

Организация двигательной активности детей в ДОО **Семинар-практикум**

Цель: выявить и систематизировать знания педагогов по физическому воспитанию и развитию двигательной активности детей в режимных процессах ДОО.

Задачи:

- уточнить и закрепить представления педагогов о понятии «двигательная активность» детей в ДОО;
- проанализировать эффективность используемых форм и методов организации физкультурной и оздоровительной работы в ДОО по повышению двигательной активности детей;
- активизировать мыслительную деятельность педагогов;
- развить их творческий потенциал, направленный на оптимизацию двигательной активности детей в режимных процессах ДОО.

Материалы и оборудование: мяч, фишки.

Раздаточный материал: карточки с ОРУ, с видами спорта.

Ход семинара-практикума

Теоретическая часть.

В общей системе всестороннего и гармоничного развития человека физическое воспитание ребенка дошкольного возраста занимает особое место. Движение является средством познания окружающего мира, удовлетворения биологических потребностей организма. В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, физического развития, высокой работоспособности. Происходит становление двигательной деятельности, а также начальное воспитание физических качеств.

Блиц опрос «Двигательная активность»

Как на Ваш взгляд можно одним или несколькими словами образно выразить понятие «двигательная активность»?

Педагоги передают друг другу мяч и называют слово или выражение (отсутствие болезни, здоровье, энергия, движение, позитив, хорошее настроение, бодрость, отсутствие усталости).

Мы уточнили, что двигательная активность – это вид деятельности человека, при котором активация обменных процессов в скелетных мышцах обеспечивает их сокращение и перемещение человеческого тела или его частей в пространстве. Проще говоря двигательная активность – это суммарное количество двигательных действий, осуществляемых ребенком в течение дня.

Среди различных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, двигательная активность положительно влияет на все системы организма и необходима каждому человеку.

Двигательная активность способствует:

- повышению устойчивости организма к различным заболеваниям;
- росту физической работоспособности;
- нормализации деятельности органов и функциональных систем;
- формированию личностных качеств;
- улучшению психолого – эмоционального состояния;
- укреплению психического здоровья

Дети, регулярно занимающиеся физкультурой, имеют преимущества перед малоподвижными: они лучше выглядят, здоровее психически, менее подвержены стрессу и напряжению, лучше спят, у них меньше проблем со здоровьем.

В теории и методике физического воспитания выделяют: регламентированную, частично – регламентирующую и нерегламентированную двигательную активность.

1. Регламентированная двигательная активность представляет собой суммарный объем специально избираемых и направленно воздействующих на организм дошкольников физических упражнений и двигательных действий.

2. Частично-регламентированная двигательная активность - это объём двигательных действий, возникающих по ходу решения двигательных задач (например, во время выполнения подвижных игр).

3. Нерегламентированная двигательная активность включает объём спонтанно выполняемых двигательных действий (например, в быту).

Для растущего организма решающее значение имеет двигательная активность (ДА). Согласно данным, современные дети двигаются в два раза меньше, чем это предусмотрено возрастной нормой.

Потребность детей дошкольного возраста в двигательной активности достаточно высока, но не всегда она реализуется на должном уровне. В настоящее время дети все больше времени проводят за компьютерными играми, конструированием, просмотром телепередач. Все больше ограничивается самостоятельная двигательная активность детей как в семье, так и в детском саду, т.к. увеличивается продолжительность образовательных занятий с преобладанием статических поз.

Недостаточная двигательная активность – гиподинамия отмечается не только у детей старшего дошкольного возраста, но и у малышей. Поэтому организация двигательного режима дошкольников является актуальной и занимает важное место в системе дошкольного образования.

Понимая важность проблемы развития двигательной активности детей, необходимо ставить перед собой и решать следующие задачи:

- создать оптимальные условия для каждого ребенка в процессе освоения двигательного опыта;
- повысить интерес детей к различным видам двигательной деятельности;
- воспитывать у детей осознанное отношение к выполнению двигательных действий.

В настоящее время вопросам охраны и укрепления физического и психического здоровья детей уделяется особое внимание. Так ФГОС ДО

направлен на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, их эмоционального благополучия, формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их физических качеств.

В ФГОС ДО определены целевые ориентиры по физическому развитию на этапе завершения дошкольной организации. Я Вам предлагаю подумать, вспомнить и назвать целевые ориентиры по физическому воспитанию на этапе завершения дошкольного образования:

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;
- он подвижен, вынослив, владеет основными движениями;
- может контролировать свои движения;
- выполняет разные виды бега и т.д.

Предлагаю Вам закончить фразу:

Двигательная активность является видом деятельности образовательной области (*«Физическое развитие»*).

Двигательный режим в ДОО состоит из трех блоков:

- *специально организованное обучение;*
- *совместная деятельность взрослых и детей в режимных моментах;*
- *свободная, самостоятельная деятельность детей.*

Как Вы думаете Какие формы организации двигательной активности относятся к первому блоку?

(физ. занятия, хореография, логоритмика)

В дошкольных организациях основной формой развития двигательной активности детей является совместная деятельность по физической культуре. Данная деятельность выполняет ряд задач по физическому воспитанию:

- обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка;
- удовлетворять естественную потребность в движении;
- формировать двигательные умения и навыки, физические качества;
- давать каждому возможность продемонстрировать свои двигательные умения сверстникам и учиться у них;
- создавать условия для разностороннего развития детей, использовать полученные навыки в жизни;
- вызывать и поддерживать интерес к двигательной деятельности.

Совместная деятельность взрослых и детей в режимных моментах.

(утренняя гимнастика, прогулка, физминутки, динамические паузы, подвижные игры и упражнения на прогулке, гимнастика после сна, дыхательная, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, индивидуальная работа по физ. воспитанию)

Свободная, самостоятельная деятельность детей.

Она организуется в зависимости от инд. особенностей детей, проводится ежедневно в помещении и на открытом воздухе.

Двигательные навыки, полученные в совместной физкультурной деятельности, дети закрепляют в самостоятельной двигательной

деятельности. Самостоятельная деятельность является важным источником активности и саморазвития ребенка. Продолжительность её зависит от индивидуальных проявлений детей в двигательной деятельности. занимаясь самостоятельно, ребенок сосредотачивает внимание на действиях, ведущих к достижению увлекающей его цели. Стимулом самостоятельной двигательной активности детей всех возрастов служит прежде всего, наличие в группе или на участке различных игрушек, мелких и крупных физкультурных пособий.

Педагогическому коллективу необходимо уделять большое внимание работе с родителями воспитанников, стараясь вовлекать их в единое образовательное пространство. Для этого можно использовать разнообразные формы работы:

- организация совместной деятельности детей и взрослых;
- дни открытых дверей;
- совместное творчество детей и родителей;
- создание физкультурно – оздоровительной среды в группе, на территории;
- тематические родительские собрания.

Для успешной организации работы по физическому развитию детей важно не только соблюдать требования ФГОС к психолого-педагогическим условиям реализации программы ДОО, но и уровень профессиональных умений педагогов.

Практическая часть. «Мозговой штурм»

Предлагаю вам карточку, в левой колонке которой даны основные движения. Напишите примеры подвижных игр, способствующих развитию того или иного движения.

Карта для проверки

О/Д Бег, ходьба: («Воробушки и автомобиль», «У медведя во бору», «Гуси-гуси»).

О/Д Прыжки, равновесие: («Кот и мыши», «Зайцы и волк», «Лягушки» «По кочкам»).

О/Д Метание, ловля: («Попади в цель», «Снежный бой», «Белые медведи»).

О/Д Лазанье: («Достань до листочка», «Лиса в курятнике», «Под мосточком»).

Конкурс «Самый умный теоретик»

Вам предстоит ответить на вопрос. За каждый правильный ответ Вы получите фишку.

Определите, с какой возрастной группы вводятся:

- ходьба парами; (младшая)
- бег по ориентиру; (младшая)
- перестроение из звеньев в звенья; (средняя)
- размыкание без помощи рук; (старшая)
- увеличение дозировки ОРУ до 7-9 раз; (подгот.)
- боковое подлазание; (средняя)
- метание на дальность; (младшая)

- ведущим может быть каждый ребенок; (средняя)
- упражнение на внимание «Флажок и погремушка»; (младшая)
- прыжки с продвижением вперед; (средняя)
- метание в подвижную цель; (старшая)
- игры с элементами спортивных игр; (средняя)
- считалки при проведении игр; (средняя)
- повороты; (старшая)
- прыжки через скакалку; (средняя)
- лазание; (младшая)
- статистические упражнения на равновесие. (младшая)

«Спортивный калейдоскоп»

Я Вам предлагаю разделиться на две команды. Каждой команде необходимо подготовить и провести пальчиковую гимнастику, другой команде физминутку. Необходимо пояснить для какого возраста, в какой режимный момент можно включить данный вид двигательной активности.

«Живые картинки»

Каждый получает иллюстрации зимних видов спорта (*хоккей, фигурное катание, баскетбол, биатлон, художественная гимнастика*). Команды по очереди средствами пантомимы показывают их, соперники отгадывают.

Заключительная часть.

В завершении нашего семинара я Вам предлагаю оценить нашу совместную работу и оставить свою оценку данному мероприятию. Я приготовила для Вас смайлики разной мимикой, вам необходимо выбрать смайлик отражающий Ваше отношение к данному мероприятию.