

# ОСВОЕНИЕ ОСНОВ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ГРУППЕ № 8 «МАРГАРИТКИ»



# АКТУАЛЬНОСТЬ

Под двигательной активностью (ДА) понимается сумма движений, выполняемых человеком в процессе повседневной жизнедеятельности. Двигательная активность человека проявляется в функционировании опорно-двигательного аппарата в процессе ходьбы, бега, прыжков, метаний, плавания, игровой деятельности и т.п.

Увеличение числа детей с врожденными заболеваниями (ослабленным здоровьем)

Ограничение детей в сфере движений в условиях дома

Некомпетентность взрослых в вопросах организации двигательной активности детей

Завышенные требования со стороны педагогов и родителей, что способствует переутомлению, нервному перевозбуждению и формированию малоподвижного образа жизни.

Снижение уровня двигательной активности и, как следствие, проблемы в физическом развитии дошкольников



# ЦЕЛЬ:

**Развитие всех функций и систем организма в соответствии с возрастом.**

## Задачи

- Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
- Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта, выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх.
- Способствовать развитию умения согласовать свои действия с движениями других, начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп, самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно в соответствии с указаниями воспитателя.
- Развивать у детей физические качества: быстроту, координацию, скоростносиловые качества, реакцию на сигналы и действия в соответствии с ними, содействовать развитию общей выносливости, силы, гибкости.
- Развивать у детей потребности в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

# ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В УСЛОВИЯХ ГРУППЫ

Утренняя  
гимнастика

Подвижные  
игры

Хороводные  
игры и игры  
малой  
подвижности

Бодрящая  
гимнастика

Физкульт  
минутки

Самостоятельная  
двигательная  
активность

Индивидуальная  
работа

НОД

# ПОДГОТОВКА К НЕПОСРЕДСТВЕННО – ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Проветривание и  
влажная уборка.

Мотивация

Форма

Смена вида  
деятельности

Подготовка  
инвентаря



# ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗО В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 15 минут  
(2 в зале и 1 в группе)

тематические;

сюжетно-  
игровые;

игровые;

контрольно-  
проверочные



# СТРУКТУРА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

**Вводная часть (2 мин):** упражнения в ходьбе и беге, построения и перестроения, различные задания с предметами (флажками, погремушками, кубиками) выполняются по указанию воспитателя, иногда с музыкальным сопровождением.

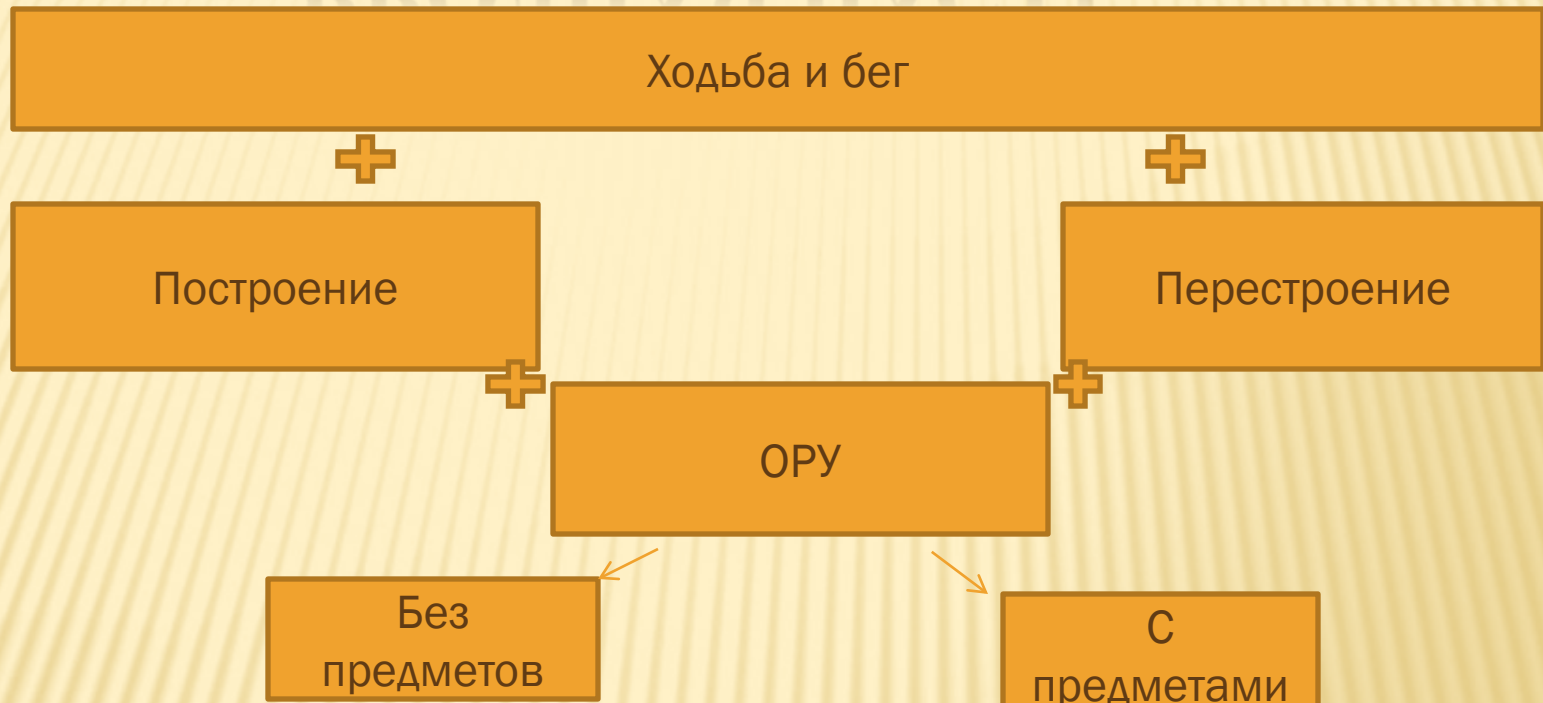


**Основная часть (11-12 мин) :** гимнастические упражнения общеразвивающего характера с различными предметами и без них, основные движения (упражнения в равновесии, лазанье, прыжках, метании, подвижная игра).



**Заключительная часть (2 мин).** После подвижной игры детей надо привести в спокойное состояние и только после этого можно перейти к другим видам деятельности. Как правило, в заключительную часть занятия входят простые упражнения, спокойные игры, хороводы, дыхательные упражнения

# ВВОДНАЯ ЧАСТЬ





# ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Равновесие

Лазание

Ползание

Прыжки

Метание

Подвижная игра



# ПОДВИЖНАЯ ИГРА



В условиях группы ограничено место для проведения подвижной игры. Детям может мешать мебель или игрушки. К тому же, сама площадь группы намного меньше спортивного зала.

Поэтому предпочтительнее провести хороводную игру или игру малой подвижности. Иначе малыши могут получить различного рода травмы





# ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Спокойные игры

Хороводы

Дыхательные упражнения





# ЗАВЕРШЕНИЕ НОД

По окончании непосредственно - образовательной деятельности детей необходимо похвалить или поддержать в случае неудач. Это поддержит интерес к занятию физической культурой.

Так же необходимо повторять и закреплять пройденный материал в совместной и самостоятельной деятельности.



# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

**И пусть наши дети  
будут здоровыми и  
счастливыми!!!**

