***Доклад на тему:***

***«Развитие основных видов движений детей младшего дошкольного возраста»***

Подготовила воспитатель первой квалификационной категории

ГБОУ Школа № 1411СП 2148 Соловова Наталья Алексеевна

В дошкольном возрасте закладываются основы всестороннего гармонического развития личности ребенка. Важную роль при этом играет своевременное и правильно организованное физическое воспитание, одной из основных задач которого является развитие и совершенствование движений. Для всестороннего развития дошкольников чрезвычайно важно своевременно овладеть разнообразными движениями, в первую очередь основными их видами — бегом, ходьбой, прыжками, метанием, лазаньем, без которых нельзя активно участвовать в подвижных играх, а в дальнейшем успешно заниматься спортом. Развитие и совершенствование движений ребенка в период дошкольного детства осуществляются разными путями. С одной стороны, обогащению двигательного опыта малышей, приобретению новых навыков и умений способствуют их самостоятельная деятельность, игры, труд, с другой - специально организованные мероприятия по физической культуре, направленные на решение задач как оздоровительного, так и воспитательного характера. Весьма существенное место в системе физического воспитания дошкольников занимают подвижные игры, которые широко применяются во всех возрастных группах. Основной формой обучения детей движениям признана непосредственно-образовательная деятельность.

Основные виды движений это: Ходьба, Бег, Прыжки, Лазанье, Метание,

Равновесие .

Обучение в процессе физического воспитания основывается на следующих дидактических принципах:

1. Сознательности и активности.

2. Наглядности.

3. Доступности и индивидуализации.

4. Систематичности, прогрессирования.

**Принцип сознательности и активности.**

Успешное формирование двигательных навыков и умений, развитие физических качеств во многом зависит от сознательного отношения детей к выполнению заданий. С этой целью воспитатель объясняет детям важность и значение упражнений, технику их выполнения; приучает детей наблюдать за выполнением упражнений сверстниками; побуждает их к самонаблюдению и самоанализу, самооценке своих действий; предварительному «прочувствованию» (мысленное воспроизведение) движений; привлекает к объяснению знакомого упражнения и т. д.

Принцип сознательности предусматривает воспитание у детей инициативы, самостоятельности, умения творчески решать поставленные перед ними задачи, (например, придумать самим, как лучше пролезть в обруч). Принцип сознательности тесно связан с принципом активности.

Сущность принципа активности заключается в том, что дети должны большую часть времени, отведенного на занятия, выполнять различные упражнения и заинтересованно воспринимать двигательные задания.

**Принцип наглядности.**

У дошкольников мышление конкретно; двигательный опыт мал. Поэтому при обучении физическим упражнениям нужно привлекать все анализаторы и применять разнообразные наглядные приемы: показ упражнений, использование наглядных пособий, имитации, зрительных, звуковых ориентиров.

**Принцип доступности и индивидуализации.**

Этот принцип предусматривает обучение детей с учетом возрастных особенностей и индивидуальных различий. Особенно важно определить посильность предлагаемых детям заданий. Принцип доступности предполагает включение таких трудностей, которые могут быть успешно преодолены при мобилизации физических и моральных сил ребенка, но без нарушения оздоровительного эффекта занятий. Возможности детей с возрастом и подготовленностью увеличиваются, поэтому нужно усложнять требования, чтобы стимулировать дальнейшее развитие ребенка. В процессе обучения и воспитания следует придерживаться правил: от известного к неизвестному, от простого к более сложному, от освоенного к неосвоенному. При переходе к более трудным заданиям нужно соблюдать постепенность, так как функциональные возможности организма повышаются постепенно.

**Принцип систематичности.**

Функциональные и структурные изменения в организме, двигательные навыки обратимы, т. е. они претерпевают обратное развитие в случае прекращения занятий физическими упражнениями. Поэтому нужно проводить занятия через такой промежуток времени, чтобы эффект каждого последующего занятия наслаивался на «следы» предыдущего, закрепляя и развивая вызванные им положительные изменения.

Правильно организованное физическое воспитание предусматривает учет всей совокупности условий и подбор физических упражнений в определенной системе и последовательности.

Принцип прогрессирования. Сущность этого принципа заключается в том, что в процессе физического воспитания постепенно повышаются требования, ставятся все более трудные новые задания, нарастает объем и интенсивность нагрузок.

Чтобы приобрести широкий круг умений и навыков, надо постепенно овладевать более сложными движениями. Большой запас двигательных умений и навыков позволяет легче осваивать новые движения. Вместе с тем у детей развивается способность лучше координировать движения. В процессе занятий физическая нагрузка должна постепенно возрастать. Как только нагрузка становится привычной, она уже не может вызывать положительные изменения в организме. Чтобы обеспечить дальнейшее повышение функциональных возможностей, нужно систематически увеличивать объем и интенсивность нагрузок.

Прогрессирование требований лишь тогда будет вести к положительным результатам, когда новые задания и связанные с ними нагрузки посильны для детей, соответствуют их возрастным и индивидуальным возможностям.

Длительность занятий по возрастам:

в 1 младшей группе - 10-12 мин, во 2-ой младшей группе - 15 мин, в средней группе - 20 мин, в старшей группе - 25 мин, в подготовительной - 30 мин

Учитывая все особенности возрастов, для обеспечения достаточной моторной плотности занятия и сохранения высокой работоспособности заранее распределяется чередование отдельных видов деятельности и отдыха, который может быть активным и пассивным. Поэтому на наших занятиях для повышения полезного времени используется смена мышечной нагрузки. Например, в основной части занятия после ходьбы по гимнастической скамейке или метания проводится подвижная игра с бегом. Планирование задач по развитию основных видов движений ведётся с учётом четкой дифференцировки заданий, с учетом возрастных возможностей. Например, в упражнении ходьба, по гимнастической скамейке перешагивая через кубики, средние получают задание перешагивать, младшие идут по гимнастической скамейке без кубиков с сохранением равновесия. Непосредственно-образовательная деятельность по физическому воспитанию проводится таким образом, чтобы каждый ребенок получил физическую нагрузку с учетом его индивидуальных показателей. Для определения этих показателей используется система тестирования физических качеств, где определяется и контролируется нагрузка на организм детей. В течение всего занятия дети выполняют упражнения под контролем инструктора по ФВ, после предварительного показа и краткого рассказа в зависимости от возраста детей. В конце каждого занятия выделяется время для свободной деятельности. Дети выбирают тот спортивный инвентарь, с которым им нравится заниматься и который вызывает у них больше положительных эмоций. Каждое занятие заканчивается подвижной игрой и игрой малой подвижности, где необходимо быстро подстраиваться под ситуацию, проявляя свои интеллектуальные способности.

Воспитателю необходимо знать основную технику движений, уметь их показать с учетом возраста детей, подобрать соответствующие игры для совершенствования движений. Чем богаче и разнообразнее движения, тем больше возможностей для проявления детьми инициативы и творчества. Необходимо сохранять у детей первоначальный интерес к упражнениям; от занятия к занятию, от игры к игре ставить новые задачи, обогащать упражнения новыми двигательными заданиями, усложнять правила, вводить варианты, поощрять проявление детьми самостоятельности. Разнообразие основных движений и их вариантов дает возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость. Одновременность развития двигательных качеств при ходьбе, беге, прыжках, метании, лазанье значительно повышает ценность этих движений. Наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. У детей развиваются умственные способности, восприятие, мышление, внимание, пространственные и временные представления. Ребенок должен усвоить показанное ему движение и суметь действовать в соответствии с образцом также ловко, быстро, технически правильно. Например, при прыжке с разбега рассчитать свои действия так, чтобы в нужном месте оттолкнуться и перепрыгнуть препятствие.

Динамика содержания основных видов движений в разных возрастных группах.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Виды движений** | **Младшая гр.** | **Средняя гр.** | **Старшая гр.** | **Подготовительная** |
| **Ходьба** | Ходьба обычная в колонне | Ходьба мелким и широким шагом | Ходьба в полуприседе | Ходьба в приседе и полуприседе. |
| **Бег** | Бег в разных направлениях | Бег в колонне по одному и парами. | Бег высоко поднимая колени | Бегать, поднимая вперед прямые ноги |
| **Прыжки** | Подпрыгивания на двух ногах | Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь | Подскоки вверх на месте: ноги скрестно. | Прыгать вверх, смещая ноги вправо, влево |
| **Лазанье** | Ползание на четвереньках по доске, положенной на пол. | Ползание по бревну на четвереньках. | Ползать по скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками | Ползание по скамейке на четвереньках назад. |
| **Метание** | Бросание мяча о землю и попытки ловить | Отбивать мяч о землю двумя руками | Отбивать мяч о землю двумя руками, с продвижением вперёд | Отбивать мяч о землю, двигаясь «змейкой» |
| **Равновесие** | Ходьба по доске, лежащей на полу | Ходьба по гимнастической скамейке | Ходьба по скамейке с поворотом кругом | Ходьба по гимнастической скамейке спиной вперед. |

**Таким образом:**

Деятельность ребенка раннего и младшего дошкольного возраста выражается прежде всего в движениях. Первые представления о мире, его вещах и явлениях к ребенку приходят через движения его глаз, языка, рук, перемещение в пространстве. Чем разнообразнее движения, тем больше информации поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие. Развитость движений – один из показателей правильного психического развития. Это развитие координации движений (восприятие направления и скорости движения, времени и пространства) ; способности запоминать последовательность движений и двигательных операций (память: запоминание и воспроизведение) ; внимания к своим движениям и действиям других; умения выполнять движения по словесной инструкции (воображение) ; инициативности в движениях; анализа движения по качеству его выполнения (мышление) ; развитие речевых умений и навыков. Движения выполняются с речевым сопровождением и опорой на зрительные и тактильные образы-представления. Развитие всех видов ручной моторики и зрительно-двигательной координации служит основой для становления типичных видов детской деятельности, является предпосылкой становления устной и письменной речи, а также способствует повышению познавательной активности детей.