



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар  
«Центр развития ребенка - детский сад №110 «Теремок»

**Консультация для педагогов:**  
**«Необходимые условия для  
самостоятельных движений детей»**

Инструктор по ФК: Хвичева Е.В.  
Дата: 05.03.2022г.

Краснодар 2022

## Консультация для воспитателей

### «Необходимые условия для самостоятельных движений детей»

*«Ребенку доставляет большое удовольствие, если он сам заметил и выяснил себе какое-то явление, и если его рассуждение оказалось действительно верным, точно так же доставляет ему наибольшее удовольствие то, что он сделал сам и достиг без указания других».*

П.Ф. Лесгафт

Гармоничное развитие ребенка невозможно без правильно организованной и достаточной для детей дошкольного возраста двигательной активности, которая оказывает огромное влияние на здоровье и физическое развитие ребенка. Однако, согласно современным данным, дети двигаются в два раза меньше, чем это предусмотрено возрастной нормой.

Интеллектуальные перегрузки, снижение двигательной активности как по объёму, так и по интенсивности, однообразное её содержание – вот основные причины нервно-психических и соматических заболеваний детей дошкольного возраста. Всё это порождает изменения в эмоциональной сфере. Самостоятельная двигательная деятельность детей, о пользе которой написано немало, является прекрасным средством физического и эмоционального развития личности.

Самостоятельная двигательная деятельность – это деятельность, которая возникает по инициативе ребенка. По данным физиологов, дети в этом виде деятельности в большей степени удовлетворяют свою потребность в движении, чем в организованной деятельности. Содержанием самостоятельной двигательной деятельности являются разнообразные движения. Преимущество её заключается в том, что ребенок сам выбирает вид движения, темп, делает паузы, чередует их. Эта форма работы требует особого, опосредованного руководства.

Двигательный режим в детском саду складывается из организованной и самостоятельной двигательной деятельности. Процентное соотношение их разное в группах раннего, младшего и старшего дошкольного возраста.

Однако, самостоятельные движения детей всех возрастов должны составлять не менее 2/3 объема их общей двигательной активности.

**Необходимыми условиями для самостоятельных движений детей являются:**

✚ организация физкультурно-игровой среды:

достаточное количество пространства для движений; оптимальное количество, разнообразие, сменяемость пособий;

- ✚ закрепление в режиме дня времени для самостоятельной двигательной деятельности детей в обязательном порядке во время утреннего приема, до и между занятиями, на прогулке, после сна, в вечернее время;
- ✚ владение воспитателями специальными (опосредованными) методами активизации движений детей.

***Организация самостоятельной двигательной деятельностью строится только на основе индивидуального подхода. Необходимо:***

- наблюдать за детьми, уметь видеть всех и при необходимости оказывать помощь;
- предусматривать каждому ребенку место для движений, чтобы никто не мешал, оберегать это пространство;
- привлекать детей к размещению физкультурных пособий в группе, на участке, стимулируя этим желание выполнять те или иные движения;
- снимать напряжение, скованность отдельных детей улыбкой, поощрением; если ребенок затрудняется, помочь выбрать пособие для движений вопросом, загадкой, советом;
- пытаться без навязывания объединять в совместной парной игре детей разной подвижности, предоставив им один предмет на двоих (мяч, обруч, скакалку и т.д.) и показав варианты действий, если это необходимо;
- при знакомстве с новым предметом показывать его в первую очередь малоподвижным детям, сопровождая показ несложными активными движениями и перемещениями в пространстве, детям большой подвижности - движениями, требующими точности, сдержанности, осторожности (ходьба, бег, прокатывание мяча по ограниченной плоскости; все виды лазанья и т. п.);
- отдавать предпочтение пособиям, требующим активных действий, чаще менять их расположение, обеспечивать сменяемость не только в течение недели, но и дня;
- никогда насильно не усаживать на место подвижного ребенка, наоборот, с помощью сюжета внести в его бесцельные действия целесообразность;
- иногда включаться в совместную игру с кем-нибудь из детей, чтобы показать новые движения или действия, вызвать интерес к ним;
- обыгрывать новые пособия, показывая, как по-разному можно с ними действовать. Например: по доске — ходить, бегать, прыгать, ползать, прокатывать мяч; скакалку можно крутить вдвоем, делать из нее

дорожку, круг, а затем выполнять разные движения; мяч — вращать на месте, прокатывать, подкидывать, бросать, отбивать, играть вдвоем и т.д.;

- периодически вместе с детьми строить «полосы препятствий» из имеющихся пособий и побуждать преодолевать их «по-разному»;
- обогащать сюжетно-ролевые игры детей разнообразными видами и способами всех основных движений.

Значение этой формы физического воспитания детей дошкольного возраста неоспоримо. Самостоятельная деятельность, формируя у детей умение выбирать и выполнять (без помощи взрослых) физические упражнения, воспитывает в то же время инициативу, активность, организаторские способности, творческую деятельность. Например, младшие дошкольники уже в середине учебного года (вследствие систематической работы в данном направлении) способны самостоятельно придумывать новые движения, упражнения с известными пособиями; старшие дошкольники – обогащать знакомые подвижные игры большим количеством вариантов, а также создавать новые.

Самостоятельно заниматься физическими упражнениями могут все воспитанники детского сада, независимо от возраста, индивидуально и объединяясь в небольшие группы. Материалом служат те упражнения, которые, не требуя сложной организации и страховки, наиболее эффективно влияют на организм ребенка: ползание, упражнения с мячом, прыжки через длинную и короткую скакалку, метание в цель, бег; катание на велосипеде, качелях, каруселях и самокате, бадминтон, теннис, серсо, кольцоброс, подвижные и другие игры.

При организации самостоятельной двигательной деятельностью необходимо осторожно, тактично, ненавязчиво: подбадривать, поощрять, предлагать. Не стесняя инициативы детей направлять деятельность каждого ребенка и следить одновременно за всей группой. Например, детям, долго прыгающим через скакалку, предложить поиграть в кегли, серсо или другие спокойные игры; поддержать детей при неудачных попытках и попросить помощи у тех, кто в этом виде движений более успешен.

***Таким образом, правильная организация самостоятельной двигательной деятельности будет способствовать укреплению здоровья, расширению двигательного опыта, формированию стойкого интереса к занятиям физическими упражнениями, навыков самоорганизации и общения со сверстниками, развитию творчества.***