

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребёнка – детский сад № 233»
350089, г. Краснодар, ул. Бульварное Кольцо, 20, тел/факс 261-78-91,
dssad233@mail.ru, detsad233@kubannet.ru.

Консультация для воспитателей
«Взаимодействие инструктора по
физкультуре с педагогами ДОУ по вопросам
физического воспитания, сохранения и
укрепления здоровья детей».

Подготовила:
Инструктор по ФК
Куропятник М.В.

г. Краснодар

Цель: совершенствовать знания педагогов о постоянном взаимодействии инструктора по физической культуре и педагогов ДООУ по физическому воспитанию, сохранению и укреплению здоровья детей.

Задачи:

1. Совершенствовать знания педагогов по подготовке детей и проведения занятий по физической культуре.

2. Познакомить педагогов с требованиями к воспитателю в совместной работе по вопросам физического воспитания.

3. Вызвать желание постоянного сотрудничества педагогов с инструктором по физкультуре в ДООУ.

Одной из задач, реализуемой педагогическим коллективом нашего детского сада в этом учебном году является оптимизация работы по формированию у дошкольников потребности в двигательной активности, привычки здорового образа жизни. В дошкольном учреждении физкультурно-оздоровительная работа организуется воспитателем, инструктором по физическому воспитанию, инструктором лечебной физкультуры, инструктором по плаванию. Каждый из них выполняет работу в соответствии с должностными обязанностями. Требования к деятельности этих специалистов имеют отличия в зависимости от решаемых задач:

общей физической подготовки детей, двигательной реабилитации, обучения плаванию. Однако педагогическая деятельность каждого направлена на одного ребёнка, поэтому действия их должны быть согласованы между собой.

Требования к воспитателю:

1. Знает программу, в соответствии с которой претворяет на практике физическое совершенствование детей (цели, задачи, прогнозируемые результаты).

2. Проводит диагностику физического состояния детей по программе, реализуемой дошкольным учреждением.

3. Знает особенности состояния здоровья воспитанников и планирует занятия физическими упражнениями в соответствии с этими особенностями.

4. Организуя занятия физическими упражнениями с воспитанниками, применяет только методические материалы, рекомендованные органами образования (российскими, городскими, районными) для работы с детьми дошкольного возраста.

5. При проведении физкультурного занятия имеет план занятия, основанный на данных методических материалов.

6. Формирует у детей представления о гигиене и эстетике занятий физическими упражнениями (осанка, образцовый показ физических упражнений, проведение занятия в спортивной одежде и обуви и т.д.).

7. Использует средства физической культуры для воспитания нравственных (морально-волевых) качеств у своих воспитанников.

8. Контролирует физическую нагрузку детей по внешним признакам утомления.

9. Обеспечивает безопасность детей в процессе занятий физическими упражнениями.

10. Оказывает детям первую медицинскую помощь при несчастных случаях.

11. Планирует, проводит и анализирует физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня (утренняя гимнастика, физкультминутка, подвижные игры между занятиями и на улице, бодрящая гимнастика).

12. Планирует, проводит и анализирует физкультурно-массовую работу в группе (физкультурные досуги, физкультурные праздники и т.п.).

13. Создаёт условия в группе для самостоятельной двигательной деятельности детей.

14. Организует самостоятельную двигательную деятельность детей в группе и на прогулке.

15. Информировывает родителей об уровне физического состояния их детей и успешности в двигательной деятельности.

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Воспитатель сам переодевается в спортивную форму. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребёнка до самого низкого.

Важно, чтобы воспитатель знал свою роль в каждом виде деятельности. Он должен помочь детям лучше усвоить программное содержание. При этом его активность на занятии зависит прежде всего от возраста детей. Наиболее активная роль принадлежит воспитателю младшей группы. Воспитатель выполняет всё с самого начала занятия: с входом в зал, построения детей в шеренгу и до его окончания: выход из зала спокойным шагом.

В средней, старшей и подготовительных к школе группах воспитатель помогает физинструктору в перестроении детей, раздаче и сборе спортивного инвентаря.

Во время выполнений общеразвивающих упражнений и в основных видах движений воспитатель следит за исходным положением и качеством движений, делает по необходимости замечания детям или поощряет тех, которые верно справились с заданием, применяя самые разнообразные приёмы.

Во время подвижных игр воспитатель следит за детьми, чтобы они правильно передавали игровой образ, не нарушали установленные правила.

Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

Ежедневные занятия с каждым ребёнком, знание его интересов, способностей дают возможность воспитателю и инструктору по физическому воспитанию осуществлять физическое развитие всех детей.

Физинструктор консультирует воспитателей, даёт необходимые советы, оказывает помощь.

Особенно содержательная совместная работа с воспитателем и музыкальным руководителем проводится в ходе подготовки к утренней гимнастики, спортивным праздникам, досугам, развлечениям. Учитывая способности каждого воспитателя необходимо распределить роли для сюрпризных моментов праздника, отработать их, подобрать музыкальное сопровождение, песни, танцы.

Чтобы воспитатель был первым помощником физинструктора, с ним надо регулярно взаимодействовать. На консультациях знакомить воспитателей с планом работы, разрабатывать утреннюю гимнастику, обращать внимание на те умения и навыки, которыми должен овладеть каждый ребёнок, вместе обсуждать проведенные занятия, учитывать, кому из детей нужна индивидуальная помощь. А на практических занятиях помогать воспитателям, совершенствовать их навыки и умения.

Постоянная, совместная работа инструктора по физическому воспитанию и воспитателя группы может привести к желаемым результатам в решении задач общего физического воспитания дошкольников.

«Центр развития Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение муниципального образования город Краснодар
ребёнка – детский сад № 233»
350089, г. Краснодар, ул. Бульварное Кольцо, 20, тел/факс 261-78-91,
dssad233@mail.ru, detsad233@kubannet.ru.

Консультация для воспитателей «Планирование и организация спортивных игр на прогулке»

Подготовила:
Инструктор по ФК
Куропятник М.В.

г. Краснодар

В существующих современных программах воспитания детей, реализуемых сегодня педагогами дошкольных учреждений, перечислены спортивные игры и спортивные упражнения, которые могут быть включены в двигательный режим детского сада. Это хоккей, футбол, баскетбол, городки, настольный теннис, бадминтон, а также катание на санках, велосипеде и самокате, лыжах и коньках, плавание, скольжение по ледяной дорожке. В спортивной и педагогической литературе описано их содержание, однако большинство педагогов затрудняются в выстраивании системы обучения детей той или иной игре, спортивному упражнению и чаще всего ограничиваются тем, что выносят на прогулку спортивное оборудование и предоставляют детям полную самостоятельность в его использовании.

Но только целенаправленное, планомерное, не реже 1-2 раз в неделю обучение спортивным играм и спортивным упражнениям даст детям возможность по-настоящему ощутить азарт спортивной игры и её пользу. Поэтому я предложу вам краткое описание содержания спортивных игр и спортивных упражнений и систему подводящих упражнений, которые помогут детям овладеть их основными приёмами. Однако прежде чем приступить к систематическому обучению детей спортивным играм и спортивным упражнениям, необходимо познакомить их с различными видами спорта, спортсменами, провести экскурсию или целевую прогулку на стадион (городской, школьный, дворовый), рассмотреть иллюстрации. Цель их – вызвать интерес, сформировать желание заниматься спортом. Вторым этапом является накопление опыта общения с предметами: ракеткой, мячом, городками и т. д. Для этого целесообразно поместить их в спортивный уголок и дать возможность самостоятельно манипулировать ими и лишь после этого приступить к обучению. При этом следует помнить о строгом контроле за самочувствием детей и учитывать противопоказания при использовании отдельных видов движений. Например, детям, имеющим плоскостопие, не следует увлекаться ездой на велосипеде, детям с нарушением зрения противопоказан настольный теннис и т. д. А также спортивные игры и упражнения следует подбирать и проводить, исходя из научно обоснованных рекомендаций.

Правила подбора спортивных игр и упражнений

Главное правило подбора – соответствие спортивных игр и упражнений возрастным анатомо-физиологическим и психологическим особенностям дошкольников.

Функциональные возможности малышей ниже, чем у взрослых, что определяет ограниченное использование физических упражнений, требующих значительной физической нагрузки, выносливости. Свойственная дошкольникам непосредственность, некоторая импульсивность нервной деятельности ограничивает их возможности и в быстром ориентировании.

В работе с дошкольниками можно использовать такие спортивные игры и упражнения, в которых максимально доступные физические нагрузки

чередовались бы с минимальными или с расслаблениями мышц. Это спортивные игры, в которые входят основные движения – ходьба, бег, прыжки, бросание, ловля, метание мяча, лазание, пролезание и т. д. Именно такой характер имеют плавание, ходьба на лыжах, бег на коньках, спортивные игры- бадминтон, настольный теннис, городки, баскетбол.

Дошкольники ещё не умеют выполнять цепочки технических приёмов или тактических комбинаций спортивной игры, им доступны лишь начальные, элементарные приемы или отдельные простые комбинации.

Например, в бадминтоне: ударом ракетки послать волан в направлении к партнеру, а при возвращении волана – отбить; в волейболе: броском от груди послать мяч тем же приемом на другую сторону сетки; получая мяч от партнера, не отбивать его, а лишь ловить, снова повторить такой же прием броска.

Большое значение имеет использование в режиме дня различных спортивных игр и упражнений в комплексе. В комплекс включают упражнения, разные по двигательному содержанию, уровню усвоения и технической сложности. Разнообразие движений в них способствует улучшению общей физической подготовки детей. Использование упражнений с разным уровнем сложности облегчает организацию и педагогический контроль за их ходом. В таких условиях педагог может уделить больше внимания контролю за более сложными упражнениями в то время как другие дети будут самостоятельнее в простых.

При комплексном использовании легче удовлетворить индивидуальные склонности детей и сделать их интересы более разнообразными.

Спортивные игры и упражнения преимущественно проводятся на свежем воздухе. Поэтому, подбирая их, следует учитывать сезонные, погодные условия. Так, в теплое время года отдается предпочтение спортивным упражнениям и играм с мячом, бегу (умеренному, быстрому, на выносливость), играм в кегли, городки, настольный теннис, бадминтон, с элементами баскетбола, волейбола; купанию, плаванию, езде на велосипеде; зимой_ катанию на санках, развлечениям со снежками, скольжению на беговых дорожках, ходьбе на лыжах, бегу на коньках. Подбирая развлечения к тому или иному периоду дня, следует помнить о педагогических задачах, которые надлежит решить в предстоящем периоде, а также о физических нагрузках предыдущего.

Место спортивных игр и упражнений в режиме дошкольного учреждения.

Спортивные игры и упражнения в дошкольном учреждении следует использовать в разные периоды дня.

Утром, принимая малышей, можно привлечь к развлечениям небольшие группы детей в зависимости от их состояния. Дети, которые рано встают и пешком идут в детский сад, достаточно бодры, с удовольствием выполняют определенные движения. А те , которые встают поздно, приходят иногда сонные, вялые и не изъявляют желания двигаться. Таких ребят следует вовлекать в двигательную деятельность постепенно.

Утром нецелесообразно использовать спортивные игры и упражнения, вызывающие сильное эмоциональное возбуждение или требующие больших затрат физической энергии. Это будет истощать детей, снизит их возможности в овладениями знаниями, навыками и умениями на занятиях.

Это нужно учитывать и при подборе упражнений для вечернего времени, ведь вечером, через 2-3 часа после дневного отдыха, работоспособность детей начинает снижаться. Но и не сразу после сна, так как дети ещё вялые, поэтому нагрузку следует повышать постепенно, используя например, комплексы коррегирующей гимнастики. На дневной прогулке можно использовать спортивные игры и упражнения, с максимальной физиологической и эмоциональной нагрузкой. В эти отрезки режима дня изучаются основы техники видов спорта, которые будут ведущими в следующем и текущем сезонах. На дневной прогулке спортивным играм и упражнениям следует уделять больше внимания, чем во все остальные периоды дня. Но их место в течение прогулки определяется с учетом других видов деятельности: наблюдений за окружающим, трудом, играми, в частности творческими, и пр.

В начале прогулки спортивные игры и упражнения проводить не желательно. Тут целесообразно отдать предпочтение наблюдениям, чтобы сосредоточить внимание детей, которые ещё не увлеклись играми.

В дни когда нет физкультурных занятий на воздухе, можно использовать пешие переходы, создавать условия для самостоятельной двигательной деятельности детей, в процессе которой они могут возвращаться и к знакомым элементам техники спорта, упражнениям.

Общие положения руководства спортивными играми и упражнениями

Решающая роль в руководстве спортивными играми и упражнениями принадлежит воспитателю. Дошкольники не способны регулировать величину физических нагрузок, не умеют самостоятельно осваивать физические упражнения, предусмотренные программой. Им нужна помощь воспитателя в освоении техники и элементов тактики спортивных упражнений, игр. Поэтому педагог обязательно должен знать технику упражнений и элементов спортивных игр.

Насыщение режима дня детей разнообразными средствами физического воспитания при широком использовании подвижных игр, спортивных упражнений, развлечений – неотъемлемая часть повседневной воспитательно-образовательной работы. Нужно на практике реализовать требования программы по обучению детей спортивным упражнениям, элементам спортивных игр.

Собственный пример педагога, физическая подтянутость, бодрость, оптимистический настрой, искреннее стремление привить ребятам любовь к физической культуре благотворно влияют на них. Очень важно создать для развлечений условия, отвечающие гигиеническим и педагогическим требованиям: наличие свободного места, свежего воздуха, нужного оборудования и свободный доступ к нему, удобной одежды и обуви.

Для некоторых развлечений (например, бросание палки-биты в «городках») выбирают отдельное место на площадке, так как движения детей могут быть опасны для окружающих.

Утром, на прогулках воспитатель организывает ребят для участия в спортивных играх и упражнениях так, чтобы не препятствовать их личным замыслам в игровой деятельности. Поэтому не рекомендуется громко звать детей для участия в развлечениях. Повинуясь оклику воспитателя, они оставляют свои дела, что разрушает их творческие замыслы.

Если же сюжет творческих игр детей начинает угасать, а действия становятся бесцельными, можно с большой настойчивостью привлечь всех к развлечениям.

Руководя играми и упражнениями, воспитатель использует общеметодические приемы обучения и воспитания детей – объяснение, показ, вопрос, указание, оценку действий, поощрение, пример другого ребенка.

При этом следует все время поддерживать эмоциональный подъем детей. Длительная инструкция, детальный показ движений могут задержать начало развлечения, которое дети с нетерпением ждут, и, таким образом, охладить их желание. Всяческая поддержка эмоционального настроения ребят побуждает их к более энергичному выполнению движений, действий.

Из этих соображений объяснение и показ уместны до начала деятельности лишь в той мере, от которой зависят начальные действия участников, а затем в процессе деятельности можно дополнительно давать советы или указания.

С детьми 4-5 лет воспитатель – неперенный участник развлечений, особенно в том случае, если действия незнакомы малышам. Старшим дошкольникам педагог помогает начать развлечение, распределить роли, договориться о действиях, о порядке их выполнения, а потом уже наблюдает за ходом развлечения и вмешивается только при необходимости. Проводя спортивные упражнения с техническими усложнениями, воспитатель должен все время принимать участие в них.

Организовывая игры и упражнения с детьми младшего дошкольного возраста, воспитатель побуждает их лучше выполнять действия. Воспитанников этой возрастной группы привлекает не роль победителя, а само действие. Воспитатель в каждом случае словесно поощряет всех, кто правильно выполнил действия. Педагог следит, чтобы дети не переутомлялись. Необходимо учитывать, что физическая нагрузка действует на весь организм и вызывает изменение как в физиологическом, так и в психическом состоянии.

Руководя педагогическим процессом, воспитатель не может применять точных методов контроля за физическим и психическим состоянием детей. Однако он довольно оперативно может подсчитать частоту пульса и дыхания, что ориентировочно просигнализирует о приближении усталости или недостаточности нагрузки. Пульс подсчитывается за 10 с и множится на шесть, а дыхание – за 30 с и множится на два.

Внимательно наблюдая за внешними признаками физиологического состояния, замечаем отрицательные изменения его от переутомления. Об этом, например, свидетельствует покраснение или побледнение кожи лица, появление на лице и на волосах ребенка пота, заметная отдышка. Проникая в психику, переутомление приводит к тому, что исчезает интерес, ослабляются выдержка и внимание.

Вследствие переутомления детей ухудшается регулирующая роль высшей нервной системы. Внешне это выражается в утрате точности движений, деавтоматизации уже сформированных навыков, ухудшении пространственной ориентировки. В жаркую погоду тренировочный процесс должен быть короче, чем в прохладную, поскольку организм из-за большой теплоотдачи быстрее теряет влагу.

В начале обучения определенному виду спорта, когда у детей совсем ещё нет необходимых умений, длительность процесса должна быть ограниченной, так как при освоении нового дети затрачивают много лишних усилий, и это быстро истощает их. Тут следует ограничиться упражнениями в пределах 10 минут с накоплением умений затраты энергии можно регулировать за счет знакомого: упражняясь, дети повторяют один-два знакомых элемента спорта, а новый, например, один элемент техники. Благодаря этому можно повысить нагрузки, увеличивая продолжительность упражнений. Постепенно она увеличивается до 20 минут для детей шестого года жизни с короткими паузами на отдых.

«Центр развития Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар ребёнка – детский сад № 233»
350089, г. Краснодар, ул. Бульварное Кольцо, 20, тел/факс 261-78-91,
dssad233@mail.ru, detsad233@kubannet.ru.

Консультация для воспитателей «Планирование спортивных игр и развлечений»

Подготовила:
Инструктор по ФК
Куропятник М.В.

г. Краснодар

Обучение детей спортивным упражнениям и элементам спортивных игр в основном проводится на физкультурных занятиях, организуемых на воздухе. Но для того чтобы дети овладели навыками спортивных упражнений и научились играть в спортивные игры, необходимо постоянно повторять и закреплять их во время прогулок.

В каждом плане на неделю для закрепления необходимо планировать несколько видов спортивных игр и упражнений. В зависимости от погодных условий, наличия спортивного инвентаря, степени овладения детьми той или иной спортивной игрой и упражнениями воспитатель распределяет на все прогулки недели (утренние и вечерние). В одних случаях дети могут упражняться в нескольких видах игр, например: одни катаются на самокатах, другие играют в настольный теннис и бадминтон, а затем они меняются местами. В других случаях на прогулке планируется только один вид спортивных игр, например игра в городки. При этом дети должны играть только в присутствии воспитателя.

К участию в спортивных играх и упражнениях воспитатель вначале привлекает тех детей, которые недостаточно освоили упражнения на физкультурных занятиях. В дальнейшем нужно стремиться к тому, чтобы активно действовали все. Дети должны не только овладеть элементами спортивных игр, но и знать их основные правила, название частей используемого спортивного инвентаря, уметь ухаживать за ним.

Стоит так планировать игры на каждый день, чтобы в комплексе они составляли разнообразную по двигательному содержанию деятельность.

Качество организации и проведения спортивных игр и упражнений - от выбора до её окончания - зависит от психологической готовности взрослого к этой деятельности, его педагогических знаний, опыта и умения общаться с детьми.

Но одна из главных задач руководителя – суметь войти в детский коллектив, найти ключ к сердцу каждого ребенка, вжиться в сферу игровых действий. Иногда он может и сам вступать в игру. Это важно в тех случаях, когда необходимо наладить контакт или показать образец умения играть. Такое участие вызывает доверие к педагогу, который может войти в детский мир игры, оставаясь справедливым и авторитетным судьей.

Искренность и доброжелательность, жизнерадостность и открытость, сопереживание и умение помочь, заметить успехи – вот те качества, которые притягивают детей, вызывают их симпатию и уважение к взрослому, а иногда являются главным мотивом участия в игре.

Езда на самокате

Езда на самокате – упражнение, привлекательное для дошкольников. Ребенок осваивает движения также под руководством и контролем взрослого. Ребята должны отталкиваться попеременно как правой, так и левой ногой; катиться, поставив обе ноги на платформу. Важно, чтобы самокат был по росту ребенка, чтобы не создавались неблагоприятные условия для нарушения осанки, искривления позвоночника.

Катание на велосипеде

Катанию на двухколесном велосипеде можно обучать детей с 3-4 лет, научив прежде кататься на трехколесном велосипеде. Эта работа проводится на асфальтовом покрытии в теплое время года. Катание на велосипеде оказывает сильное воздействие на сердечно-сосудистую, дыхательную системы, способствует укреплению мышц, особенно ног стопы. У детей развивается быстрота, ловкость, равновесие, глазомер, координация движений, ориентировка в пространстве, ритмичность, сила, выносливость, повышается вестибулярная устойчивость.

Подготовительные упражнения:

1. Учить детей водить трехколесный велосипед, держа его за руль двумя руками.

2. Учить садиться на велосипед. Ребенок встает с левой стороны от велосипеда, переносит правую ногу через седло. Необходимо научить ребенка плавно нажимать на педали и ездить по прямой дорожке.

3. Катание на трехколесном велосипеде с поворотами вправо-влево, объездами вокруг предметов.

4. Катание на комбинированном (четырёхколесном) велосипеде - подготовка к обучению езде на двухколесном велосипеде. Основная цель – научить детей сохранять равновесие.

5. Учить водить двухколесный велосипед, держа его обеими руками за руль, выполнять разные повороты.

6. Езда с помощью взрослого, который держит велосипед за руль и седло, а потом только за седло.

7. Катание на велосипеде с отталкиванием от земли ногами. Это упражнение поможет детям научиться удерживать равновесие.

8. Езда на велосипеде прямо и с поворотами. Дети должны научиться без напряжения держать руль, глядя вперед на 5-10 м, ступни и колени – параллельно раме велосипеда. Носки ног нажимают на педали плавно, не отрываясь от них. При повороте руль направляют в сторону поворота. Взрослый идет рядом с ребенком, при необходимости поддерживает его за седло или за плечи, пока ребенок не научится двигаться свободно и уверенно.

9. Учить детей садиться на велосипед и сходить с него. Ребенок стоит слева от велосипеда, наклонив его к себе, переносит через седло правую ногу и ставит её на правую педаль. Затем, отталкиваясь левой ногой от земли, ребенок нажимает на педаль правой ногой и садится на велосипед. Сходить с велосипеда следует в обратном порядке: велосипед останавливают, наклоняют влево, ставят левую ногу на землю.

Можно научить детей садиться на велосипед и сходить с него другим способом. Держа велосипед за руль, встать левой ногой на педаль и отталкиваться правой ногой от земли, двигаться, перенося одновременно ногу через велосипед. Сходить с велосипеда следует также в обратном порядке.

10. Езда на велосипеде восьмеркой вокруг предметов.

Бадминтон

Игра проводится на площадке размером от 3,5 на 8 до 5 на 10 метров. Посередине на высоте 130 см натягивается сетка (или шнур). Играющие попеременно отбивают волан через сетку. Если попадавший допустил ошибку (дал упасть волану на свою площадку, отбил его за пределы площадки партнера или в сетку, ударил ободом ракетки), то подача переходит к другому игроку. Если ошибся защищающийся, то попадавшему засчитывается очко. Игра продолжается до 5,7 или 10 очков (по договоренности). Игра может состоять и из нескольких партий. Играют один на один, два на два или с большим составом команд, но каждому игроку очерчивают зону, за которую он не должен выходить, чтобы не мешать другим.

Подготовительные упражнения:

1. Обучение детей способу правильно держать ракетку.
2. Подбрасывание волана.
3. Жонглирование воланом.
4. Техника удара ракеткой справа, слева, над головой.
5. подача волана.
6. Игра вдвоем.

Овладев элементарной техникой и правилами игры в бадминтон, дети могут играть в неё через веревку или сетку в помещении и на участке.

Футбол

Для игры необходима площадка 30 на 15 м и футбольный мяч. Через центр площадки поперек её проводится линия. На торцевых сторонах стойками обозначаются ворота шириной 3-4 м. края площадки могут быть обозначены флажками: четырьмя угловыми и двумя средними.

В игре участвуют 2 команды по 5-7 игроков, включая вратаря. Один из игроков капитан. Капитаны бросают жребий, в результате один выбирает ворота, другой производит первый удар по мячу от центра поля в сторону команды противника. Игроки каждой команды стремятся серией передач подвести мяч к воротам соперника и забить гол. Задача противоположной команды – не пропустить мяч в ворота и перейти в атаку. Запрещается подставлять подножки, ударять игроков по ногам и толкать их руками, сильно отталкивать друг друга корпусом во время борьбы за мяч, отбирать мяч у вратаря. Игра длится 2 тайма по 15 минут.

Подготовительные упражнения:

1. Подпрыгивая на одной ноге, подошвой другой катать мяч вперед, назад, в стороны.
2. То же с поворотами в стороны и кругом.
3. Подбивание мяча подъемом ноги.
4. Сбивание кегли мячом с расстояния 2-3 м удобным способом.
5. Прокатывание мяча друг другу между предметами.
6. Прокатывание мяча ударом ноги под планкой, установленной на высоте 40-50 см.
7. Перебрасывание мяча через планку с подбиванием его подъемом ноги.
8. Ведение мяча бегом в прямом направлении.

9. Ведение мяча змейкой.

10. Передача мяча друг другу ударом ноги.

Волейбол

Для детского волейбола подойдет площадка 10 на 10 м. волейбольная сетка или шнур натягивается на уровне вытянутых рук ребенка.

Мяч перебрасывается через сетку сразу или через пас, он не должен касаться сетки во время подачи, но это допустимо в процессе игры. Задача играющих – не дать мячу коснуться земли на своей половине, а передавать его так, чтобы он упал на половине соперника. При подаче и передаче мяч не должен улететь за границы площадки, в этом случае не засчитывается очко и подача переходит к другой команде. Очко засчитывается, если мяч, перелетев сетку, коснулся земли на половине противника. Игра идет до 5 или 10 очков, продолжительность – 15 – 25 минут (2-3 партии).

Подготовительные упражнения:

1. Отбивание мяча пальцами или ладонями о стену на расстоянии 1 м от неё.

2. То же упражнение, но с продвижением вдоль стены приставным шагом вправо-влево.

3. Отбивание мяча о пол ладонями рук стоя на месте.

4. То же упражнение, но с продвижением вперед.

5. Отработка техники прямой подачи мяча: удар правой (левой - для леворуких детей) рукой – основанием ладони или сжатым кулаком.

6. Передача мяча в парах, на месте и в движении вперед приставным шагом.

7. Передача мяча друг другу верхней подачей (расстояние 2 м).

8. Перебрасывание мяча друг другу через сетку.

Баскетбол

С мячом диаметром 60-70 см дети играют с 3-4 лет, но в мини-баскетбол их можно обучать игре с 5-6 лет. Эти игры организуются на спортивной площадке размером 18 на 12 м, диаметр центрального круга для спорных бросков – 3 м, линия штрафного броска на расстоянии 3,6 м от щита, высота щита 2,6 м, нижний край щита на высоте 2,35 м от поверхности земли, размер щита 1,2 на 0,9 м, прямоугольник на щите размером 45 на 59 см, внутренний диаметр кольца 45 см, длина сетки 40 см, вес мяча 450-500 г, окружность – 60-73 см.

Обучение игре в мини-баскетбол, как, впрочем, и остальным спортивным играм и упражнениям, следует начинать с подготовительных упражнений, которые педагог организует по подгруппам или фронтально, последовательно отработывая их по предлагаемой схеме. Переходить от одного упражнения к следующему рекомендуется только после того, как оно освоено большинством детей группы.

Подготовительные упражнения:

Обучать детей правильно держать мяч, обхватив его с боков двумя ладонями;

Передавать мяч друг другу (от груди двумя руками, от плеча одной рукой в сочетании с движением);

Ловить мяч, летящий на разной высоте – на уровне груди, над головой, сбоку, внизу у пола, с разных сторон. При ловле научить детей правильному способу: встречать мяч руками как можно раньше, а как только мяч коснулся кончиков пальцев, схватить его и подтянуть к груди мягким движением;

Бросать мяч в корзину двумя руками, используя способ от груди и от плеча;

Ведение мяча ударами об пол одной рукой, используя разные варианты : передавая мяч из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, двигаясь с остановками. (Важно научить ребенка при ведении мяча накладывать кисть на мяч сверху и от себя, пальцы свободно расставлены, рука согнута.) мяч должен направляться вниз так, чтобы ударялся несколько сбоку от играющего и тот не мог подбить его ногой. На 2 шага приходится примерно один удар мячом.

Школа мяча

Упражнения с малым мячом могут быть использованы на физкультурном занятии, прогулке, в самостоятельных играх детей начиная с 4-5 лет.

Дети дошкольного возраста могут выполнять метание мяча на дальность и в цель. Для детей младшего возраста эти упражнения сложны, так как требуют хорошей координации движений, умение рассчитывать силу и точность броска в зависимости от расстояния до цели и её расположения (горизонтальная или вертикальная цель) поэтому с малышами проводят подготовительные упражнения, которые подводят к «Школе мяча».

Упражнения:

1.Мяч подбрасывают вверх и ловят его сначала обеими руками, а потом одной.

2.Мяч подбрасывают вверх, приседают. Дотрагиваясь пальцами носков ног, поднимаются и ловят мяч сначала двумя руками, а затем одной.

3.встают на расстоянии 1-2 м от стены, ударяют мячом о стену снизу вверх и ловят его сначала двумя руками, затем одной.

4.Поднятой левой рукой прикоснуться к стене, правой рукой перекидывать мяч снизу через левую руку и ловить мяч.

5.Поднимая слегка согнутую левую ногу, правой рукой перекидывать мяч снизу через неё и ловить мяч. При обучении этому движению можно опираться ногой о стену.

6.Мяч перекидывают над головой из правой руки в левую и обратно.

7.Мячом ударяют о землю и отбивают его после отскока несколько раз подряд одной, потом другой рукой (попеременно).

8.Мяч бросить высоко вверх, подпрыгнуть, повернуться на 180 или 360 градусов и поймать двумя руками. Повороты выполняются то вправо, то влево.

9. Наклонившись вперед, бросить мяч между ногами, выпрямиться и поймать его перед собой.

10. Мяч бросают правой рукой из-за спины и ловят его обеими руками. Усложнение : мяч бросают левой рукой и ловят правой.

11. Мяч бросают вверх, садятся на землю и ловят его, не поднимаясь, затем опять бросают вверх, поднимаются и ловят его.

Упражнения «Школы мяча» можно использовать как домашнее задание для детей в целях развития ручной моторики.

Школа скакалки

Прыжкам через скакалку лучше начинать обучать на прогулке, а затем закреплять и совершенствовать навыки на физкультурных занятиях и в повседневной жизни. Целесообразнее предложить детям сначала короткую скакалку, так как при упражнении с ней ребенок сам координирует движения, не согласуя их с движениями вращающегося длинную скакалку. Упражнениями с короткой и длинной скакалкой ребенок может овладеть уже в 4-5 лет.

Короткую скакалку необходимо подобрать по росту ребенка. Для этого ребенок встает обеими ногами на середину скакалки (ноги на ширине плеч) и поднимает руки со скакалкой чуть выше уровня пояса.

Упражнения:

1. Обучение упражнениям со скакалкой целесообразно начинать с выработки правильного навыка вращения скакалки. Скакалку, сложенную вдвое, дети вращают правой и левой рукой. Вращение скакалки производят движением кисти.

2. Вращение скакалки одной рукой с правой и левой стороны одновременно с подскоками. Подскок следует выполнять во время удара скакалки о землю.

3. Перебросив скакалку сзади, переступить через неё. Упражнение выполняется сначала в медленном темпе, затем быстро.

4. Прыжок через скакалку одновременно двумя ногами.

5. Во время прыжка, выполненного выше, чем обычно, сделать два оборота скакалки.

6. Прыжки впрыядку.

7. Прыжки на одной ноге попеременно по два раза на правой и левой ноге.

8. Прыжок на одной ноге, другая нога выпрямлена вперед, назад или в сторону.

9. Бег со скакалкой с одновременным вращением и прыжками через неё.

10. Прыжки с одновременным вращением скакалки в боковом направлении: правую руку держа сзади, левую впереди, влево - левую руку держа сзади, правую впереди.

11. Прыжки через скакалку. Держать оба конца в одной руке и описывать круг над землей.

12. Прыжки с разным положением ног – со скрещенными ногами, на ширине плеч, одна нога впереди, другая сзади.

Этапы подготовки в проведении спортивных игр:

Выбор игры. Подготовка места для игры. Подготовка инвентаря. Разметка площадки. Расстановка играющих. Объяснение правил и хода игры. Распределение по командам. Судейство. Дозировка нагрузки. Окончание игры. Подведение итогов.

Серсо

Игра легче усваивается детьми при соблюдении определенной последовательности:

Подбросить кольцо вверх и поймать на руку;

Подбросить кольцо вверх одной рукой, поймать на кий.

Игра вдвоем: кольца сначала ловят на руку; потом на кий с расстояния 2-3 м ;

Один играющий кием бросает кольца (4-6шт.),второй ловит (расстояние 3-4 м). Когда все кольца брошены, подсчитывают число пойманных и меняются ролями. Выигрывает тот, кто поймал больше колец.

Кольцеброс

Это доска с укрепленными на ней кольшками высотой 15- 20 см. на кольшки набрасывают резиновые, фанерные, пластмассовые кольца диаметром 15-20см (ширина кольца 2см). Кольцебросы могут быть расположены горизонтально, наклонно. Они дают возможность организовать упражнения в метании, развивают глазомер, точность движений. Расстояние для броска постепенно увеличиваются с 1,5 до 3-4 м.

Одна из разновидностей кольцеброса – мишень- качалка. Один играющий её раскачивает, второй бросает кольца, стараясь надеть их на качающуюся стойку (высота 30-40 см). Выигрывает накинувший большее количество колец.

«Центр развития Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение муниципального образования город Краснодар
ребёнка – детский сад № 233»
350089, г. Краснодар, ул. Бульварное Кольцо, 20, тел/факс 261-78-91,
dssad233@mail.ru, detsad233@kubannet.ru.

Консультация для воспитателей «Физкультурные праздники и досуги в детском саду»

Подготовила:
Инструктор по ФК
Куропятник М.В.

В детском саду ребенок получает всестороннее воспитание. В процессе разнообразной деятельности под руководством педагогов он развивается умственно, воспитывается эстетически, физически, нравственно. При этом очень важно, чтобы все, что ребенок узнает, все, чем он овладевает, было эмоционально окрашено.

Эмоции в жизни ребенка играют очень важную роль. Известный советский физиолог Н.М. Щелованов писал: «Эмоции не только составляют наиболее ценное психологическое содержание жизни ребенка, но и имеют очень важное физиологическое значение в жизнедеятельности организма». Самая ранняя стадия общения ребенка с миром - стадия эмоциональная. Таким образом, положительная эмоциональная обстановка должна быть постоянна в детском саду. Этому в значительной мере способствуют различные формы досугов: музыкальные, физкультурные, и т.д. Особое место занимают физкультурные праздники и досуги. Физическая деятельность сама по себе приятна. Мышечное движение есть источник сильнейшей радости, которую И.П. Павлов так и " называл «чувство мышечной радости». Умеренная мышечная нагрузка всегда улучшает самочувствие и поднимает настроение. Физические нагрузки лучший способ разрядки. Физкультурные праздники и досуги при правильном подборе входящих в них элементов могут стать эффективным средством воздействия на личность ребенка. Они способствуют развитию мышления, воображения, целеустремленности, а также формированию чувства ответственности, приучают сдерживать свои желания, проявлять решительность. Физкультурные праздники и досуги позволяют педагогу, не снижая общего эмоционального состояния, стимулировать активность каждого ребенка, с учетом его индивидуальных особенностей; дифференцированно подходить к оценке результатов его действий; не разочаровывать излишними замечаниями и критикой, а дать возможность испытать приятное ощущение радости от выполняемых им и другими детьми движений; радоваться успехам другого. При проведении досугов все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более непосредственно чем на физкультурном занятии, и это раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения. Более естественно использовать те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, проявлять своеобразный артистизм, эстетичность в движениях. Хорошо, когда физкультурные праздники и досуги сопровождаются музыкой: это благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляет умения двигаться под музыку, понимать характер музыкального произведения, развивает музыкальный слух, память. Практика показывает, что существует противоречие между необходимостью использования физкультурных праздников и досугов как эффективные формы работы детского сада с семьей и тем, что родители не проявляют должного участия и внимания данной форме взаимодействия. Данное противоречие

обусловило проблему исследования – как построить работу детского сада по приобщению родителей к участию в физкультурных праздниках и досугов, чтобы как можно оптимально активизировать родителей с разным уровнем заинтересованности в участии в данных мероприятиях. Данная проблема опередила цель исследования – как построить работу по проведению физкультурных праздников и досугов, чтобы эта работа стала эффективной формой взаимодействия и заинтересованности родителей. Объект: форма работы детского сада с семьей. Предмет: физкультурные праздники и досуги как форма работы детского сада с семьей. Гипотеза: Мы предполагаем, что физкультурные праздники и досуги будут эффективной формой работы детского сада с семьей если: будут выбраны методы и приемы в работе с родителями различного уровня заинтересованности.

Для проверки гипотезы в исследовании были поставлены следующие задачи:

1. Изучить методическую литературу по проблеме.
2. Выявить реальное состояние проблемы.
3. Обосновать и экспериментально проверить предположение.
4. Установить пути повышения заинтересованности.

Методы исследования: анализ литературных источников, анкетирование, естественный эксперимент.

«Центр развития Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение муниципального образования город Краснодар
ребёнка – детский сад № 233»
350089, г. Краснодар, ул. Бульварное Кольцо, 20, тел/факс 261-78-91,
dssad233@mail.ru, detsad233@kubannet.ru.

Консультация для воспитателей

«Значение физкультурных праздников и досугов»

Подготовила:
Инструктор по ФК
Куропятник М.В.

В системе физического воспитания ребенка дошкольника прочное место заняли физкультурные праздники, которые зарекомендовали себя как наиболее приемлемая и эффективная форма активного отдыха детей. Многолетняя практика работы детских дошкольных учреждений показала значимость физкультурного праздника в активном приобщении каждого ребенка к занятиям физической культурой. Опыт организаций физкультурных праздников показал их положительное влияние на воспитание у детей интереса к активной двигательной деятельности, а также повышение роли семьи и детского сада в решении задач физического воспитания. Целью таких праздников является активное участие всего детского коллектива группы, посредством чего выявляется двигательная подготовленность детей, умение проявлять физические качества в необычных условиях и игровых ситуациях. В программу включаются физические упражнения, игры с элементами спорта и подвижные игры, спортивные упражнения, игры - эстафеты, а также занимательные викторины и загадки. Широкое использование музыкальных произведений, игровых приемов (построение сценария в сюжетной форме) делает праздник эмоционально ярким, запоминающимся событием в жизни ребенка. На праздник к детям приглашаются школьники - бывшие воспитанники дошкольного учреждения, спортсмены, активными его участниками являются родители. Не остаются безучастными и дети - болельщики, для них проводятся конкурсы и аттракционы. Интересно проходят летние и зимние физкультурные праздники, под девизами: «Будем спортом заниматься», «Зимушка - зима», «Зимние забавы», «Праздник Нептуна». В форме занимательного сюжета с детьми проводятся разнообразные упражнения и игры в воде. Физкультурные праздники являются важной организационной формой работы, которая имеет большое значение для комплексной реализации широкого круга оздоровительных и воспитательных задач. В рациональном сочетании с другими видами работы по физическому воспитанию, они помогают создать целесообразный двигательный режим, который служит повышению функциональных возможностей, улучшению работоспособности и закаленности детей. Физкультурные праздники значимы для всестороннего развития и воспитания ребят. Во время праздника они принимают заинтересованное участие в разнообразной двигательной деятельности - упражнениях, подвижных и спортивных играх, эстафетах, танцах, аттракционах. Действуя с большим эмоциональным подъемом, стремясь к достижению лучших результатов в условиях соревнования, дети совершенствуются физически. Проявление самостоятельности и инициативы в коллективе сверстников способствуют активному применению дошкольниками приобретенных ранее двигательных умений и навыков, развитию ловкости, быстроты, силы, выносливости, ориентировки в пространстве и др. полезных качеств и способностей.

Участие в праздниках и подготовка к ним приносят большое эмоциональное и эстетическое удовлетворение, объединяет детей и взрослых общими радостными переживаниями, надолго остаются в памяти как яркое событие. Совместная с товарищами деятельность, игры, красочное оформление места проведения праздника и отдельных видов соревнований, оригинальные костюмы, красивые цветные эмблемы, звучание музыки, торжественное открытие и закрытие праздника влияют на развитие у ребят чувства красоты, хорошего вкуса, воображения. Все это стимулирует их творчество. Воспитатели привлекают детей к изготовлению различных поделок, для украшения спортивной площадки и гимнастического зала, расчистки катка, прокладывания лыжни, разметки беговых и велосипедных дорожек, мест для игр, а также подбору и размещению физкультурного оборудования и инвентаря, подготовки костюмов, атрибутов праздника. Даже самые маленькие, не только участники, но и болельщики, получают задания, соответствующие их подготовленности. Вследствие такой разносторонней творческой деятельности решаются многие задачи трудового воспитания. Дети обогащаются новыми представлениями и знаниями, у них пробуждается интерес к окружающему, пониманию идейной направленности физкультурного праздника определенной тематики. Праздники помогают донести до осознания маленьких граждан представления о явлениях общественной жизни. Воспитывать уважение к людям разных профессий, привлекать внимание к выдающимся спортивным достижениям. Пробуждать чувство любви к родному краю и дружба к народам.

Физкультурные праздники оказывают действительное влияние на формирование детской личности. Совместная деятельность, достижение хороших результатов командой, преодоление трудностей сплачивает коллектив, вызывает чувство ответственности (индивидуальной и коллективной). Дети приучаются сопереживать успехам и неудачам товарищей, уметь радоваться их достижениям, поддерживать хорошие, дружеские взаимоотношения между собой, быть предупредительными и заботливыми к младшим по возрасту. У них воспитывается стремление добиваться не только высоких индивидуальных, но и командных успехов. При этом развивается уважение к партнерам по игре, команде соперников. Соревновательный характер проведения игр и упражнений на празднике способствует воспитанию целеустремленности, настойчивости и находчивости, смелости, решительности и других морально волевых качеств. Участие в физкультурных праздниках помогает детям глубже осознать значение систематических упражнений в двигательных действиях, достижении желаемых результатов, пробуждает интерес к регулярным занятиям физической культурой. Большое значение имеет слаженное действие взрослых - сотрудников дошкольного учреждения, родителей, представителей шефствующих предприятий и спортивных организаций, их совместное участие в подготовке к программе праздника (веселых играх, плясках, соревнованиях, аттракционах, песнях и т.п.)

Положительный пример взрослых служит повышению родительского авторитета. Привлечение их к участию в детских физкультурных праздниках содействует пропаганде физической культуре и спорта среди широких слоев населения и является одной из форм работы коллектива дошкольного учреждения с родителями по физвоспитанию. Кроме того, физкультурные праздники содействуют улучшению физкультурно-массовой работы среди детей и взрослых.

Физкультурный досуг

Физкультурный досуг - одна из наиболее эффективных форм активного отдыха. Его содержание составляют физические упражнения, которые проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.). Физкультурные досуги способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

Вывод

Важнейшим фактором, оказывающим всестороннее влияние на укрепление детского организма, является физическая культура. Актуальной задачей является привитие детям стойкого интереса к занятиям физическими упражнениями, обучение их доступным двигательным умениям. Усиливается интерес и внимание к организации физической культуры во дворах жилых домов. Родители проявляют большую заинтересованность в том, чтобы в режиме ежедневно предусматривалась их двигательная активность.

Более полное использование всех возможностей физической культуры достигается в совместной работе дошкольного учреждения и семьи. Если меры по укреплению здоровья ребенка, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и подвижными играми в семейных условиях (с учетом индивидуальности ребенка), использованием разнообразных средств у него развиваются индивидуальные склонности и интересы.

Семья во многом определяет отношение детей к физическим упражнениям, их интерес к спорту, активность и инициативу. Этому способствует близкое эмоциональное общение детей и взрослых в разных ситуациях, естественно возникающая в их совместной деятельности.

Физкультурные праздники значимы для всестороннего развития и воспитания детей. Во время праздника они принимают заинтересованное участие в разнообразной двигательной деятельности - упражнениях, подвижных и спортивных играх, эстафетах, танцах, аттракционах. Действуя с большим эмоциональным подъемом, стремясь к достижениям лучших

результатов в условиях соревнования, дети совершенствуются физически. Проявлении самостоятельности и инициативы в коллективе сверстников способствует активному применению дошкольниками приобретенных ранее двигательных, навыков и умений, развитию ловкости, быстроты, силы, выносливости, ориентировки в пространстве и других полезных качеств и умений.

Участие в праздниках и подготовка к ним приносят большое эмоциональное и эстетическое удовлетворение, объединяют детей и взрослых общими радостными переживаниями, надолго остаются в памяти, как яркое событие. Совместная с товарищами деятельность, игры, красочное оформление места проведения праздников, звучание музыки, торжественное открытие и закрытие праздника влияют на развитие вкуса, воображения. Все это стимулирует их творчество. Вследствие такой разносторонней деятельности решаются многие задачи трудового воспитания, оказывают влияние на формирование детской личности.

«Центр развития Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар ребёнка – детский сад № 233»
350089, г. Краснодар, ул. Бульварное Кольцо, 20, тел/факс 261-78-91,
dssad233@mail.ru, detsad233@kubannet.ru.

**Консультация для воспитателей
«Формирование творческой
активности детей дошкольного
возраста на физкультурных
занятиях»**

Подготовила:
Инструктор по ФК
Куропятник М.В.

г. Краснодар

«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегает, кричит, пусть он находится в постоянном движении».

Жан Жак Руссо

Здорового ребенка не нужно заставлять заниматься физкультурой – он сам нуждается в движении и охотно выполняет все новые и новые задания. Если же у ребенка нет желания заниматься, следует проанализировать причины такого негативного отношения к занятиям и в дальнейшем создавать более благоприятные условия. Хотя, признаться честно, в моей практике таких случаев я не припомню, за исключением моментов, когда ребенок недомогал. Я никогда не принуждаю детей к выполнению того или иного движения, занятия свои не превращаю в скучное времяпрепровождение. Ведь дошкольники еще не испытывают потребности учиться в буквальном смысле слова. В связи с этим занятия выстраиваю таким образом, чтобы постепенно вовлекать детей во все новые игры и забавы, систематически повторяя их, чтобы малыши закрепили изученные движения. Пробудить интерес к занятиям помогает также демонстрация их умений перед сверстниками. Так постепенно я развиваю у ребят уверенность в своих силах и стремление «идти» дальше, осваивая новые, более сложные движения и игры.

Я считаю, что физкультурное занятие – наиболее эффективная школа обучения движениям. Комплексность нагрузки, единство оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, характерные для физкультурных занятий, получают качественно новое звучание в свете современных требований развивающего образования. Детей необходимо активно приобщать к здоровому образу жизни, приучать осознанно манипулировать движениями – видоизменять, придумывать, выбирать наиболее целесообразный способ действия, передавать в движении эмоциональное состояние, входить в воображаемую ситуацию. Словом, в обучении движениям я выделяю специфическую направленность: научить детей не подражать, а сотворять. Главное в этом направлении – активно поддерживать в детях стремление к творчеству, как при выполнении отдельных двигательных заданий на первом этапе обучения, так и в направленных физкультурных занятиях.

В самом деле, прыгать, к примеру, по очереди через разложенный на полу «ручеек», предварительно сгибая ноги в коленях и стараясь не наступить на линию, довольно скучное и не каждому малышу понятное, а значит и малопродуктивное занятие. Я делаю по-другому. Раскладываю много «ручечков»: широких и узких, коротких и подлиннее, да еще приговариваю, что текут они в разные стороны. Дети прыгают, кто через какой хочет, меняются местами, ведь каждому хочется попробовать перепрыгнуть и через тот, и через другой. В такой ситуации я предоставляю детям возможность выбирать, и это самое начало их творческих, еще не осознаваемых поисков. Такой подход поддерживает интерес к процессу обучения, стремление многократно повторять

движение. Моя задача на этом этапе – наблюдать, индивидуально корректировать движения. Обязательно делаю предметом общего внимания действия некоторых, не очень уверенных в себе ребят. Это помогает им поверить в свои силы и возможности. Например: «Посмотрите, какой Денис молодец, выбрал самый широкий ручеек, видите, как сильно размахнулся руками, чтобы дальше прыгнуть!»

Внимание к технике выполнения на начальном этапе обучения я считаю не столь важным. Главное – вызвать в детях желание действовать. Приведу еще пример. Традиционный прием – все должны идти друг за другом в гости к Зайчику по одному мостику. Это неудобно: образуется очередь, детям приходится ждать, снижается плотность занятия. Тяжелое испытание для малышей, должна вам сказать. Поэтому разнообразных мостиков должно быть несколько: доска, лежащая на полу; приподнятые бруски; куски фанеры в виде прямоугольников, кругов, квадратов. И вовсе не обязательно раскладывать все это в ряд, оборудование должно быть расположено по периметру зала. Склонный подражать малыш захочет пройти по всем мостикам. В дальнейшем я предлагаю детям идти по мостикам так, как это делает «хозяин домика». Если идем в гости к Петушку – высоко поднимать колени, к медвежонку – на четвереньках, к мышке – на носочках. Вариаций множество, стоит только подключить фантазию. Зачастую дети сами предлагают интересные варианты. В этом случае просто и естественно решается проблема двигательной активности – дети движутся все одновременно, в удобном для каждого ритме и темпе. И что особенно радует, все действия они выполняют с большим удовольствием, без принуждения.

Всем, кто занимается с маленькими детьми физкультурой, известно, что довольно сложно научить их построениям и перестроениям. Справиться с этой задачей мне опять же помогает творческий подход. Поделюсь опытом, как подвести детей к построению в колонну посредством игровых заданий с куклами. Куклы сидят в домиках - плоских обручах, лежащих в ряд (по числу детей). Предлагаю детям научить своих кукол заниматься физкультурой.

- встаньте рядом с куклой, кто с какой хочет...
- погуляйте со своей куклой...
- отнесите куклу в свой домик...
- погуляйте теперь сами...

Затем предлагаю детям выполнить упражнения с куклами. Дальше на протяжении всего занятия ребята занимаются с куклами: катают ей мяч, водят вокруг хоровод, танцуют с куклами.

Возможности для развития двигательной инициативы, для проявления творческих начал многократно увеличиваются в старшем дошкольном возрасте. На каждом физкультурном занятии находится место для творческих заданий, для самовыражения каждого ребенка, для проявления инициативы, выдумки, импровизации. Дети становятся старше, возрастает их общий и двигательный опыт. Это дает мне большую свободу

педагогического общения, позволяет побуждать детей к инициативным действиям уже на уровне формирования игрового замысла. На этом этапе ребята любят экспериментировать с движениями, видоизменять их в зависимости от ситуации. Например, я даю такие задания:

- представьте, что вы идете по горячему песку босиком, покажите, как можно идти, чтобы песок не сильно обжигал ноги;

- подумайте и постройте с помощью своего тела высокий и низкий мостики;

- вы - грациозные кошки, лакающие из миски молоко;

- посмотрите вокруг и выберите предметы, из которых можно построить тоннель, сквозь него мы будем проползать на четвереньках.

Конечно, я при этом использую средства художественной выразительности – соответствующую интонацию голоса, мимику, жесты. Самое главное – я должна быть уверена, что мой способ подачи двигательного задания вызовет у детей адекватную реакцию. К примеру, дети младшего и среднего дошкольного возраста прекрасно воспринимают упражнения в сюжетной форме. А ребятам постарше уже понятна смысловая сторона движения, они более самостоятельны, инициативны. Я всегда приветствую и стимулирую умения ребенка самостоятельно найти оригинальный способ решения поставленной двигательной задачи. Таким образом, основой импровизационных реакций детей является развитое воображение. Предопределяет его развитие целенаправленное формирование двигательного опыта, стержнем которого является возможность выбора.

Далее я хочу продемонстрировать творческие возможности физкультурных занятий разных типов. Свои занятия я не обязательно начинаю привычными построениями и перестроениями. Вместо этого использую игры с элементами строя. Например, такие: «Найди себе пару», «Плетень», «Чье звено быстрее построится», «За самым высоким или самым низким» и другие. Очень нравятся детям игровые задания типа «Построй, как хочешь»: во время движения в рассыпную я называю ребенка, который подает соответствующий сигнал, строя детей по своему желанию в любом месте физкультурного зала. Чувствовать ритм, менять способ движения помогает, конечно, и музыка. Детям нравится смена музыкального сопровождения, они чутко чувствуют характер музыки.

Во время общеразвивающих упражнений часто прибегаю к такому приему: только называю знакомое упражнение, давая детям возможность вспомнить. Еще ребятам нравится, когда я предлагаю им самим придумывать упражнения (однако, подсказываю, для какой части тела они должны быть). Порой дети удивляют и даже поражают меня своей выдумкой, находчивостью. Мне очень нравится та непосредственность и искренность, с которой они включаются в задание-игру. Но для того, чтобы старшие дети успешно справлялись с подобными заданиями, уже в младших группах я предлагаю во время выполнения упражнений последний повтор сделать самостоятельно, при этом выделяя, похваливая

тех детей, у которых получается лучше. Стараюсь никого вниманием не обойти. Кстати, хочу заметить: если предусмотрено придумывание упражнений детьми, то целесообразней использовать построение врассыпную – так они лучше видят друг друга.

Основные движения: прыжки, метание, лазание, упражнения в равновесии – стержень любого типового физкультурного занятия. Осваивать их нужно не только посредством прямого обучения (используя показ и объяснение), но и через игровые задания. Я заинтересовываю детей интригующими задачами, зрелищностью, возможностью по-разному манипулировать предметами, оборудованием. Приведу примеры некоторых задач:

- кто дальше бросит мешочек через голову назад;
- кто устоит на одной ноге после кружения с закрытыми глазами;
- попадите в катящийся обруч мячом;
- доберитесь до лесенки любым возможным способом, но не шагом и не прыжками;
- выберете любой предмет, который можно забросить в корзину, но сделать это безопасным способом и так далее.

Сразу после занятия мы подводим с детьми итог. Выясняем, как еще можно было выполнить задания другими способами. На следующем занятии испытываем новые методы. Конечно, я направляю детей в нужное русло.

Подвижные игры – самый популярный у детей, самый востребованный вид физической нагрузки и необъятный простор для всяких фантазий. Игра, особенно подвижная, является для ребят радостью. Мне кажется скучным просто объявлять в конце занятия название игры. Я стараюсь сделать начало игры захватывающим, будоражающим веселые мысли.

- для малышей предлагаю найти заранее спрятанную маску-шапочку и когда дети находят, например, шапочку кота, называют возможные игры с этим персонажем и мы выбираем игру;

- рассказываю короткий стишок про козленка, который потерялся. Ребята находят игрушку и козленок их догоняет;

- старшим детям предлагаю попробовать изменить правила знакомой игры, усложнить ее, ввести новых персонажей;

- спрашиваю, какие игры подсказывает погода за окном, предлагаю посоветоваться отдельно мальчикам и девочкам, а потом сыграть по очереди;

- напоминаю, что нужно совершенствовать прыжки в длину и дети сами называют игры, где используется это движение.

Таким образом, в игре дети незаметно для себя, без принуждения, учатся правильно ходить, быстро бегать, высоко и далеко прыгать, ловко лазать, метко бросать. Они совершенствуются не только в двигательном развитии, но и в умении вести себя в коллективе.

Обучение движениям во всех видах занятий должно строиться увлекательно. Уже самую постановку задачи в начале занятия стараюсь

сделать своеобразным приглашением детей к размышлению, к содействию. Поэтому тематически обозначаю занятие, чтобы дети подготовились эмоционально. Иногда заблаговременно напоминаю содержание произведения, которое будет служить основой сюжетного занятия, и тогда мы вместе с детьми заранее готовим маски для героев, расставляем атрибуты. Вместе с детьми в свое время были придуманы и доработаны мной такие подвижные игры: «Змейка», «Летите, голуби», «В свой огород», «Островки спасения», «Гусеница». С успехом использую эти и другие игры, придуманные вместе с ребятами.

Развивающий потенциал физических упражнений, подвижных игр огромен. В арсенале средств, формирующих личность они – самая благоприятная основа детской изобретательности и самая доступная форма сотворчества ребенка и взрослого.

«Центр развития Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар ребёнка – детский сад № 233»
350089, г. Краснодар, ул. Бульварное Кольцо, 20, тел/факс 261-78-91,
dssad233@mail.ru, detsad233@kubannet.ru.

Консультация для воспитателей "Игры на развитие сенсорных способностей"

Подготовила:
Инструктор по ФК
Куропятник М.В.

г. Краснодар

Сенсорные способности - это чувства: слух, зрение, осязание, обоняние: когда, например психологи, воспитатели говорят о необходимости развития сенсорных способностей, многие сразу думают, что это сила слуха, острота зрения, и т.д. Но на самом деле речь идёт совсем о другом.

Возьмём, например, глаз - ведь это не просто оптический инструмент. Сетчатка глаза соединена с мозгом, да и сама есть как бы маленький фрагмент мозга. Хорошо видеть - это во многом: умно, точно видеть, чётко распознавать увиденное. И точно так же осязать - значит хорошо распознавать тактильные ощущения, чётко их вспоминать в нужный момент. Многие психологи считают, осязание - основное чувство.

Кожа, как было доказано, не только чувствует тепло, боль, разные прикосновения, будь это тепло, или злоба, а ещё "видит" свет. Только чтобы это получилось, нужно постараться и потренироваться, поток этих ощущений почти неуловим.

А слышать - это прежде всего умно слышать, уметь распознать то, что услышал, запоминать услышанное.

Но дело даже не в том, чтобы развивать у ребёнка необычные способности, существеннее - развивать сенсорные способности, чтобы ребёнок не отставал во всех сферах деятельности.

Есть не мало игр, порой может странные, но помогающие тренировать например: зрительную память. Игра "Что изменилось?":

"Подгруппа детей в комнате внимательно рассматривают вещи, запоминая, что где лежит, один выходит, другие играющие перекладывают любую вещь в другое место.

Вышедший входит, и пытается угадать, что изменилось". Игра "Что я написал?" тренирует тактильную чувствительность, и сразу происходит отгадывание может букв, а может цифр: "На спине пальцем написать букву, цифру, нарисовать квадрат, круг, если всё угадано, игроки меняются местами".

Знакомая всем с детства игра "Глухой телефон". Игра "Письмо на ладони" - передаётся буква, написанная на ладони. Игра "Барабанщик" - развивает чувство ритма. Игра "Гном" - учит отыскивать предметы на ощупь, аналогичная игра "Чудесный мешочек". Очень интересная игра для ориентировки в пространстве, умению запоминать "маршрут", сосредотачиваться - "Если бы я ничего не видел", "Разведка". Игра "Ходули" - лучшая тренировка чувства равновесия, а тот, кто хорошо держит равновесие, того невозможно выбить из седла и в жизни.

Игры для развития меткости "Салки с мячом", "Вышибалы", "Лапта", "Школа мяча", и мн. др. Дети любят игры, им важность развития сенсорных способностей подсказывает сама природа.