

РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ НА ПРОГУЛКЕ.



Потребность в движении, которую испытывают все малыши, и называется двигательной активностью. Ее удовлетворение очень важно для развития ребенка, а также для его воспитания. Движение — это жизненная необходимость каждого человека, и, главным образом, благодаря движению с самого раннего детства формируются все функции и системы организма человека.

Особенно важно обеспечивать развитие двигательной активности детей на прогулке, способствующей улучшению моторики у ребенка, а также правильному формированию всех систем и органов. Прогулки вообще являются главным способом развития двигательной активности у детей. В дошкольном возрасте у них формируются основные двигательные навыки, такие как ходьба и бег, лазание, метание или прыжки. Если ребенок недостаточно развит в некоторых компонентах, это будет тормозить его двигательную активность и способность усваивать новые двигательные действия.

Поэтому прогулки, которые проводятся с детьми в дошкольных учреждениях, должны быть тщательно спланированы, и в них обязательно должно быть место обучению основным видам

движений. У детей в старшем дошкольном возрасте очень развита познавательная активность, а также наблюдается высокая эмоциональность, что должно побуждать воспитателя к четкой организации детей и дисциплине в коллективе, которая основана на соблюдении указаний воспитателя. При всем при этом малышам должна даваться самостоятельность, определенная свобода, возможность проявить себя творчески.

Двигательная активность детей на прогулке — это возможность для малышей познавать окружающий мир через движения. Очень важно чтобы этот процесс доставлял малышам радость и удовольствие, ведь лишь только так малыш захочет снова и снова развиваться, играя и двигаясь. Тут важным моментом является донесение до детей знаний о том, где и как можно применять движение, понятий о сходстве и различии в скорости и силе, а также о целесообразности их использования.

На каждой прогулке решается целый комплекс задач, не только оздоровительных, но также образовательных и воспитательных. А значит, дети получают основы физической культуры и здорового образа жизни, активнее общаются и развивают свою самостоятельность, шире познают мир.

Прогулка должна быть профессионально спланирована и организована, включая себя и труд и наблюдение и, конечно же, игру. Планирование прогулок должно предусматривать чередование физических нагрузок и спокойной наблюдательной деятельности в течение прогулки. Правильная прогулка сполна удовлетворит потребность детей в ярких впечатлениях и в проявлении самостоятельности, в активных движениях детворы, а также в общении детишек с взрослыми и друг с другом.

Родители также не должны оставаться в стороне и, в свою очередь, организовывать с детьми игры на прогулке, что позволит ребенку не только полноценно развиваться, но также сблизит ребенка и его родителей.

Видом детской активности являются и всевозможные спортивные праздники и мероприятия (такие как день здоровья). На таких

праздниках детишки с радостью выполняют различные виды движений, учатся соревноваться, тренируют командный дух, а также весело проводят время и заряжаются позитивными эмоциями.

Наряду с перечисленными видами занятий по физической культуре немаловажное значение отводится активному отдыху, физкультурно-массовым мероприятиям, в которых могут принимать участие родители и дети соседнего ДООУ. К таким занятиям относятся неделя здоровья, физкультурный досуг, физкультурно-спортивные праздники на воздухе, игры – соревнования, спартакиады.

Все эти виды занятий по физической культуре, догоняя и обогащая друг друга, в совокупности обеспечивают необходимую двигательную активность каждого ребёнка в течение всего времени пребывания его в дошкольном учреждении. При этом следует помнить, что двигательная активность оптимальна в том случае, когда её основные параметры (объём, продолжительность, интенсивность) соответствуют индивидуальным данным физического развития и двигательной подготовленности детей, а также когда обеспечивается её соответствие условиям среды (природной, предметной, социальной), правилам чередования напряжений и отдыха, постепенного увеличения физических нагрузок.

Подготовила: Мусихина О.В.

16.03.2016