РЕФЕРАТ

ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ

НА ТЕМУ: «ДВИЖЕНИЕ ПЛЮС ДВИЖЕНИЯ – ФОРМУЛА ДЛЯ МАЛЫШЕЙ».

МБДОУ «Детский сад №1 р.п. Ровное»

Воспитатель: Евтеева Е.А.

Гиподинамия – что это такое? Угрожает ли она маленьким детям? Ведь научно-технический прогресс, являющийся основной причиной снижения двигательной активности современного человека, пока не коснулся ни условий быта самого ребенка, ни его основной деятельности – игры.

Однако ученые, исследуя влияние двигательной активности на здоровье и жизнедеятельность человека, сочли необходимым обратиться и к раннему возрасту. В результате подобран надежный ключ к правильной организации жизни малыша в детском саду и семье, к формированию его здоровья, умственной активности, умения действовать «рядом» и «вместе» с другими. Этот ключ – движения!

Каково же мнение разных специалистов о значении двигательной активности?

Физиологи считают движение врожденной жизненно необходимой потребностью человека. Полное удовлетворение ее особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма.

Гигиенисты и врачи утверждают: без движений ребенок не может вырасти здоровым. Движение – это предупреждение разного рода болезней, особенно таких, которые связаны с сердечно - сосудистой, дыхательной, нервной системами. Движение – это и эффективнейшее лечебное средство.

По мнению психологов: маленький ребенок – деятель! И деятельность его выражается прежде всего в движениях. Все известные педагоги с древности до наших дней отмечают: движения – важное средство воспитания.

Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем. Движения – первые истоки смелости, выносливости, решительности маленького ребенка, а у более старших детей – форма проявления этих важных человеческих качеств.

Игры с движениями дают детям яркие мгновения, чудесного человеческого общения, развивают опыт поведения. Дети в самостоятельеой деятельности любят бегать. Если бег становится чрезмерно продолжительным, это ведет к перевозбуждению нервной системы и переутомлению. Вовремя подсказанный ребенку сюжет вносит в бесцельную беготню целесообразность, вызывает необходимость регулирования движения. Сюжетной направленности игр способствует внесение различных атрибутов в виде нагрузных значков, шапок с изображением зверей, птиц, самолета, ракеты и т.д.

В играх с этими пособиями дети обычно берут на себя сразу два образа, например самолета и летчика, автобуса и водителя. Эти игры кратковременны, но ценны своими целенаправленными движениями.

Чтобы движения стали полноценным компонентом игровой деятельности, детей приучают использовать физкультурное оборудование в играх, выбирать для игр сюжеты, включающие применение основных видов движений (ходьба, бег, прыжки, лазанье).

На физкультурных занятиях дети усваивают новые движения, уточняют способы выполнения уже знакомых действий, учатся применять их в новой для себя обстановке. При этом должна быть обеспечена оптимальная физическая нагрузка и двигательная активность каждого ребенка; созданы благоприятные условия для общения детей между собой и с воспитателем.

Малыши очень любят заниматься физкультурой в коллективе. Однако если присмотреться к ним внимательно во время занятия, то можно заметить, что действуют они пока каждый сам по себе, старательно выполняя указания воспитателя. Поэтому и приходится педагогу обращаться с заданиями и ко всем, и к каждому в отдельности. Например: «Все ребята идут по дорожке. И Толя идет, и Настя…..».

Малыши не умеют быть бездеятельными. Если они ничем не заняты, то начинают шалить, толкать друг друга. Это не случится, если заранее предусмотреть организацию детей.

Движения маленького ребенка еще не сформированы как произвольные, они часто непреднамеренны, направления их случайны.

Основные движения(ходьба, лазанье и ползание, бросание, передвижение по уменьшенной ограниченное опоре с сохранением равновесия и др.) в известной мере уже бывают освоены ребенком в раннем детстве, поэтому на 3-м году жизни ставится задача дальнейшего развития этих движений в играх, упражнениях и самостоятельной деятельности детей. На этом возрастном этапе у детей начинают интенсивно формировать навыки в беге и прыжках. Детей постепенно приучают соблюдать заданное направление движения, изменять направление и характер действия в соответствии с сигналом воспитателя; прекращать или начинать движение, переходить от одних движений к другим. Очень важно приучать детей действовать согласованно: одновременно начинать и заканчивать движения, действовать в коллективе дружно, совместно играть в подвижных играх.

Воспитателю необходимо заботиться о формировании осанки детей, укреплении мышц стоп, кистей и пальцев рук.

В I младшей группе впервые вводится в режим дня утренняя гимнастика. Посредством утренней гимнастики решаются совершенно особенные задачи, а именно: « разбудить» организм ребенка, настроить его действенный дад.

Утренняя гимнастика ценна и тем, что у детей вырабатывается привычка и потребность каждый день по утрам проделывать физические упражнения. Содержание гимнастики составляют 3 – 4 общеразвивающих упражнения, ходьба, бег, подскоки. Важно, чтобы на утренней гимнастике дети с желанием и интересом включались в коллективную двигательную деятельность, получали от нее радость.

На занятиях по физической культуре обучение носит опосредованный характер. Движения, которыми овладевает ребенок, могут быть усвоены в результате многократных повторений без специального разучивания.

Важно с самого начала занятия создать у детей положительное отношение к нему. На протяжении всего занятия воспитатель поддерживает хорошее настроение детей. Это достигается игровыми приемами, постоянным общением педагога с воспитанниками.

Живой интерес у детей 3 – го года жизни вызывают физические занятия, основанные на развертывании сюжета, посвященного какой – то одной теме.

Каждое новое движение ребенка – загадка, которую он непременно хочет разгадать, т.е. проделать. Исследовательский рефлекс в области движений проявляется у малышей с особой силой.

Задача воспитателей и родителей – поддерживать и закреплять этот естественный интнрес детей к движениям, организовать жизнь детей так, чтобы они имели возможность двигаться по потребности. Но это мало. Надо еще сделать так, чтобы упражнения в движениях способствовали не только физическому, но и умственному, нравственному, эстетическому развитию.