(cc) BY

Скобликова Альфия Айбековна
воспитатель
Торянник Марианна Ивановна
воспитатель
МБДОУ Д/С №7 «Семицветик»
г. Белгород, Белгородская область

ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ДОШКОЛЬНИКОВ НА ПРОГУЛКЕ И ПУТИ ЕЕ ПОВЫШЕНИЯ

Аннотация*: в статье раскрываются вопросы о двигательной активности дошкольников, являющейся важным показателем физической готовности детей. В работе с детьми авторы уделяют огромное внимание физическому воспитанию, в частности через подвижные игры.*

Ключевые слова*: двигательная активность, физическое воспитание, подвижные игры.*

«Здоровье детей – богатство нации» – этот тезис не утратит актуальности во все времена, а сегодня он не просто актуален, он самый главный, учитывая экологическую ситуацию в любой точке планеты.

Возможности детского организма велики, а реализовать их, эффективно использовать не всегда удается. Наиболее доступным средством увеличения потенциала здоровья является физическая культура, двигательная активность.

Учеными установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и их словарным запасом, развитием речи, мышлением. Под воздействием физических упражнений, двигательной активности в организме возрастает синтез биологически активных соединений, которые улучшают сон, благотворно влияют на настроение детей, повышают их умственную и физическую работоспособность.

Двигательной активностью ребенка следует управлять, создавая мотивацию к движению. Ребенок постоянно двигается, в движении он познает мир.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

В нашем ДОУ мы много внимания уделяем физическому воспитанию. Двигательная активность детей повышается на прогулке, именно на прогулке есть место, время и возможность.

Большое внимание уделяем организации подвижных игр детей. Чтобы поддержать интерес детей к ним, постепенно усложняем их содержание. Оставляя последовательность действий и эпизодов, усложняем двигательное содержание – увеличиваем расстояние для бега, прыжков, вводим новые движения, изменяем условия. В таких играх дети не только упражняются в разных видах движений, но и у них воспитываются такие качества, как смелость, ловкость, дети учатся преодолевать страх.

Подвижные игры – обязательный компонент режима дня в детском саду. При правильной их организации решается весь комплекс задач разностороннего развития ребенка: они оздоравливают, повышают двигательную активность, укрепляют волевые процессы, влияют на эмоциональную сферу, объединят детей.

Дошкольники любят и новые, и уже хорошо знакомые им игры. Известная игра дает детям «радость узнавания», а новая – ожидание чего-то необычного.

Дети любят подвижную игру «Медведь и пчелы», в которой ульем служил большой снежный вал. Дети делились на две неравные группы, большинство из них – пчелы. По условному сигналу пчелы вылетают из улья и летят на луг. Им надо было пролезть в лаз, слезть с вала. Медведям, в свою очередь, нужно залезть на снежный вал, пролезть в лаз, чтобы полакомится медом в улье. В этой игре дети упражняются в лазании, ползании, в подлезании, пролезании.

Проведение таких игр позволяет не только сделать прогулку интересной, но и использовать ее эффективно для развития движений.

С целью закрепления навыков в основных видах движений, развития ловкости и поддержания интереса детей проводим ряд упражнений на полосе препятствий, играем в футбол, бадминтон и другие спортивные игры.

Воспитателям следует помнить, что специально подобранные для каждой группы подвижные игры не только формируют двигательную активность, но и

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

обеспечивают нравственное развитие, социализацию ребенка. Он учится жить и действовать по правилам, вместе радоваться победам и переживать поражение. Без этого и во взрослой жизни не обойтись, если человек хочет чувствовать себя успешным и счастливым.

Список литературы

1. Агеевец В.У. Академия физической культуры / В.У. Агеевец // Теория и методика физической подготовки. – 1994 – №1.

2. Новиков А.Д. Физическое воспитание / А.Д. Новиков. – М.: ФиС, 1999.

3. Решетников Н.В. Физическая культура / Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын. – М., 2002.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)