

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребенка – детский сад № 171 «Алые паруса»

Консультация для воспитателей.

**Тема: «Закрепление основных видов движений при
физкультурно – оздоровительной деятельности на
улице».**

Подготовила:

Инструктор по физической культуре

Ситникова Татьяна Романовна

2024-2025 год.

Физическое воспитание летом имеет свои особенности, хотя и является продолжением работы, проводимой в течение учебного года, организуются следующие мероприятия: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, элементы физического воспитания в режиме дня (самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры), закаливающие процедуры, совместная и самостоятельная деятельность (различные игры с использованием физкультурного оборудования), прогулки по территории детского сада (прогулки, пешие походы, оздоровительный бег, игры).

Планирование работы по развитию движений на прогулке должно способствовать закреплению, совершенствованию игр и физических упражнений, повышать двигательную активность детей. При этом важно правильно выбирать время для проведения игр и упражнений. Нельзя допускать, чтобы организованная двигательная деятельность проводилась за счёт времени самостоятельной деятельности детей.

Физкультурные занятия летом имеют своей целью привлечение детей к оптимальной двигательной активности, приносящей ощущение «мышечной радости». Занятия строятся на знакомом материале. Ребята отрабатывают и закрепляют полученные в учебном году двигательные навыки.

Детей младшего возраста следует упражнять в правильном использовании оборудования, применении навыков ориентировки в пространстве (на участке, спортивной площадке). Для старших дошкольников важно, чтобы они могли реализовать свои интересы в спортивных играх и упражнениях, проявляя имеющиеся у них двигательные способности и всячески развивая их.

Двигательная активность должна соответствовать двигательному опыту ребёнка, его интересам, желаниям и функциональным возможностям.

Форму проведения занятия выбирают в зависимости от поставленных задач.

Занятия могут быть:

- тренировочными;
- сюжетно-игровыми;
- комплексными;
- физкультурно-познавательными;
- тематическими.

Выбор времени проведения упражнений на прогулке зависит от предшествующей работы в группе. Если физкультурное или музыкальное занятие проводилось в первой половине дня, то желательно организовывать игры и упражнения в середине или конце прогулки, а в самом её начале предоставить детям возможность самостоятельно поиграть, поупражняться с разнообразными пособиями.

В дни проведения физкультурных занятий с детьми организуется одна подвижная игра и какое-либо физическое упражнение (спортивное

упражнение или упражнение в основном виде движения). В другие дни, когда занятие не проводится, планируется подвижная игра, спортивное упражнение и упражнение в основном виде движения (прыжки, лазание, метание, бросание и ловля мяча и др.)

Подвижную игру воспитатель может проводить со всей группой и повторять её 3-5 раз. При организации известных игр в старшем дошкольном возрасте воспитатель может предоставить детям возможность самим вспомнить и рассказать содержание игры, правила.

При разучивании новой подвижной игры необходимо чёткое, лаконичное объяснение её содержания. Отдельные элементы можно показать и даже проиграть. После объяснения воспитатель сразу переходит к игре и по ходу игры уточняет то, что недостаточно хорошо запомнили дети.

В подвижных играх ведущие роли выполняют сами дети. При организации игр соревновательного характера, игр-эстафет важная роль принадлежит воспитателю, который должен помочь детям разделиться на команды, подобрав их с учётом уровней подвижности и физической подготовленности (необходимо, чтобы в обеих командах приблизительно поровну было и тех, и других детей). На прогулке должны планироваться подвижные игры и игровые упражнения разной степени интенсивности. В течение месяца может быть проведено 15-20 подвижных игр (включая игры эстафеты), при этом разучено 3-4 новые игры. Общая длительность игры составляет 10-12 минут.

Утренняя гимнастика должна проводиться на спортивной площадке или участке. Гимнастика повышает мышечный тонус и создаёт положительный эмоциональный настрой. Одно из основных требований – утренняя гимнастика не должна носить принудительного характера. Чтобы гимнастика проходила интересно, динамично, необходимо широко использовать музыкальное сопровождение, спортивный инвентарь, привлекательные атрибуты (платочки, ленточки, флажки и т.п. – для коллективного выполнения движений). Содержание утренней гимнастики зависит от возраста детей (имеющихся у них двигательных навыков), условий проведения и планируемой двигательной деятельностью в течение дня.

Летом, условия особенно благоприятные для работы по развитию движений. Основными средствами воспитания и развития движений у дошкольников летом должны стать: подвижная игра, игровые упражнения, игры - забавы, физкультурные упражнения, спортивные игры, «школа мяча», «школа скакалки», игры- эстафеты, спортивные развлечения. Педагогам следует отдать предпочтение тем играм, которые являются занимательными, способными своим содержанием увлечь ребенка, а не надуманными игровыми движениями. При выборе игр, упражнений и других двигательных форм следует учитывать не только возраст, но и индивидуальные особенности, и физические силы отдельных детей, степень организованности и дисциплинированности группы, уровень

двигательных умений. Детям легко возбудимым давать более спокойные игры, вялым наоборот. Во время двигательных действий следует следить, чтобы дети не доходили до чрезмерного возбуждения, легкая усталость в двигательных мероприятиях неизбежна. Проведение упражнений следует организовывать индивидуально или небольшими подгруппами, педагогам следует воздерживаться от частых замечаний детям.

Прогулки-походы по территории детского сада

Прогулки-походы представляют собой один из важнейших организованных видов двигательной деятельности, в ходе которой решаются не только оздоровительные задачи, совершенствуются двигательные навыки и физические качества детей, но и воспитывается любовь и эстетическое отношение к природе, удовлетворяются их познавательные потребности.

Как известно, дети старшего дошкольного возраста отличаются высокой степенью самостоятельности и организованности, что является важным условием для проведения прогулок-походов за территорию детского сада - в парки, зеленые площадки микрорайона.

Организация прогулок-походов предусматривает планомерную их подготовку, регулярное (ежемесячное или еженедельное) проведение и овладение детьми определённым объёмом знаний и умений. Пешие прогулки-походы могут включать в себя все или часть предлагаемых ниже составляющих:

- Наблюдение в природе и сбор природного материала;
- Чтение природоведческой литературы и беседа по содержанию (лучше если произведение будет посвящено тем объектам природы, которые находятся в зоне непосредственного наблюдения детей);
- Выполнение имитационных движений (подражание действиям птиц, зверей, насекомых);
- Подвижные и дидактические игры;
- Физкультурное занятие или комплекс игр и физических упражнений;
- Упражнения на дыхание, игры на внимание;
- Самостоятельные игры детей (на привале);

Походы могут быть разными; в зависимости от сезонных и погодных условий определяются цели и задачи. Детям обязательно сообщается конкретная цель предстоящей деятельности, например, сегодня мы "Будем искать деревья, каких нет на нашем участке" и т. д.

Важно, чтобы походы были насыщены разнообразным двигательным содержанием: ходьба в разном темпе, подскоки, подвижные игры, спортивные упражнения, перебежки в медленном и быстром темпе и др. В содержание походов должны включаться хорошо знакомые детям игры и упражнения, освоенные ранее.

Часть времени отводится для подготовки детей к прогулкам-походам. С этой целью воспитатель проводит цикл бесед, игр, занятий, на которых

дети получают необходимые знания о туризме и предстоящих походах. Старшие дошкольники овладевают специальными терминами: турист, палатка, рюкзак, спальный мешок, компас, маршрут, карта и т. д. С целью повышения интереса детей к данному виду прогулок и закрепления приобретённых умений и навыков могут быть проведены спортивные игры-развлечения (эстафеты).

Прогулки-походы организуются в первую половину дня за счёт времени, отведённого на утреннюю прогулку и физкультурное занятие на воздухе, что позволит детям реализовать свою потребность в ежедневной двигательной активности.

В поход можно взять фотоаппарат, чтобы запечатлеть наиболее интересные моменты прогулки. Продумайте инвентарь, необходимый для прогулки, а также для того, чтобы можно было собрать листья или камешки.

Примерная структура прогулки-похода.

- Сбор и движение до первого привала (15-35 минут).
- Остановка, привал (10-20 минут). Природоведческая деятельность.
- Комплекс игр и упражнений (25-30 минут).
- Самостоятельная деятельность детей (15-20 минут)
- Сбор детей и возвращение в детский сад (15-35 минут)