

Управление образования Администрации Шелеховского муниципального района
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №19 «МАЛЫШОК»
4 микрорайон, дом 19, 666036, город Шелехов Иркутской области
тел/факс (839550) 4-99-13

Особенности организации совместной двигательной деятельности в разных возрастных группах (2 младшая, средняя, старшая)

Подготовили:

Дунаева Н.В.

Бичевина К.П.

Волкова Т.Л.

2021

Требования ФГОС ДО Физическое развитие:

- ❑ Приобретение опыта в двигательной деятельности, направленной на развитие координации, гибкости, равновесия, крупной и мелкой моторики;
- ❑ Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- ❑ Овладение подвижными играми с правилами;
- ❑ Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- ❑ Становление ценностей ЗОЖ, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, формировании здоровых привычек и др.)

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- Ребенок проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах игр, выбирает роли и участников по совместной деятельности;
- Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх;
- Владеет разными формами и видами игры, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.



Что означает двигательная активность?

Это суммарное количество двигательных действий, осуществляемых ребенком в течении дня.

Значимость двигательной активности:

Повышению
устойчивости организма
к различным
заболеваниям

Росту физической
работоспособности

Нормализации
деятельности отдельных
органов и
функциональных систем

Формированию
личностных качеств

Улучшению психолого –
эмоционального
состояния

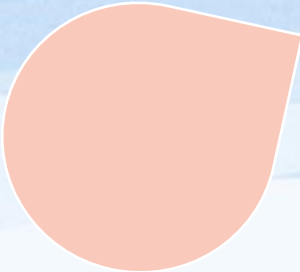
Укреплению психического
здоровья

Самостоятельная двигательная деятельность

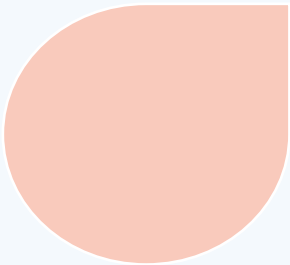
В последнее время все больше внимания уделяется организации самостоятельной деятельности детей, которая связана со становлением чрезвычайно важного личностного качества — независимости.

Это качество может формироваться в грамотно организованной педагогом самостоятельной двигательной деятельности детей. Не случайно в программе «Детство» поставлены задачи:

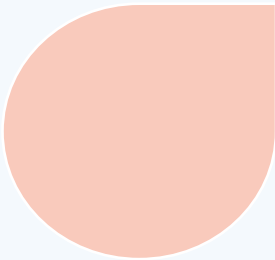
- учить детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнения;
- соблюдать и контролировать правила в подвижных играх;
- побуждать детей к самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений.



1 блок. Специально
организованное обучение



2 блок. Совместная
деятельность в
режимных моментах



3 блок. Свободная,
самостоятельная деятельность
детей

Формы организации двигательной активности детей в ДОУ

1. Физкультурно – оздоровительные занятия в ходе режимных моментов

- – утренняя гимнастика,
- – прогулка
- – физминутки
- – динамические паузы м/у занятиями
- – П/и и физ.упражнения на прогулке
- – гимнастика после сна
- – дыхательная гимнастика
- – гимнастика для глаз
- – пальчиковая гимнастика
- – индивидуальная работа по физ.воспитанию

Формы организации двигательной активности детей в ДОУ

2. Организованная двигательная деятельность

- физ.занятия
- хореография
- логоритмика

Формы организации двигательной активности детей в ДОУ

3. Самостоятельная двигательная деятельность

- организуется в зависимости от инд. особенностей детей;
- проводится ежедневно в помещении и на открытом воздухе.

Формы организации двигательной активности детей в ДОУ

4. Физкультурно – массовые занятия

- неделя здоровья (2 раза в год)
- дни здоровья (раз в квартал)
- физкультурный досуг (раз в месяц)
- физкультурный спортивный праздник (2 раза в год)

Формы организации двигательной активности детей в ДОУ

5. Совместная физкультурно – оздоровительная работа ДОУ с семьями

- подразумевает участие родителей (законных представителей) в физкультурно – оздоровительных массовых мероприятиях ДОУ

Модель двигательного режима детей дошкольного возраста (ООП ДО приложение 6)

№ п/п	Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
		Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовитель- ная группа
1	Организованная деятельность	7 часов в неделю	8 часов в неделю	10 и более часов в неделю	12 и более часов в неделю
2	Утренняя гимнастика	5-6 мин.	6-8 мин.	8-10 мин.	10 мин.
3	Физкультурные паузы	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий.			
		3 мин.	3 мин.	3-5 мин.	3-5 мин.
4	Музыкальные паузы	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания деятельности.			
		3-5 мин.	3-5 мин.	5 и более мин.	5 и более мин.
5	Гимнастика пробуждения	5-6 мин.	5-8 мин.	5-10 мин.	5-10 мин.
6	Подвижные игры	Не менее 2-4 раз в день			
		6-10 мин.	10-15 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.
7	Спортивные игры	-	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
8	Спортивные упражнения на прогулке	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю			
		Велосипед 10 мин.	Самокат 8-12 мин.	10-12 мин.	10-15 мин.
		Лыжи 10 мин.	10 мин.	15 мин.	20 мин.

9	Физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппами			
		5-7 мин.	8-10 мин.	10 мин.	15 мин.
10	Физкультурные занятия	2 раза в неделю			
		15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
11	Музыкальные занятия (часть)	2 раза в неделю			
		3-5 мин.	5 мин.	7-10 мин.	10 мин.
12	Двигательные игры под музыку	1 раз в неделю			
		5-10 мин	10-15 мин.	15-20 мин	25 мин.
13	Спортивные развлечения	1 раз в месяц			
		20 мин.	20 мин.	30 мин.	30-35 мин.
14	Спортивные праздники	2 раза в год			
		20 мин.	25 мин.	50-60 мин.	50-60 мин.
15	Неделя здоровья	2 раза в год			
18	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно индивидуально и подгруппами			

Вторая младшая группа Особенности организации ДД зависят от:

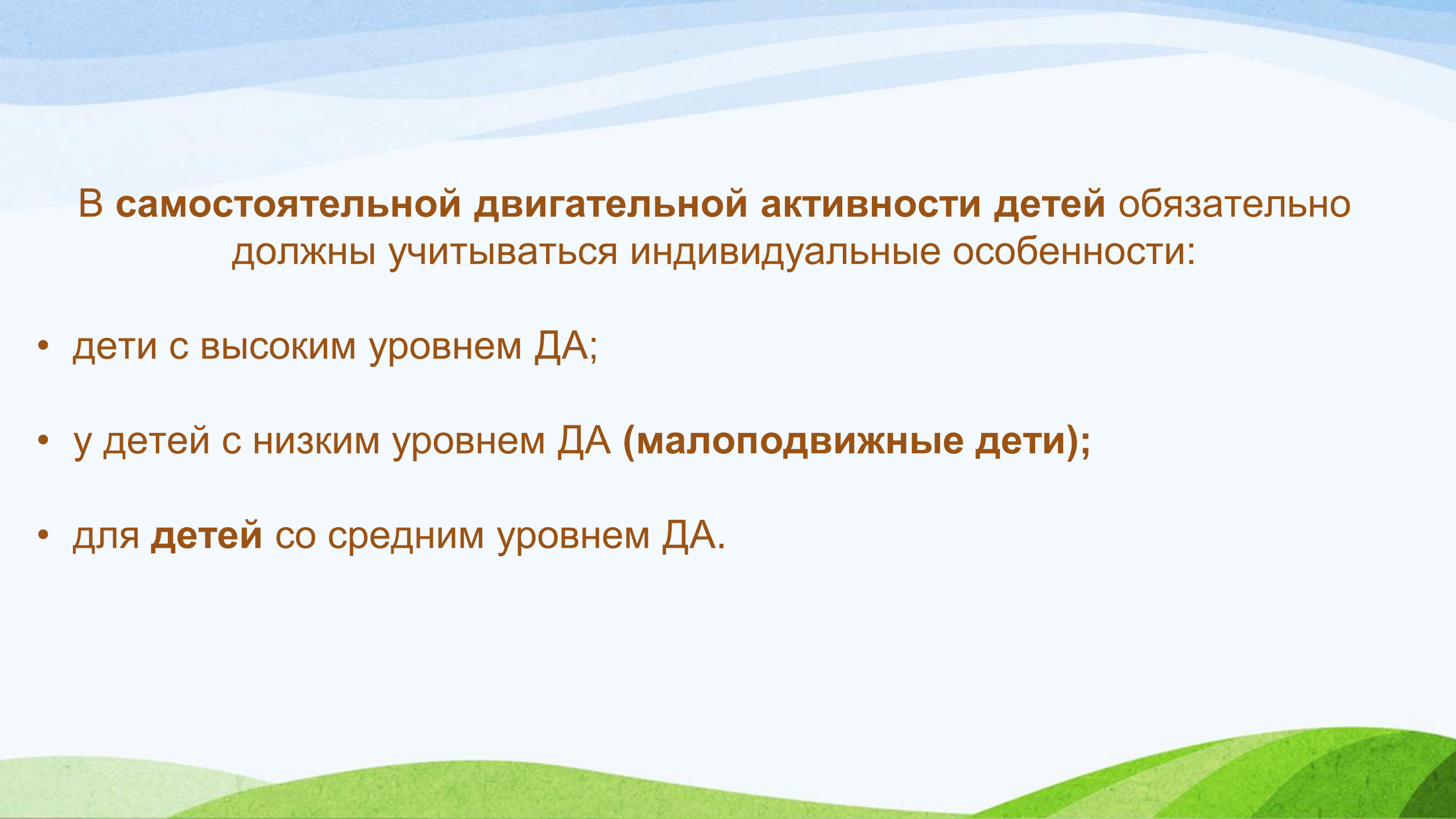
- условий (РППС);
- возраста детей (методы и приемы отличаются у разных возрастов);
- здоровья детей (индивидуальные особенности ребенка – форма организации (индивидуальная, подгруппа);
- природных (погодных) условий;
- требования СанПин.

Особенности усвоения движений детьми:

- подражательные движения
- игры и игровые упражнения
- активизация различных анализаторов (зрительного, слухового, тактильного и др.)
- все двигательные задания повторяются неоднократно
- организация физкультурно-игровой среды

Физкультурно-игровая среда

- комфортность и безопасность;
- обеспечение богатства сенсорных впечатлений;
- обеспечение самостоятельной индивидуальной деятельности;
- обеспечение возможности исследования.



В самостоятельной двигательной активности детей обязательно должны учитываться индивидуальные особенности:

- **дети с высоким уровнем ДА;**
- **у детей с низким уровнем ДА (малоподвижные дети);**
- **для детей со средним уровнем ДА.**

Методы и приёмы совместной и самостоятельной ДД

- показ движений (вызывая интерес к ним);
- объяснение выполнения двигательных заданий;
- использование игровых подражательных упражнений и игровых заданий;
- наблюдения за детьми, своевременное оказание необходимой помощи;
- привлечение детей к размещению физкультурно-игровых пособий;
- похвала, поощрение действий детей;
- стимулирование детей к движениям загадками, потешками, песенками, стихотворениями;
- предложение поиграть пособием, игрушкой, побуждающими к активным действиям;
- смена расположения игровых пособий, оборудования;
- показ разных способов действия с новым пособием исходя из свойств последнего;

• обучение детей разным способам передвижения по различным предметам

Особенности возраста

- возрастает стремление действовать самостоятельно;
- ребенок обладает сравнительно большим запасом движений, но еще не заботится о результатах своих действий, он поглощен процессом самих движений;
- рассматривает окружающее предметное пространство как свое и негативно реагирует на внедрение в него других детей и взрослых;
- период до четырех лет является подготовительным для освоения техники разнообразных движений.



Особенности организации совместной двигательной деятельности в младшем возрасте состоят из:

- прямого руководства педагога;
- постепенного перехода к самостоятельной деятельности.

СРЕДНЯЯ ГРУППА

По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения:

- самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;
- сохранять исходное положение;
- четко выполнять повороты в стороны;
- выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях);
- сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный);
- сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;
- энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия; *С* ловить мяч с расстояния 1,5 м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд; *С* принимать исходное положение при метании;
- ползать разными способами; подниматься по гимнастической стенке чередуя шаг, не пропуская реек, до 2 м;
- с разбега скользить по ледяным дорожкам;
- надевать и переносить лыжи под рукой, передвигаться по лыжне скользящим шагом, подниматься на горку ступающим шагом, «полуелочкой»;
- погружаться в воду с головой;
- выполнять 3—4 попеременных движения ногами вверх-вниз, сидя в воде; *С* двигаться ритмично, в соответствии с характером и темпом музыки.

Основные движения

- *Построение*
- *Перестроение*
- *Ходьба и равновесие*
- *Бег*
- *Прыжки*
- *Ползание и лазание*
- *Бросание и ловля, метание*

Общеразвивающие упражнения

- *Положения и движения туловища*
- *Положения и движения головы*
- *Положения и движения рук*
- *Исходные положения*

Спортивные упражнения

- *Плавание:*
- *Катание на двух- и трехколесном велосипеде;*
- *Катание на санках, лыжах и пр.*

Подвижные игры

- Воспитатель широко использует в разные режимные моменты подвижные игры для закрепления навыков основных движений у детей.
- Игры с бегом, прыжками, лазанием, бросанием и ловлей, на ориентировку в пространстве и внимание.

Упражнения для развития физических качеств

- *Упражнения и игры для развития быстроты движений*
- *Общеразвивающие упражнения с предметами и без них*
- *Игры и упражнения с предметами*
- *Игры и упражнения для развития скоростно-силовых качеств*
- *Игры и упражнения для развития силы*
- *Подвижные игры и игровые упражнения*

Упражнения на развитие гибкости

- *Упражнения с предметами и без предметов*
- *Общеразвивающие упражнения*
- *Упражнения с фитболами*
- *Подвижные игры.*

Основные педагогические факторы развития ребенка как субъекта двигательной деятельности:

- Создание условий для постепенного нарастания самостоятельности и активности ребенка (от поставленной воспитателем цели — к самостоятельному прогнозированию результата своей деятельности).
- Развитие познавательной деятельности ребенка, обеспечивающей самостоятельное накопление собственного содержания двигательной деятельности (двигательного опыта).
- Развитие способности к анализу результатов двигательной деятельности других детей и — постепенно — своей (в соответствии с поставленными целями).
- Использование развивающих игровых приемов, стимулирующих элементарное двигательное творчество и самостоятельность ребенка.

Педагогу рекомендуется конструировать:

- проблемные образовательные ситуации, стимулирующие элементарное экспериментирование в двигательной деятельности, самообучение, связанное с попытками выполнить разные упражнения, апробировать физкультурные пособия, обыгрывая их свойства и назначение;
- ситуации, в которых происходит обращение к памяти, анализ упражнений, сравнение, обобщение, взаимосвязь слова и наглядности, имеются творческие задания.

Физкультурно-игровая развивающая среда в средней группе детского сада

- Комфортность и безопасность.
- Обеспечение богатства сенсорных впечатлений. Пособия должны быть из разных материалов, разнообразных цветов, форм.
- Обеспечение самостоятельной индивидуальной деятельности.
- Обеспечение возможности исследования. Среда, развивающая движения, должна обеспечить возможность проб и ошибок, экспериментирования, испытания ребенком своих способностей, овладения культурой движений.

В физкультурных уголках следует иметь:

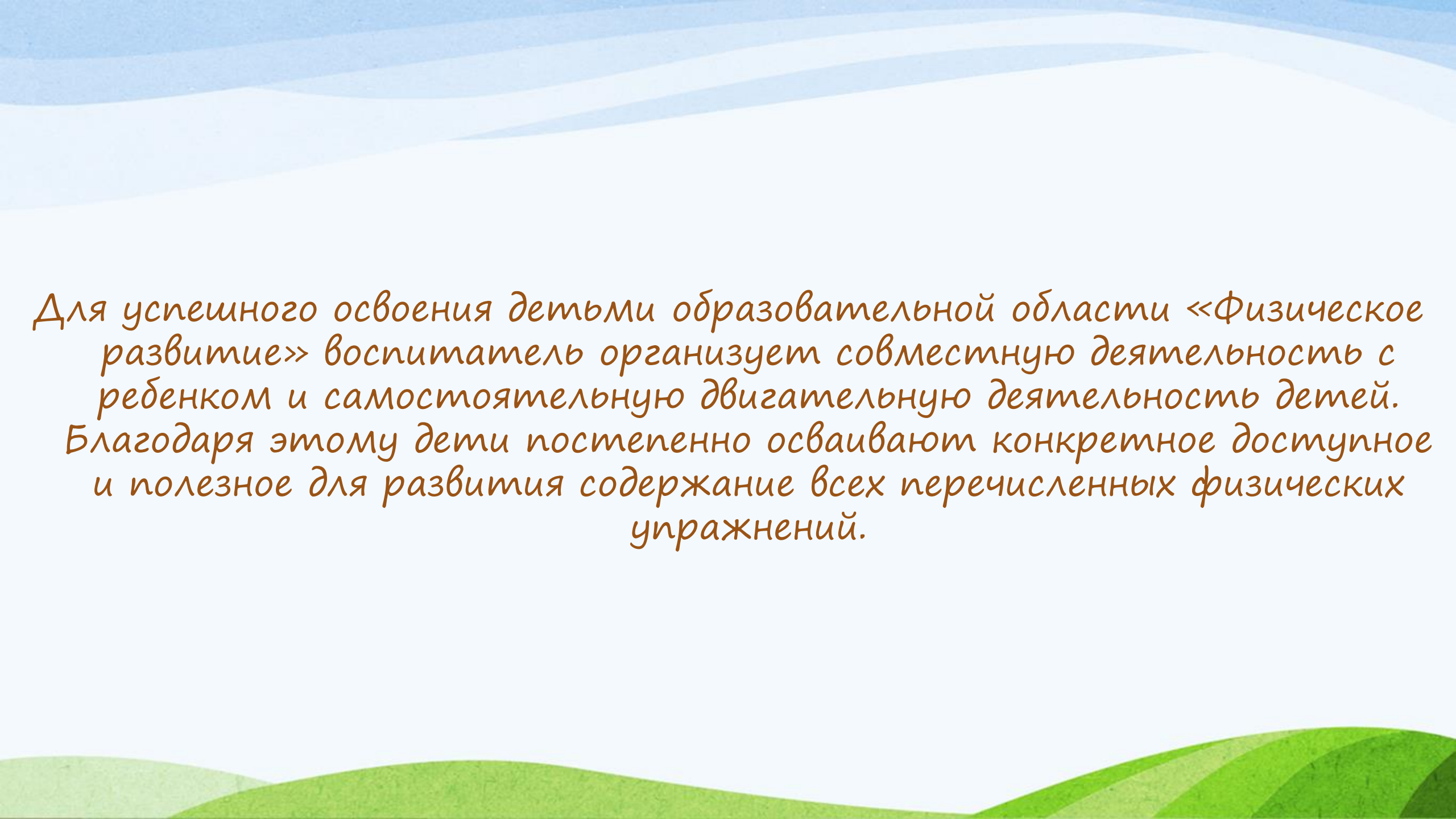
- напольный бум; гладкие и ребристые доски; массажные коврики; кегли; деревянные кубы; лестницы; шары и мячи из разных материалов, цветные и прозрачные, с различными наполнителями (диаметр: 60—65; 20—22; 15—18; 8 см); обручи большие и малые, округлые и плоские; короткие гимнастические палки; длинные и короткие скакалки и шнуры; дуги; кольца; колечки; шапочки-маски; мешочки с песком;
- флажки; «парашюты»; мишени горизонтальные и вертикальные; кольцобросы; качалки-лесенки; коляски; тележки; клеенчатые дорожки; дорожки со следами; мельницы; вертушки; кольцобросы в виде сюжетных игрушек; крупные мягкие многофункциональные игрушки.

У педагога должна быть

- карточка вариантов размещения физкультурных пособий в группе; игровых упражнений, игр для различных форм работы с детьми (физкультурных пауз, минуток, самостоятельной деятельности и др.).
- В группе должны быть карточки-схемы с изображениями различных физических упражнений; кубики с нарисованными на них человечками, выполняющими упражнения для разных частей тела («кубики здоровья»); плоскостные изображения человечков в фас и профиль с подвижными частями тела. Желательно иметь настольно-печатные игры, расширяющие представления детей о мире движений человека, спорте; дневники самоконтроля маленьких физкультурников; журналы физкультурных пауз, составленные детьми вместе с педагогами; фотографии детей группы, занимающихся упражнениями. Необходимы также разнообразные игрушки, пособия для развития мелкой моторики (мозаики, конструкторы, пособия для шнуровки, штриховки и т. п.).

Варианты организации непосредственно организованной образовательной деятельности возможны

- сюжетная (все содержание объединено единым сюжетом);
- игровая (4—5 игр с различной степенью подвижности с разными видами физических упражнений);
- тематическая (обучение спортивным упражнениям);
- комплексная (включающая материал, связанный с решением задач математического, речевого, экологического развития)



Для успешного освоения детьми образовательной области «Физическое развитие» воспитатель организует совместную деятельность с ребенком и самостоятельную двигательную деятельность детей. Благодаря этому дети постепенно осваивают конкретное доступное и полезное для развития содержание всех перечисленных физических упражнений.

Старший возраст

Работа с детьми старшей и подготовительной к школе групп в целом направлена на содействие гармоничному физическому развитию детей, развитие физических качеств, дальнейшее накопление и обогащение двигательного опыта, формирование уже осознаваемой потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Содержание ДД

- Основные движения:

- ☐ Самостоятельные перестроения
- ☐ Ходьба и упражнения в равновесии
- ☐ Бег
- ☐ Прыжки
- ☐ Бросание, ловля, метание
- ☐ Ползание, лазание

- Общеразвивающие упражнения:

- ☐ Исходные положения
- ☐ Положения и движения головы
- ☐ Положения и движения рук
- ☐ Положения и движения туловища
- ☐ Положения и движения ног

- Спортивные упражнения:

- ☐ Катание на санках
- ☐ Катание на лыжах
- ☐ Катание на велосипеде
- ☐ Плавание
- ☐ Туристические походы

- Подвижные игры:

- ☐ Игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием

- ☐ Городки

- ☐ Баскетбол

- ☐ Бадминтон

- ☐ Футбол

• Упражнения для развития физических качеств:

☐ Быстроты

☐ Быстроты реакции

☐ Способность в короткое время увеличивать темп движения

☐ Скоростно-силовых качеств

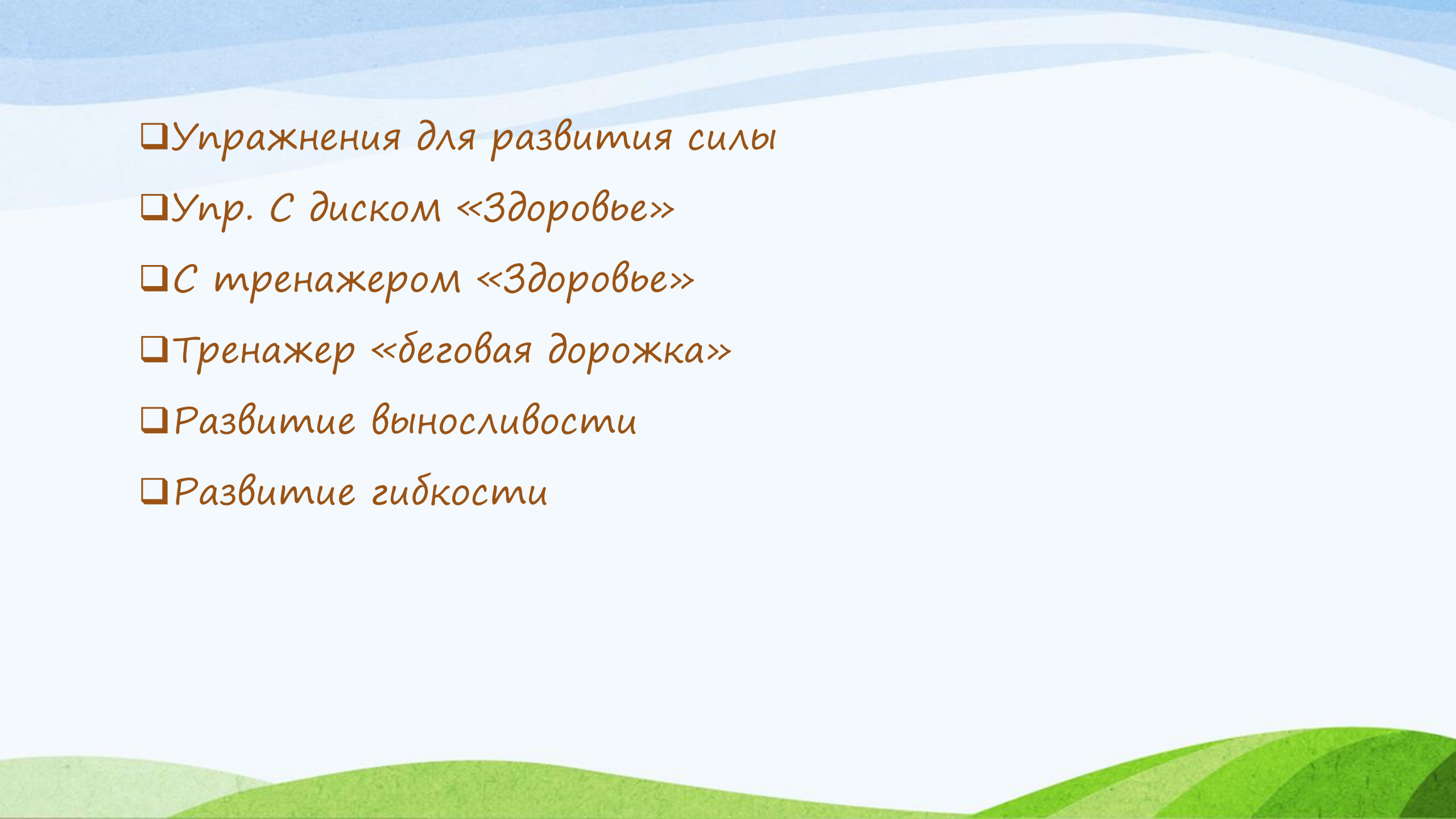
☐ С набивными мячами

☐ Подвижные игры

☐ Развитие ловкости

☐ Упр. с предметами (гимн. Палки, кольца)

☐ Упр. с фитболами

- 
- ❑ Упражнения для развития силы
 - ❑ Упр. С диском «Здоровье»
 - ❑ С тренажером «Здоровье»
 - ❑ Тренажер «беговая дорожка»
 - ❑ Развитие выносливости
 - ❑ Развитие гибкости

Методы руководства СДД:

- ❑ Физические упражнения – особый объект познания;
- ❑ Физкультурные пособия;
- ❑ Подводящие упражнения;
- ❑ Соревновательный метод;
- ❑ Организация подготовительного периода;
- ❑ Беседы, чтение, рассматривание картин
- ❑ Изобразительная деятельность;

Характеристика сформированности ДУ:

- ❑ Соблюдение дистанции
- ❑ выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки;
- ❑ ходить энергично, сохраняя правильную осанку; сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади опоры;
- ❑ энергично отталкиваться и выносить маховую ногу вверх в скоростном беге;
- ❑ точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой;

- ❑ выполнять разнообразные движения с мячами («школа мяча»);
- ❑ свободно, ритмично, быстро подниматься и спускаться по гимнастической стенке;
- ❑ самостоятельно проводить подвижные игры; выбивать городки с кона и с полукона;
- ❑ вести, передавать и забрасывать мяч в корзину, знать правила игры;
- ❑ передвигаться на лыжах переменным шагом;
- ❑ кататься на двухколесном велосипеде и самокате;
- ❑ держаться в воде и передвигаться в ней на расстояние до 10м

Особенности организации РППС в старшей группе

- Следует помнить, что позвоночник ребенка 5—7 лет очень чувствителен к деформирующим воздействиям. В тех местах группы, где у детей длительно сохраняются статические позы, необходимо продумать способы разминки (дартс, кольцобросы, кегли, серсо, баскетбольные кольца, мишени и шарики для бросания, подвески-колокольчики для вытягивания, воротца для подлезания). Воспитатель поддерживает попытки ребенка в правильной организации собственной деятельности, учит элементам разминки и релаксации с помощью специальных атрибутов.

Особенности организации РППС в старшей группе

- Необходимо развивать у ребенка представления о собственных возможностях и силах, учить познавать себя, используя самонаблюдения. Для этого есть разнообразные пути. Например, метки «Я расту» — повод для обсуждения: кто выше, кто ниже, на сколько сантиметров вырос ребенок за месяц, за три месяца, кто растет быстрее, кто медленнее.

Общая схема для перспективного плана

Образовательные ситуации на разучивание сложных основных движений и спортивных упражнений						Образовательные ситуации, подготавливающие к освоению нового двигательного опыта и закрепляющие имеющийся	
№ п/п	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения, спортивные упражнения	Способ организации и детей	Подвижные игры	Закрепление освоенных ранее основных движений и спортивных упражнений	Подготовительные упражнения (предварительное развитие физических качеств)
1	2	3	4	5	6	7	8

Литература

- Анисимова М. С., Хабарова Т. В. Двигательная деятельность детей 3-5 лет. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО-ПРЕСС», 2017. - 160 с. - (Методический комплект программы «Детство»);
- Грядкина Т. С. Образовательная область «Физическое развитие». Как работать по программе «Детство»: Учебно-методическое пособие / Т. С. Грядкина. Н. ред.: А. Г. Гогоберидзе. — СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016. — 144 с. (Методический комплект программы «Детство».);
- Рунова М. А. «Двигательная активность ребенка в детском саду», издательство МОЗАИКА - Синтез, Москва 2000 г.;
- Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2001 - 368 с.;
- Журнал «Дошкольное воспитание» №1 за 2004 г., статья «Организация самостоятельной двигательной деятельности»;