муниципальное бюджетное дошкольное

образовательное учреждение «Детский сад №174»

общеразвивающего вида

Консультация для воспитателей

«Формирование двигательной активности у детей 2 -3 лет»

****

Подготовил:

 Грекова Маргарита Владимировна

 воспитатель

Барнаул, 2021

Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, двигательная активность (ДА) – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка

Именно в раннем возрасте у ребенка формируются нервная и костно-мышечная системы, совершенствуется дыхательный аппарат, закладываются основы хорошего здоровья и полноценного физического развития, одним из непременных условий этого является формирование двигательной активности детей, прежде всего произвольности движение, речи, контактов с окружающими людьми, вещами. Действуя с вещами, ребенок осваивает их физические свойства, учится управлять их перемещением в пространстве, начинает координировать свои движения; на основе овладения речью появляются начала управления собственным поведением.
Современные условия жизни (транспорт, комфорт в квартирах и т.д.) способствуют уменьшению двигательной активности детей, а такие явления, как гиподинамия, двигательное «голодание», наблюдаются как в семье, так и в дошкольных учреждениях.

**Задачи:**
1. Создать разнообразную физкультурно-игровую среду, направленную на оптимизацию ДА, а также всестороннее развитие детей.
2. Обогатить детей элементарными знаниями о многообразии подвижных игр и физических упражнений.
3. Обучить технике основных видов движений с целью их правильного выполнения.
4. Развивать выразительность движений. Поощрять двигательное творчество детей.
5. Формировать основы здорового образа жизни в семье и детском саду.

6.Чередовать различные виды деятельности детей, направляя их интересы, стимулируя желания детей заниматься двигательной деятельностью

7.Повысить моторную плотность физкультурных занятий, улучшить методику их проведения, создать эмоциональный комфорт для детей на физкультурных занятиях.

8.Работать над организацией самостоятельной двигательной деятельности детей.

9.Изготовить силами воспитателей и родителей для занятий и самостоятельной двигательной деятельности нестандартное оборудование.

Через игры легче всего приобщить ребенка к занятиям физической культурой, игры наиболее доступны, понятны детям дошкольного возраста. Ребенку близки игровые образы и сюжеты игр.
Широкое использование подвижных игр в совокупности с целостной системой мер по физическому воспитанию поможет добиться желаемого результата.
**Главная цель подвижных игр** активизировать все системы организма: кровообращение, дыхание, зрение, слух, игра приносит ребенку положительные эмоции. Все это вместе взятое и позволяет говорить об оздоровительном эффекте подвижных игр.
Воспитание умения правильно ходить, быстро бегать, легко и смело прыгать осуществляется на занятиях с помощью физических упражнений и подвижных игр. Эти игры, в основе которых лежат разнообразные движения, наиболее удовлетворяют потребность растущего организма в активных действиях.

Самым благоприятным временем для реализации потребностей детей в движениях является прогулка. Длительное пребывание детей на свежем воздухе в любом случае полезно, но оздоровительно-воспитательное значение его возрастает, если ходом прогулки предусматривается ДА, основанная на оптимальном соотношении разных подвижных игр и упражнений.
Планирование подвижных игр и упражнений на прогулке зависит от других видов деятельности. В дни проведения физкультурных занятий можно поиграть с детьми в хорошо знакомую детям подвижную игру. В другие дни на прогулке проводить подвижные игры и игровые упражнения на разучивание и закрепление. На прогулке важно, чтобы все дети участвовали в организованной двигательной деятельности

Для достижения эффектности формирования двигательной активности у младших дошкольников необходимо учитывать следующие **принципы**:

1. **Принцип систематичности и последовательности.** Этот принцип предполагает, что усвоение учебного материала идет в определенном порядке, системе. При планировании устанавливается последовательность раскрытия темы, продумывается связь нового материала с ранее усвоенным знаниями, опытом детей.

**2. Принцип доступности**предполагает соотнесение содержания, характера и объема учебного материала с уровнем развития, подготовленности детей.

3.**Принцип наглядности.**Этот принцип соответствует основным формам мышления дошкольников. Наглядность обеспечивает понимание, прочное запоминание. Сделать обучение наглядным - значит создать у ребенка зрительные образы, обеспечить восприятие окружающего, включить непосредственно в практическую деятельность, связать обучение с жизнью.

4.**Принцип координации деятельности педагогов и специалистов.** Предполагает сотрудничество и скоординированность действий медицинских работников, воспитателей, помощника воспитателей в достижении общей цели.

5. **Принцип преемственности.** Предполагает тесное взаимодействие детского сада с семьями воспитанников.

Работа с родителями проводилась согласно перспективному плану. Перспективный план работы с родителями направлен на решение следующих задач:

1.         Повышение педагогической культуры родителей.

2.         Изучение и общение лучшего опыта семейного воспитания.

3.         Приобщении родителей к участию в жизни группы, через поиск и внедрение наиболее эффектных форм работы.

Для проведения упражнений утренней гимнастики в группе можно использовать разнообразные материалы:

«Мягкие гимнастические палочки» - представляют собой паралоновые бруски, обшитые яркой тканью с липучками на концах. Использовать их как гимнастические палки, а так же кольца для выполнения общеразвивающих упражнений.

«Весёлые гантели» - сделаны из пластиковых бутылок, наполненных камушками, украшенные аппликацией, так же используются в комплексах утренней гимнастики.

Для разнообразия упражнений и повышения интереса детей к двигательной деятельности проводим комплексы утренней гимнастики с использованием стихов, потешек, разнообразных предметов, в зависимости от темы недели. С этой целью можно использовать шишки, атласные ленты, на одном конце которых колечко, чтобы было удобнее держаться; гимнастические шнуры, на концах которых сделаны ручки из яйца киндер-сюрприза, их можно использовать для выполнения упражнений, в играх, а также как трансформер ( можно из нескольких коротких сделать одну длинную); снежинки, выполненные из картона, обклеенные клейкой бумагой, прикрепленные к использованным фломастерам, мешочки, наполненные горохом.

Для того чтобы дети легко находили свое место для упражнений и не мешали друг другу, используем нестандартные ориентиры: гимнастические коврики, вырезанные в виде разноцветных цветов, мягкие кольца, ленты соединенные яйцами киндер-сюрприза.

С целью сохранения и укрепления здоровья детей в режим дня можно включить ежедневные пятиминутки здоровья: зрительную гимнастику, дыхательные упражнения, логоритмические упражнения, самомассаж. В этой работе нам также может помочь  нестандартное оборудование. Для проведения дыхательной гимнастики у каждого ребенка -  игрушка «Ветерок», которая представляет собой пластиковую бутылку с трубочкой, наполненную пенопластовой крошкой и мишурой. «Веселый зонтик» применяется для дыхательной гимнастики, причем в зависимости от времени года и проводимого мероприятия «зонтик» может менять свои элементы (бабочки, осенние разноцветные листья, дождинки, снежинки и тд.) Для проведения зрительной гимнастики можно использовать цветные шарики; игрушечные бабочки на палочке, предлагая детям проследить глазами за движущимся объектом; игры на развитие глазомера «Закинь шарик». При проведении логоритмических упражнений использовать разнообразные атрибуты, которыми богата ваша группа.

 Основной формой развития двигательной активности детей в детском саду являются физкультурные занятия. Цель занятий заключается в комплексном формировании культуры движений, систематической работе над решением оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, что обеспечивает физическое развитие, функциональное совершенствование организма, укрепляет здоровье ребенка, способствует приобретению им правильных двигательных навыков, психофизических качеств и эмоционально положительного отношения к физкультуре.

Занятия по физической культуре проводим таким образом, чтобы они доставляли детям радость, пробуждали интерес и способность к творческой активности, удовлетворяли естественную – биологическую потребность в движении.

В целях развития и поддержания интереса детей к занятиям по физической культуре важно позаботиться о подборе физкультурного оборудования и пособий. Рациональный подбор оборудования, его обновление путем смены и чередования деталей, внесение новых пособий, их перестановка – все это помогает реализовывать содержание разных типов занятий (тренировочное, игровое, сюжетно-игровое, контрольно- проверочное).

Для решения поставленных задач можно изготовить в группе нестандартное оборудование, которое внесет в каждое занятие физкультурой элемент необычности, вызовет интерес и желание играть, поможет малышам преодолеть свой страх.

Для обучения детей построению в одну шеренгу использовать шнуры соединенные яйцами киндер –сюрприза. Детям предлагается встать каждому возле своего яйца, таким образом, дети учатся построению в одну шеренгу и соблюдению интервалов во время построения. Это же пособие помогает в обучении детей ходьбе и бегу по узкой дорожке.

Освоить ходьбу и бег «змейкой» детям поможет необычные зрительные ориентиры – кегли, изготовленные из различных пластиковых бутылок, наполненных камушками и кусочками цветной бумаги. Для этой же цели использовать шнур «Пёстрая змейка», сплетенный из цветной верёвки.

 «Поролоновые мячи»  помогут в различных подвижных играх, а так же при обучении основным видам движений: ходьба змейкой между мячами, бросание мяча вдаль правой и левой рукой, толкание мяча головой перед собой ( «бульдозер»), перешагивание через мячи.

Кольцеброс «Жираф» развивает ловкость, меткость.

Для ходьбы, перелезания, перепрыгивания, перешагивания можно использовать мягкое «Брёвнышко» из свёрнутого поролона, обтянутое яркой тканью (или модули.)

Для обучения детей ползанию можно использовать дуги, тканевую трубу . Для развития такого движения как прыжки использовать «Цирковые обручи», это обручи обмотанные яркой, блестящей бумагой, напольные плоские модули, кубики для спрыгивания.

Очень эффективны и интересны занятия с полосой препятствий, созданной из нестандартного оборудования, модулей. Эти занятия увлекательны для детей и позволяют закрепить разнообразные двигательные навыки, а также решить обучающие задачи, поставленные на занятии. В занятия включаем разнообразные подвижные игры, а так же игры на развитие координации, ловкости, быстроты, выносливости.

**Игры с использованием нестандартного оборудования**

**“Соберись в букет”** - дети под музыку выполняют подскоки с листочками в руках, с окончанием музыки должны встать около “пенечка” (“таблетки” из оборудования “Альма”) того цвета, какого листочки.

**“Найди себе пару”** - у детей листочки в руках. Они выполняют подскоки под музыку, различные ритмические движения, кружатся, бегут по залу мелкими семенящими шагами. С окончанием музыки должны найти пару с такими же (по цвету) листочками в руках.

**“Кто быстрее соберет”** - игра-аттракцион. На полу в обруче рассыпаны капсулы от киндер-сюрпризов или цветные крышки от пластиковых бутылок. Дети по сигналу собирают их в ведерко – кто быстрее.

**“Собери зерно”** - игра-аттракцион. Крышки или капсулы от киндер-сюрпризов разбросаны по всему залу. Собирают командой в ведерко или корзину. Одна команда крышки, другая – капсулы.

**“Собери цветок”** - игра-аттракцион. По всему залу разложены лепестки и сердцевина цветка. Каждая команда (кто быстрее) должна быстро собрать лепестки и из них выложить цветок.

“**Кто быстрее соберет шишки” -** игра-аттракцион. В обруче лежат шишки (равное количество). По сигналу дети собирают шишки в ведерко, кто быстрее.

**“У медведя во бору”**- по залу разбросаны шишки. Дети ходят по залу, собирают шишки и говорят слова: “У медведя во бору шишечки в лесу беру, а медведь не спит, он на нас рычит”. Как только скажут последние слова – убегают в “домик”, медведь их догоняет. Пойманные - выбывают из игры.

**“Лети, как бабочка**” - у детей в каждой руке “бабочка” на ниточке. Звучит музыка, дети разводят руки в стороны и летят, как бабочки (бегут легко, на носках). С окончанием музыки, приседают на корточки (“садятся на цветок”).

**“Ловишки с лентами” или “Хвостики”** - дети сзади прикрепляют ленточку, убирая один конец в шорты, под музыку бегают от ловишки. У кого ловишка сорвал “хвостик”, тот выбывает из игры. С окончанием музыки игра прекращается, дети выполняют упражнения на дыхание и выбирается новый ловишка.

“**Перепрыгни через ручейки”** - параллельно кладутся две веревочки – “ручеек”. Можно выложить несколько ручейков разной ширины и провести соревнования – “Перепрыгни через ручейки”.

**“Поймай рыбку**” - игра-аттракцион. В каждом обруче равное количество рыбок. Дети садятся на стульчик или “пенечек” и ловят рыбу (кто быстрее поймает рыбку).

Двигательные навыки, полученные на занятиях, дети могут закреплять в самостоятельной двигательной деятельности. Этому может способствовать спортивный уголок созданный в группе. При его создании нужно учитывать требования гигиены и безопасности. Уголок должен быть удобно расположен в нише, где дети могут заниматься, не мешая друг другу. Уголок оснастить физическим оборудованием, соответствующим возрасту детей, направленным на развитие всех основных движений. В уголке должно быть доступно расположено как стандартное, так и нестандартное физкультурное оборудование. Разнообразие форм, цвета физкультурного оборудования должно способствовать воспитанию художественного вкуса у детей. При создании оборудования учитывать взаимосочетание отдельных снарядов по форме, цвету, величине. В вечернее время заниматься руководством самостоятельной двигательной деятельностью детей и индивидуальной работой по развитию движений.