

Самостоятельная
двигательная активность
детей в условиях
ограниченного пространства



Неотъемлемая часть педагогической работы в ДОУ -

- Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие

Одна из важнейших задач -



- Удовлетворение естественной потребности детей в движении

Недостаточная двигательная
активность ведет к дефициту
познавательной активности,
знаний, к мышечной пассивности
и снижению работоспособности
организма.

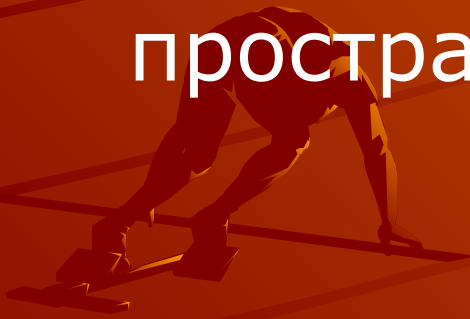


В городских условиях ограничены условия для двигательной активности

- Замкнуты, перенасыщены пространства групп в ДОУ и комнат в квартире
- Ограничение двигательной активности на прогулке
- Запреты взрослых
- Увеличение продолжительности занятий с преобладанием статических поз
- Преобладание статичного времяпрепровождения
- Генетическая наследственность

Проблема

- Дети не умеют правильно организовать самостоятельную двигательную деятельность в условиях ограниченного пространства



Традиционные подвижные игры



- Требуют большого пространства
- Участие нескольких игроков

Игровые предпочтения дошкольников

- «Домики» - организуют домик и устраивают его
- «Зверята» - кто-то из детей мама, кто-то ее детеныш; выполняют несложные движения, устраивают домики
- «Больница»
- «Магазин»
- «Гаражи» (или подобная игра с машинами)

Игровые предпочтения дошкольников

- «Лего» - постройки из мелкого и крупного конструктора
- «Лото»
- Рисование и раскрашивание



«ДОМИКИ»



«ГАРАЖ»



«Больница»



«Магазин»



Конструирование



Рисование и раскрашивание



В результате исследований выяснено, что:

- Показатель самостоятельной двигательной активности у дошкольников в помещении значительно ниже нормы
- 12-15% детей группы повышенная двигательная активность (дети источники конфликтов и травмоопасных ситуаций в группе)



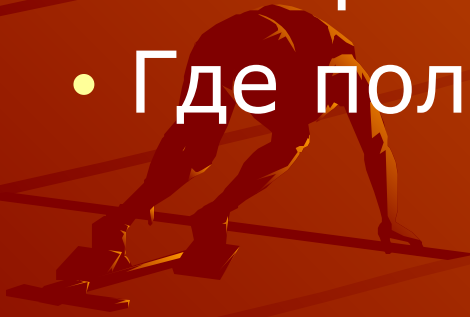
Необходимо разработать серию игр

- Учитывающих индивидуальные потребности дошкольников: игровые интересы, тренировка отдельных групп мышц, задачи развития
- Позволяющих активно двигаться в условиях группы



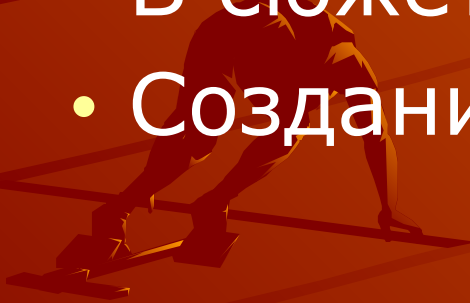
Новые атрибуты для игр

- На чем можно попрыгать в группе?
- Что можно метать и кидать так, чтобы было безопасно и интересно?
- Где полазить?



Активное использование новых атрибутов

- На занятиях
- Физкультминутки
- В совместной деятельности
- В сюжетно-ролевых играх
- Создание проблемных ситуаций



Введение новых игр опосредовано

- Через рассказы взрослых, т.е. те игры, в которые любили сами играть в детстве



Серия игр

Для активной двигательной
деятельности детей в
условиях группы с новым
оборудованием спортивного
уголка



Игры с ковриками

- Оборудование: текстильные коврики разных цветов 25 х 25 см. с разноцветными геометрическими фигурами в центре (варианты оформления лицевой стороны различны). Нижняя сторона ковриков должна быть сделана из нескользящего материала.

«Классики»

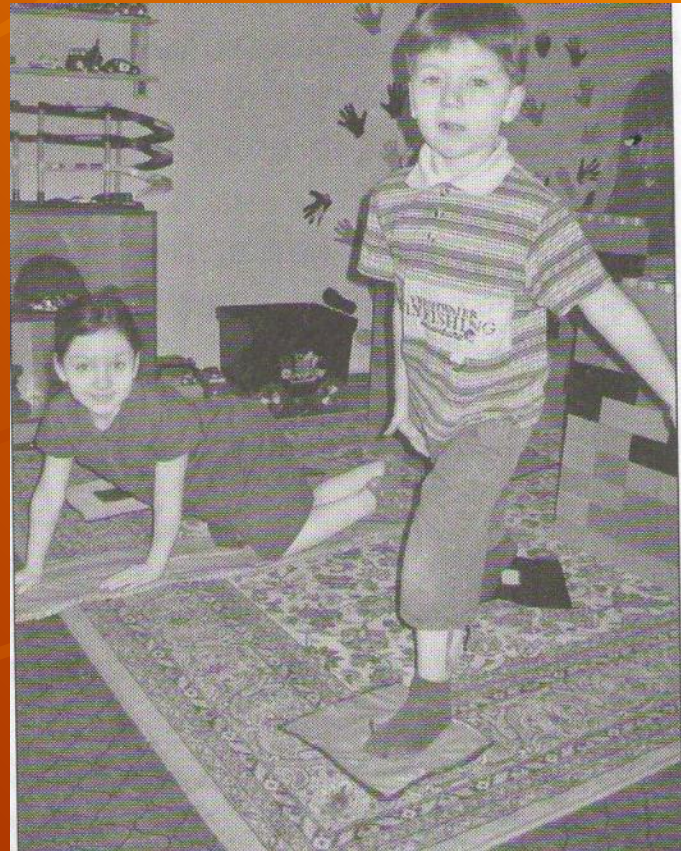
- Цель: развитие пространственного воображения и восприятия, крупной моторики, координации, формирование перекрестных движений
- Организация: коврики раскладываются на полу с чередованием: 2 коврика, 1 коврик (как в классиках)
- Ход игры: дети по очереди прыгают по коврикам как по классикам

Цель: развитие пространственного воображения и восприятия, крупной моторики, координации; формирование перекрестных движений

Организация: коврики раскладываются по кругу, на расстоянии большого шага ребенка

Ход игры: дети по очереди различными способами перешагивают с коврика на коврик (прямые, боковые, на пальцах, на пятках, спиной вперед)

«Гигантские шаги»

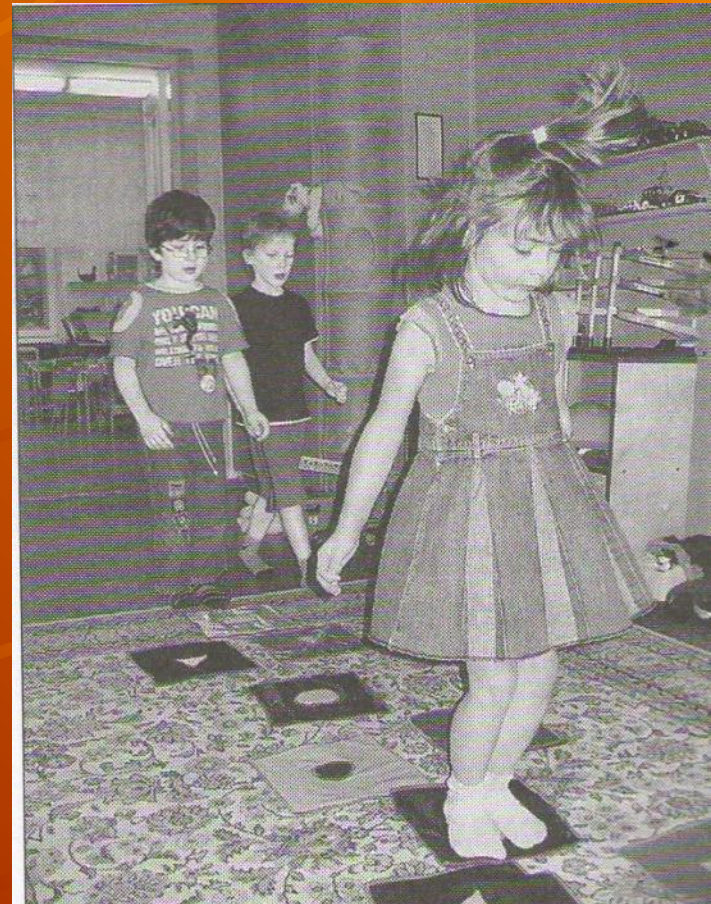


«Веселая дорожка»

Цель: развитие пространственного воображения и восприятия, крупной моторики, координации, внимания; формирование перекрестных движений, упражнение в прыжках и беге

Организация: коврики располагаются по полу хаотично, на расстоянии небольшого прыжка

Ход игры: выбирается водящий, который первый прыгает с коврика на коврик, остальные стараются не ошибиться и прыгать так же.



«Займи свое место»

- Цель: развитие пространственного воображения, восприятия, крупной моторики, координации, внимания, формирование перекрестных движений
- Организация: коврики располагаются по большому кругу
- Ход игры: детям дается указание, какой коврик занять, по сигналу дети начинают бежать по кругу, по следующему сигналу занимают коврики (варианты: свой; любой – рассказывает на каком коврике оказался)

«Достань ягодку»

- Цель: развитие координации, пространственного воображения и восприятия, понимания пространственных отношений (право-лево), тренировка мышц плечевого пояса и рук
- Организация: на стене, выше силуэтов ладошек, наклеить изображение ягод
- Ход игры: по команде двое детей должны подняться по ладошкам от пола до ягод. Можно отрывать только одну руку, соблюдая право-лево. Побеждает тот, кто первым сорвал ягодку.

Игры с тихим тренажером

Оборудование:
наклеенные на
стене силуэты
детских ладошек в
различных
вариациях от пола
до 1,5 м., силуэты
стоп от пола до 70
см.; разноцветные
полоски (5-10
штук) длиной
1,0-1,5м. для
подпрыгивания.

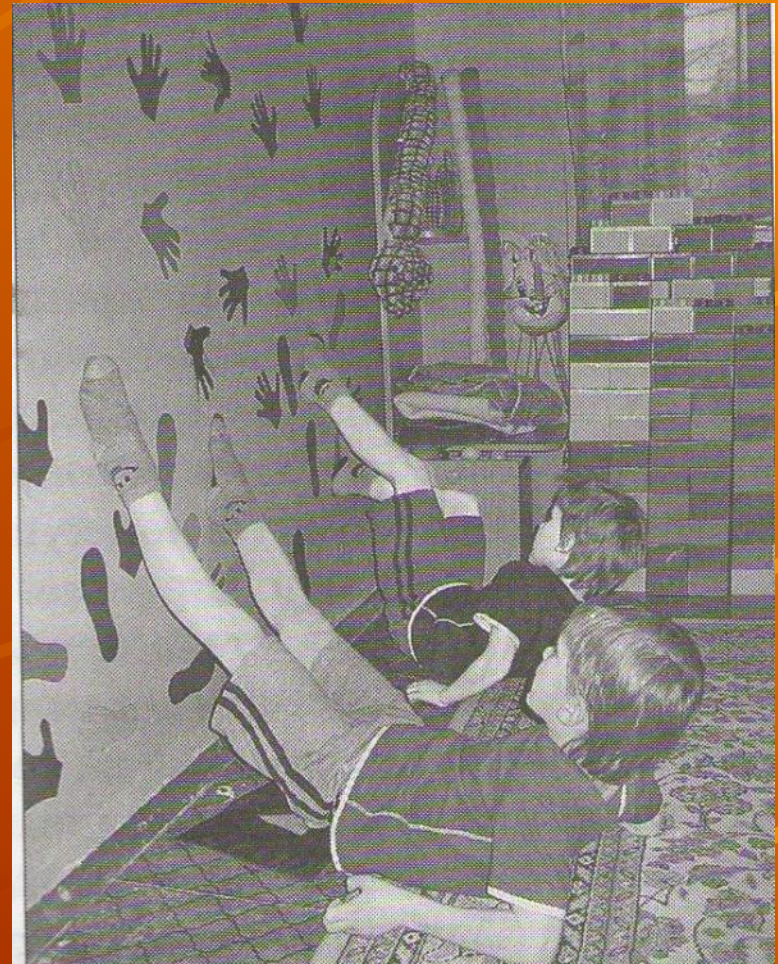


Цель: развитие координации, тренировка мышц спины и ног, релаксация.

Организация: около стены расстилается мягкий коврик.

Ход игры: дети по очереди ложатся на пол и стараются «пройти» по дорожке на стене. Начинают от пола, постепенно поднимая ноги все выше, переходя в положение «березка».

«Пройди по стенке»



«Допрыгни до полоски»

- Цель: развитие координации, пространственных отношений (право-лево), упражнение в прыжках с места в высоту, тренировка стопы.
- Организация: дети стоят в колонну по одному. Разноцветные полоски наклеиваются на стенку на высоте вытянутой руки самого низкого ребенка до высоты прыжка самого высокого.
- Ход игры: дети по очереди подпрыгивают у стены, стараясь дотянуться как можно выше до разноцветных полосок.

«Путаница»

- Цель: развитие координации, пространственного воображения и восприятия, понимания пространственных отношений (право-лево), тренировка мышц плечевого пояса и рук
- Организация: на стене – силуэты рук.
- Ход игры: варианты:
 - 1 -ребенок играет один, «ходит» руками по стене;
 - 2 -игра в паре «Кто быстрее доберется до условной метки» (можно перекрещивать руки, меняться местами, не отрывая рук от стены;
 - 3 – ведущий дает команду, куда идти (правая – красная, левая –зеленая и т.д.)

Рекомендации по организации
обучения детей основным видам
движений в условиях
ограниченного пространства
(печатное приложение)



Успехов в работе!

