

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа № 23
города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области,
структурное подразделение «Детский сад № 70»,
реализующее основные общеобразовательные программы дошкольного образования**

Доклад на тему:

**Руководство самостоятельной двигательной активностью детей в
условиях ограниченного пространства ДОО в младшей группе.**

Воспитатель: Гуськова Л.И.

г. Сызрань

2016 г.

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольном учреждении. Одна из важнейших задач в этой работе — удовлетворение естественной потребности детей в движении.

Свой внутренний мир (удовольствие, удивление, сосредоточение, радость и т. д.) ребенок может выразить движением. Недостаточная двигательная активность детей ведет к дефициту познавательной активности, знаний, умений, к мышечной пассивности и снижению работоспособности организма.

Современные городские дети не имеют возможности для проявления достаточной самостоятельной двигательной активности. Этому способствуют определенные факторы: перенасыщенное пространство групп в детском саду и квартир, сокращением игровых площадок, большое количество транспорта, преобладанием статичного времяпрепровождения и т. д.

Цель нашей работы - удовлетворение естественной потребности детей в движении в группе.

Также решаются задачи:

1. Научить самостоятельной двигательной активности в условиях ограниченного пространства группы.
2. Самостоятельное активное движение сделать интересным и доступным для детей.
3. Изготовить такие атрибуты, которые будут органично вливаться в их самостоятельную деятельность и стимулировать безопасную двигательную активность в условиях ограниченного пространства.

Важно правильно подобрать физкультурно-игровое оборудование. Необходимо исходить из того, какие основные виды движения следует развивать в этом возрасте: ходьбу и бег, равновесие и координацию, подпрыгивание на месте (в два года) и спрыгивание с высоты (в три года); катание, прокатывание и бросание мяча; ползание, подлезание под дуги, влезание в ящик, на куб, перелезание через бревно.

Инвентарь должен быть ярким, привлекательным, отвечать гигиеническим требованиям и правилам безопасности. Воспитатель обязан проверить устойчивость и надежность оборудования.

В первой и второй младших группах нецелесообразно создавать специальный физкультурный уголок. Все помещение должно представлять собой единое двигательное пространство, на котором каждый ребенок может удовлетворить свою потребность в движении, действуя с разнообразными физкультурно-игровыми пособиями.

Для решения этого вопроса предлагается серия игр, учитывающих индивидуальные потребности детей (игровые интересы, необходимость тренировки отдельных групп мышц, задачи развития данного возраста) и позволяющих активно двигаться в условиях группы. Игры вводятся в самостоятельную деятельность детей постепенно. Следует изготовить следующие атрибуты для игр:

- **квадраты из ленолиума**, дерматина 25 x 25 см с разноцветными геометрическими фигурами в центре (коврики);

- **«тихий тренажёр»** - наклеенные на стене силуэты детских ладошек в различных вариациях, разного цвета от пола и до 1,5 м; силуэты детских ножек от пола и до 70 см; разноцветные полосы (5-10 шт.) длиной 1 – 1,5 м. для подпрыгивания.

Атрибуты и игры с ними можно использовать на физминутках, в совместной деятельности. Простота игр, разнообразные варианты применения привычных предметов дают возможность дозировать физическую нагрузку и стимулируют детей и взрослых к придумыванию новых вариантов.

Подвижные игры в условиях группы с новым оборудованием спортивного уголка.

1. «Классики».

Цель: развитие пространственного воображения и восприятия, крупной моторики, координации; формирование перекрёстных движений.

Оборудование: коврики 25х25, разложенные на полу с чередованием: 1 ряд – два коврика рядом, 2 ряд – один коврик, 3 ряд – два и т.д.

Ход: Дети прыгают по коврикам, как по классикам.

1 вариант: ноги вместе – ноги врозь.

2 вариант: две ноги врозь, на одной ноге, две врозь...

3 вариант: ноги скрестно, ноги вместе, ноги скрестно.

2. «Гигантские шаги».

Цель: развитие пространственного воображения и восприятия, крупной моторики, координации; формирование перекрёстных движений.

Оборудование: коврики 25х25 раскладываются по кругу на расстоянии большого шага ребёнка.

Ход: Дети по очереди различными способами перешагивают с коврика на коврик (прямые, боковые шаги, на носках, на пятках, спиной вперёд)

3. «Весёлая дорожка».

Цель: развитие пространственного воображения и восприятия, крупной моторики, координации, внимания; формирование перекрёстных движений, закрепление цвета, формы, упражнение в прыжках и беге.

Оборудование: коврики располагаются по полу хаотично, на расстоянии небольшого прыжка.

Ход: Выбирается водящий, который первым прыгает с коврика на коврик, дети следуют за ним, стараясь не ошибиться и прыгать по тем же коврикам.

4. «Займи своё место».

Цель: развитие пространственного воображения и восприятия, крупной моторики, координации, внимания; формирование перекрёстных движений, оречевление пространственных отношений, закрепление цвета, формы,

Оборудование: Коврики 25х25 располагаются по большому кругу.

Ход: Воспитатель даёт словесное указание игроку: - «встань на коврик с зелёным овалом». После того, как ребёнок выполнил команду, он сам даёт указание следующему игроку, так игра продолжается пока все играющие не займут свои места. по сигналу воспитателя дети разбегаются или бегают по кругу; по следующему сигналу занимают: 1 – свои коврики; 2 – любой коврик. Каждый игрок должен рассказать на каком коврике он стоит.

5. «Достань ягодку».

Цель: развитие координации, пространственного воображения и восприятия, понимания пространственных отношений (право-лево); тренировка мышц плечевого пояса и рук.

Оборудование: силуэты ладошек на стене, выше их изображение яголки.

Ход: По команде пара детей должна подняться по ладошкам от пола до яголки. Можно отрывать от стены только одну руку. Руки ставятся на силуэты, соблюдая право-лево. Побеждает тот, кто первым сорвал яголку.

6. «Пройди по стенке».

Цель: развитие координации, тренировка мышц спины и ног, релаксация.

Оборудование: наклеенные на стене разноцветные полоски от 1 до 1,5м, на полу мягкий коврик.

Ход: Дети по очереди ложатся на пол и стараются пройти по дорожке на стене. Начиная от пола постепенно поднимают ноги всё выше, переходя в положение «Свечка».

7. «Допрыгни до полосочки».

Цель: развитие координации, пространственных отношений (право-лево); тренировка мышц плечевого пояса и рук.

Оборудование: Дети строятся в колонну около полосок, наклеенных на высоте вытянутой руки ребёнка.

Ход: Дети по очереди подпрыгивают у стены, стараясь дотянуться как можно выше до разноцветных полосок.

8. «Путаница».

Цель: развитие координации, пространственного воображения и восприятия, понимания пространственных отношений (право-лево); тренировка мышц плечевого пояса и рук.

Оборудование: На стене наклеены силуэты ладошек в произвольном порядке.

Ход: Дети проходят ладошками по силуэтам снизу доверху, руки можно ставить только на парные силуэты (право-лево), при этом кисти рук приходится поворачивать в разные стороны.

1 вариант: ребёнок играет один и «ходит» руками по стене.

2 вариант: игра в паре «Кто быстрее доберётся до условной метки?» При этом руки могут перекрещиваться, дети меняются местами не отрывая рук от стены.

3 вариант: один ребёнок ведущий, он даёт команды другому ребёнку куда идти (правая – красная, левая – зелёная).

9. Игры с цветными шнурами.

Оборудование: цветной шнур-косичка длиной 60-70 см.

"Зайчики".

Цель: упражнять в прыжках.

Ход игры: Из шнуров сделаны круги. Дети прыгают из шнура в шнур, как зайцы.

"Нора лисички".

Цель: упражнять в подлезании.

Ход игры: воспитатель держит шнур-косичку в виде круга, как обруч. Дети-лисички прячутся в нору от охотников, пролезая в "обруч".

"Солдаты на тренировке".

Цель: развитие различных мышц туловища, формировать умение самостоятельно выполнять различные физические упражнения для рук, ног, туловища.

Ход игры: выбирается водящий и назначается командиром. Солдаты на тренировке выполняют упражнения за командиром: шнур в обеих руках внизу, поднять шнур вверх, опустить; наклоны, шнур в вытянутых руках вперед и т.д.

"Паутинка".

Цель: упражнять в перелезании, подлезании, пролезании между натянутых шнуров.

Ход игры: дети преодолевают препятствия перелезая через натянутый шнур, затем подлезая под шнур, пролезают между двумя натянутыми шнурами.

"По мостику".

Цель: упражнять в равновесии, развивать уверенность, внимание, профилактика плоскостопия.

Ход игры: дети идут друг за другом не торопясь по шнуру.

Игры с мешочками.

Оборудование: мешочки с песком разных размеров.

"Веселые негрятя".

Цель: упражнять в равновесии, развивать внимание.

Ход игры: Дети переносят мешочки с грузом на голове, между шнурами.

"Через кочку".

Цель: упражнять в прыжках.

Ход игры: дети перепрыгивают через мешочки с песком.

"С кочки на кочку".

Цель: развивать умение запрыгивать и спрыгивать на большие мешочки с песком.

Ход игры: дети запрыгивают на мешочек с песком и спрыгивают с него.

"Урожай в кладовочку."

Цель: упражнять в забрасывании мешочков в короб.

Ход игры: дети забрасывают мешочки с песком в короб.

"Аист"

Цель: упражнять в равновесии.

Ход игры: дети стоят на одной ноге с мешочком на голове.

Ежедневно в работе с детьми мы используем пальчиковые игры. Мы играем пальчиками в свободное время, на занятиях и на прогулках. Систематические упражнения пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Психологи утверждают, что гимнастика для пальцев рук развивает мыслительную деятельность, память, внимание ребёнка. Детям нравятся эмоциональные разминки в свободной деятельности (потанцуем под детские песенки, попохочем; повеселимся и т.п.) и физкультминутки во время занятий

Пробуждение детей после дневного сна проходит не одновременно. И мы стараемся обеспечивать плавный постепенный выход каждого ребенка из состояния сна. Для этого воспитатель за несколько минут до подъема включает тихую спокойную музыку. Постепенно, по мере пробуждения детей, громкость звука повышается. После того, как дети проснулись, проводится гимнастика пробуждения. Это специально сконструированный комплекс упражнений, позволяющий постепенно разогреть мышцы и поднять настроение.

Например:

Мы проснулись, улыбнулись,

Посильнее потянулись.

Первый разик на спине.

А потом на животе,

На бочок перевернулись,

И еще раз потянулись.

Ноги вверх мы поднимаем

И тихонько отпускаем,

А теперь мы с вами дети

Поедем на велосипеде.

Подбородком грудь достанем,

К потолку глаза подняли-

Влево – вправо посмотрели,

На кровать тихо сели.

Руки в стороны подняли,
Крепко так себя обняли.
Наклонились, потянулись,
До носочков дотянулись,
Распрямылись и опять
Будем ножки поднимать.
А теперь пришла пора
Дружно встать нам детвора!
Сил набрались наши ножки,
По шершавой – вот такой!
Поскакали по дорожке,
Мы проснулись, мы готовы
По дорожке на простой,
По неровной, по колючей,
По шершавой - вот какой!
Мы проснулись, мы готовы
Петь, играть и бегать снова.
Дружно нам сказать не лень:
«Здравствуй, день, веселый день!»

При применении разнообразных развивающих игр, методических рекомендаций в ограниченном пространстве группы дети будут отдавать предпочтение активному времяпрепровождению: значительно возрастет интерес детей к подвижным играм; снизится спонтанная двигательная активность дошкольников; повысится продолжительность, разнообразие и интенсивность движений. Снизится количество нарушений поведения детей, ведь они будут организовывать свои подвижные игры с использованием новых пособий и атрибутов.

Приложение:

Оборудование, которое есть в группе (перечень): каталки, машины с веревочками, бубен, музыкальный молоточек, погремушки; наклейки на стене и на полу (ладошки, ступни, полоски – радуга), геометрические фигуры на ковриках, наклейки «зверюшки» на стене; шнуры, круги из шнуров, кубы, мешочки с песком, обручи, кольцеброс, кегли, боулинг, шапочки для игр, мячи, шары, баскетбол, ленточки, блинная лента, платочки, кубики, попрыгунчики, игра «мыльные пузыри», флажки, колеса для прокатывания, батут, мешени, шарики на липучках, гимнастические палки, кирпичики для спрыгивания, скакалки, резиновые игрушки для упражнений.