**Сообщение на педсовет**

«Методика развития физических качеств и основных движений детей старшего дошкольного возраста»

Составила воспитатель

подготовительной к школе группы

Барыкина Ирина Ивановна

Октябрь 2013 год

**Актуальность**

1. На современном этапе проблема физического воспитания приобретает особую актуальность и значимость, так как по-новому осмысливаются содержание , формы, методы физического воспитания детей в условиях дошкольного учреждения, изменяются представления о детстве, которое рассматривается теперь как самоценный период человеческой жизни.

Главным в физическом воспитании ребёнка является накопление им знаний, умений, навыков, а также сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

2. Проведя мониторинг в старшей группе , мы обратили внимание на тех детей , кому необходимо дополнительное развитие физических качеств. Проинформировали родителей об актуальных задачах физического воспитания, предложили родителям стимулировать двигательную активность ребёнка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес, ) , совместными подвижными играми , предложили создать дома спортивный уголок, купить спортивный инвентарь( скакалку, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д).

3. Задачи работы с детьми 6-7 лет предусматривают укрепление здоровья , полноценное физическое развитие, совершенствование функций организма, формирование жизненно важных двигательных навыков, осанки, развитие таких качеств , как ловкость , быстрота и др.

Физическое воспитание содействует развитию психических процессов, нравственному , умственному, трудовому и эстетическому воспитанию.

Помимо решения общих задач физического воспитания , у детей подготовительной к школе группы , следует развивать умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями , организовывать и проводить их со своими сверстниками, воспитывать интерес к результатам своих занятий , а также любовь к спорту.

Формирование двигательных навыков и умений и других физических качеств - происходит в основном на физкультурных занятиях.

В подготовительной к школе группе в течение недели рекомендуется проводить два занятия. Существенным в физкультурных занятиях является правильный выбор материала к основным его частям : вводной, подготовительной , основной и заключительной.

Между частями занятия нельзя обозначать резких границ.

Они естественно переходят одна в другую , подготавливая и завершая друг друга. Занятие от начала до конца едино ,

подчинено определённой общей задаче –дать организму ребёнка необходимую физическую нагрузку , содействовать развитию навыков разнообразных движений . Эта общая задача

физкультурного занятия достигается последовательным выполнением конкретных задач каждой части.

В первой , вводной части занятия ставится задача , организовывать детей , привлечь их внимание к выполнению двигательных заданий , а также подготовить их организм к выполнению более сложных упражнений в последующей , основной части занятия.

В содержание вводной части входят упражнения в основных движениях : ходьба, бег, ходьба на носках, на пятках, ходьба и бег со сменой направления, ходьба змейкой, ходьба между предметами и т.п.

Кроме того, во вводной части должны быть несложные упражнения на внимание : построиться по сигналу воспитателя, построится из колонны по одному в пары на ходу, найти свою пару после бега врассыпную, построиться в звенья и т.д. Завершается вводная часть

Обычно построением ( в круг, звенья, пары), удобным для выполнения общеразвивающих упражнений, с которых начинается основная часть занятия.

Во второй (основной) части занятия решаются задачи обучения детей новым упражнениям , повторения и закрепления ранее пройденного материала, совершенствования умений и навыков детей в движениях.

Первыми в основной части выполняются общеразвивающие упражнения. Их количество в разных возрастных группах неодинаково. В старшей и подготовительной 5-8. Порядок чередования общеразвивающих упражнений такой же , как и на

 утренней гимнастике : сначала выполняются упражнения для мышц рук и плечевого пояса, затем для мышц туловища и ног.

После общеразвивающих упражнений следуют упражнения в основных движениях ( ходьба, бег, прыжки, лазание, метание или упражнения в равновесии). В основную часть одного занятия для разучивания , как правило , включается одно из основных

движений. В сочетании с этим движением могут быть повторены основные движения , разученные ранее.

В основную часть занятия обязательно входит и подвижная игра, усиливающая физиологическое и эмоциональное воздействие на детей. Поэтому важно , чтобы все дети группы были особенно активны в подвижной игре, проводимой в основной части занятия.

В третьей , заключительной части занятия решаются задачи постепенного перехода от возбуждающего состояния организма, вызванного проделанными упражнениями и подвижной игрой, к более спокойному физиологическому состоянию.

1**)Вводная часть .** Продолжительность в старшей и подготовительной к школе группе -5 - 6 минут.

**Содержание :** построение, ходьба, лёгкий бег, упражнения на внимание. Перестроение для выполнения общеразвивающих упражнений.

2**) Основная часть**. Продолжительность в старшей и подготовительной к школе группе—15 -- 20 минут

**Содержание**: общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами. Основные движения –ходьба, бег, прыжки, бросание и ловля, метание, лазание и перелезание, равновесие, упражнения на осанку. Проводится игра большой подвижности.

**3) Заключительная часть.** Продолжительность в старшей и подготовительной к школе группах 3—4 минуты.

**Содержание**: спокойная ходьба, ходьба с песней. Малоподвижная игра , хороводы. Дыхательные упражнения. Подведения итогов занятия воспитательницей.

Подготовка воспитателя к занятию начинается с момента составления плана .В планах занятий учитывают требования программы, возможности и особенности детей определённой возрастной группы и наличие необходимых пособий и места проведения занятий.

Здесь же необходимо решить , какой материал будет разучиваться вновь, , что будет повторяться, т.е. чётко определить конкретные задачи занятия.

В процессе планирования определяется и дозировка упражнений (т.е. количество их повторений, интенсивность выполнения).

 После того как материал для всех частей занятия подобран, воспитатель должен тщательно продумывать , какие приёмы и методы он использует на занятии, как будет показывать упражнения , какие предметы и пособия будут внесены на занятие, как и где их расположить, чтобы детям было удобно ими пользоваться и т.п.

Очень важно заранее продумать , как организовать переходы от одних видов упражнений к другим. От этого зависит рациональное использование времени занятия. Надо следить за тем , чтобы дети больше участвовали в движениях и меньше сидели или стояли в ожидании своей очереди у пособия. Для этого выполнение упражнений на занятии должно проводиться по возможности

всеми детьми одновременно, фронтально. Однако целый ряд движений ( прыжки в высоту с разбега , метание в цель , лазание по стенке и др.) Требуют поочередного выполнения.

Воспитателю важно знать , что физическая нагрузка на организм детей должна возрастать постепенно, достигая небольшой степени примерно ко второй половине основной части занятия ( в подвижной игре). К концу занятия физическую нагрузку необходимо снизить путём более спокойных упражнений в заключительной части. При составлении плана занятия учитывается следующее:

задачи занятия,

содержание материала,

дозировка упражнений;

методические указания.

Основными приёмами обучения детей движениями является объяснение и показ, которые всегда используются в сочетании. В зависимости от возраста детей их подготовленности , а также от сложности учебного материала объяснение и показ занимают разный удельный вес в обучении.

В старшей и подготовительной группах , в силу способности детей выслушивать и запоминать более длительные задания, несложные и хорошо знакомые упражнения дети могут выполнять по словесному указанию воспитателя даже без предварительного показа.

Объяснения должны быть чёткими , выразительными , чтобы у детей создавались точные и правильные представления о движениях. Воспитатель должен правильно и красиво показывать упражнения. Воспитатель может прибегать и к показу упражнений самими занимающимися. Обычно он привлекает к этому более подготовленных детей .

4. Используя данную методику на протяжении старшей группы, в начале нового учебного года, мы заметили улучшение результатов мониторинга физического развития детей нашей

группы. Также положительной динамике способствовала проведённая работа с родителями : родители записали своих ; детей в различные спортивные секции футбол, гимнастика, борьба, плавание и т.д.). В этом году мы продолжаем работать в тесной взаимосвязи с семьями наших воспитанников: провели родительское собрание с показом НОД «физкультура» в записи, зачитали сообщение, о том, что должен уметь выполнять ребёнок к моменту поступления в школу, провели индивидуальную работу с родителями : Эльдара, Саши 3., Андрея, Ростислава: предложили им записать своих детей в такие спортивные секции , где бы их ребёнок мог выплёскивать все эмоции ( например - занятие ; футболом).

В дальнейшем мы планируем продолжать работу в тесном контакте с родителями и педагогом по физическому воспитанию.