

МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



Бойко О.И.
МБДОУ ЦРР – «Детский сад № 116»
г. Барнаул



Понятие «двигательная активность» включает в себя сумму всех движений, выполняемых человеком в процессе жизнедеятельности

Двигательная активность способствует:

- повышению устойчивости организма к различным заболеваниям;
- росту физической работоспособности;
- нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем;
- появлению положительных эмоций, способствующих укреплению психического здоровья.



ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДА В ДОУ

- 1. Физкультурно-оздоровительные занятия в ходе режимных моментов, это:
 - -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



**Методы
организации
двигательной
активности
детей**

Наглядные методы

Словесные методы

Практические методы
(выполнение упражнений)

Игровые методы
(использование упражнений в
игровой форме)

Соревновательные методы
(использование упражнений в
соревновательной форме)



2. Организованная двигательная деятельность, включает в себя: ---

Физ.занятия

Хореография

Логоритмика

3. Самостоятельная двигательная деятельность : организуется в зависимости от инд. особенностей детей, проводится ежедневно в помещении и на открытом воздухе.

4. Физкультурно – оздоровительная дея-ть:

это Неделя здоровья (2 раза в год)

Дни здоровья (раз в квартал)

Физкультурный досуг (раз в месяц)

Физкультурный спортивный праздник (2 раза в год)

5. Совместная физкультурно – оздоровительная работа ДОО с семьями , подразумевает участие родителей (законных представителей) в физкультурно – оздоровительных массовых мероприятиях ДОО



Приемы организации двигательной активности детей

Наглядно – зрительные приемы

правильный, четкий показ образца движения или отдельных его элементов

Наглядно – слуховые приемы

представляют собой звуковую регуляцию движений. Они осуществляются под музыку, песни, ритм барабана, сопровождаются прибаутками, чтением стихотворений. Использование слуховой наглядности не только улучшает качество движений, «регулирует темп и ритм», но и вызывает у ребенка «эмоциональный подъем», желание выполнять движения.

Тактильно – мышечные приемы используются путем включения физкультурных пособий в двигательную деятельность детей. Например, в целях выработки навыка бега с высоким подъемом колена применяются поставленные в ряд воротца – дуги. Поднимание ног во время бега через эти дуги способствует приобретению ребенком навыка высокого поднимания колена. Тактильно - мышечная наглядность выражается и в непосредственной помощи воспитателя, уточняющего положение отдельных частей тела ребенка (например, выпрямление осанки путем прикосновения руки, вызывающее ощущение правильного мышечного тонуса).

Приемы словесного метода

краткое одновременное описание и объяснение новых движений, с опорой на имеющийся жизненный опыт и представления ребенка; пояснение, которое сопровождает показ движений или его элементов; указание о выполнении движений; беседа, предваряющая введение новых физических упражнений и подвижных игр; уточнение сюжета подвижных игр; вопросы детям, которые задаются до начала выполнения физических упражнений для выяснения осознанности последовательного выполнения двигательных действий ; команды, распоряжения, сигналы, требующие различной интонации, динамики и выразительности; считалки, короткие рифмованные стихи, применяемые детьми для определения ведущего, или распределения ролей в игре



*«Движение как таковое может по своему действию заменить любое средство, но все лечебные средства мира не могут заменить действия движения»
(Ж. Тиссо)*

