двигательной деятельностью детей дошкольного возраста

В число мероприятий по укреплению здоровья детей дошкольного возраста, воспитания устойчивого интереса и потребности к двигательной активности можно включить подвижные игры и физические упражнения *в самостоятельной двигательной деятельности.*

Они регламентированы учебной программой дошкольного образования (раздел «Двигательная активность»)

Мероприятия по развития двигательной активности	Возрастные группы				
	1мл гр.	2мл гр.	Средняя гр.	Старшая гр.	
	Периодичность /Продолжительность				
Подвижные игры и физические упражнения <i>в разных видах деятельности</i>	60-90 мин.	50-80 мин.	80-100 мин.	25-30 мин.	
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке (планируются воспитателем дошкольного образования)	10-15 мин.	20 мин.	20-25мин.	25мин.	
Подвижные игры и физические упражнения <i>в самостоятельной двигательной деятельности</i> (не планируются педагогом)	утром	15-20 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
	после завтрака	10-12 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
	между занятиями		10-12 мин.		10 мин.
	после сна	10-12 мин.	10-12 мин.	10-12 мин.	10-15 мин.
	на 1прогулке	40-45 мин.	35-40 мин.	40-45 мин.	40-50 мин.
	на 2прогулке	30-35 мин.	35-45 мин.	30-35 мин.	30-40 мин.

Оздоровительный эффект подвижных игр и физических упражнений в самостоятельной двигательной деятельности тесно связан с положительными эмоциями воспитанников, и благотворно влияет на психику ребенка дошкольного возраста.

В процессе самостоятельной двигательной деятельности важно обеспечить разнообразие видов и способов движений с различными игрушками, пособиями.

Руководство самостоятельной двигательной деятельности предусматривает:

–организацию физкультурно-игровой среды: достаточное место для движений, нужное количество, разнообразие, сменяемость пособий;

–закрепление в режиме дня времени для самостоятельной двигательной деятельности во время утреннего приема, до занятий и между ними, во время прогулки, после сна, в вечернее время;

–владение воспитателем специальными опосредованными методами активизации движений воспитанников.

Для организации самостоятельной двигательной деятельности воспитанников, используя опосредованное руководство, с учетом индивидуальных особенностей, педагогу необходимо:

–наблюдать за воспитанниками, уметь видеть всех и при необходимости прийти на помощь;

–предусмотреть для каждого из воспитанников место для движений;

–привлекать воспитанников к размещению физкультурных пособий в группе, на участке, стимулируя этим желание выполнить те или иные движения;

–снимать напряжение, скованность отдельных воспитанников улыбкой, поощрением; если ребенок затрудняется - помочь ему выбрать пособие для движений при помощи вопроса, загадки, совета;

–пытаться без навязывания объединить в совместной парной игре воспитанников разной подвижности, предоставив им один предмет на двоих (мяч, куклу, обруч, скакалку и т. д.) и показав варианты действий, если это необходимо;

–при знакомстве с новой игрушкой показать: малоподвижным воспитанникам – несложные активные движения и перемещения в пространстве, воспитанникам большой подвижности – движения, требующие точности, сдержанности, осторожности (ходьба, бег, прокатывание мяча по ограниченной плоскости, все виды лазанья и т. п.);

–отдавать предпочтение пособиям и игрушкам, требующим активных действий, чаще менять их расположение, обеспечить сменяемость не только в течение недели, но и дня;

–никогда насильно не усаживать на место чрезмерно подвижного ребенка, необходимо ввести в его бесцельный бег сюжет, целесообразность («Мне кажется, ты едешь на машине? Но почему без руля? Твоей машине нужен настоящий руль, тогда ты будешь замечательным шофером, вот этот подойдет?»);

–иногда включаться в совместную игру с кем-нибудь из воспитанников, чтобы показать новые движения или действия, вызвать интерес к ним;

–обыгрывать новые пособия и игрушки, показав, как по-разному можно с ними действовать (например, по доске— ходить, бегать, прыгать, ползать, прокатывать машину, мяч; скакалку крутить вдвоем, делать из нее дорожку, круг, а затем выполнять разные движения, в том числе и с куклой; мяч вращать на месте, прокатывать, подкидывать, бросать, отбивать, играть вдвоем и т. д.);

–периодически строить вместе с воспитанниками «полосы препятствий» из имеющихся пособий и учить преодолевать их по-разному;

– обогатить сюжетно-ролевые игры воспитанников разнообразными видами и способами всех основных движений.

Источники:

1.	Учебная программа дошкольного образования Министерство образования Республики Беларусь, Научно - методическое учреждение «Национальный институт образования», 2012.
2.	Шишкина, В. А.Какая физкультура нужна дошкольнику?: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / В. А. Шишкина, М. В. Мащенко. — Мозырь : ООО ИД «Белый Ветер», 2005. — 137 с.: ил.

