муниципальное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №21 «Мозаика»

Семинар-практикум

для педагогов групп раннего возраста и воспитателей по физической культуре Угличского МР

**«Двигательная активность детей раннего возраста в условиях группового помещения»**

Ответственные:

Утан Л.М.

Балыкова М.В.

Углич, 2019г.

Цель: систематизировать знания педагогов об организации двигательной активности детей раннего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Уточнить и обобщить представления педагогов о понятии «двигательная активность» детей в ДОУ.
2. Активизировать мыслительную деятельность педагогов по данной теме.
3. Развить творческий потенциал, направленный на на оптимизацию двигательной активности детей раннего возраста в условиях группового помещения.
4. Развивать сплочённость, умение работать в команде, аргументированно отстаивать свою точку зрения.

Оборудование:

* Экран
* Проектор
* Ноутбук
* Беспроводная мышь
* Жетоны для жеребьевки (три подгруппы)
* Ватман с изображением клумбы
* Семена-раздаточные листы
* Двухсторонний скотч
* Материалы для работы в подгруппах в тройном экземпляре (лист с надписью активность для 1 задания, листы для 2го задания с надписями основных движений, карточки с описанием компонентов двигательной активности, листы для работы по этапам педагогического процесса)
* Атрибуты для игры «Эксперты-практики»
* Листы для составления синквейна
* Цветы трех вариантов на каждого участника для итоговой рефлексии.

**Ход семинара:**

*При входе каждый педагог получает жетон. Вся аудитория делится на три подгруппы.*

* ***Приветствие.***

**Вед.1:** Добрый день, уважаемые коллеги.

**Вед 2:** Мы рады вас приветствовать в стенах нашего детского сада.

* ***Начальная рефлексия***

**Вед.1:** И перед тем как нам начать семинар, мы хотим предложить вам посадить на нашу весеннюю клумбу семя, на котором вам необходимо написать:

**Вед.2:** ваши ожидания от сегодняшней встречи,

**Вед.1:** интересующий вас вопрос по данной теме, на который хотите сегодня здесь узнать ответ

**Вед.2:** проблему, которую хотите решить на сегодняшнем мероприятии.

*Педагоги заполняют карточки-семена и размещают их на клумбе.*

**Вед.1:** благодарим вас за …….. посев семян.

* ***Практическая часть***

**Вед.2:** «Движение – это жизнь. Ничто так не истощает и не разрушает человека, как продолжительное физическое бездействие»

**Вед.1:** Именно этими словами древнегреческого философа Аристотеля мы хотели начать нашу встречу.

**Вед.2:**Уважаемые коллеги для того чтобы настроиться на работу предлагаем вам **игру «Акроним»**, необходимо расшифровать слово АКТИВНОСТЬ по ассоциациям на каждую букву связанными с такими понятиями как физкультура, здоровье, движение.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| А |  |  |  |
| К |  |  |  |
| Т |  |  |  |
| И |  |  |  |
| В |  |  |  |
| Н |  |  |  |
| О |  |  |  |
| С |  |  |  |
| Т |  |  |  |
| Ь |  |  |  |

Вед.1: Предлагаем подгруппам озвучить свои ассоциации.

*Представление слова активность подгруппами.*

**Вед.2**: Мы с вами настроились на работу, активировав свою мыслительную деятельность.

**Вед.1:** Уважаемые коллеги, что вы понимаете под понятием двигательная активность дошкольника?

*Высказывания коллег*.

**Вед.2: Двигательная активность человека** — одно из необходимых условий поддержания нормального функционального состояния человека, естественная потребность человека.

**Вед.1:** **Двигательная** **активность** - это такая **деятельность**, которая возникает в результате сокращения мышц человека и перемещения его тела/частей тела/конечностей в пространстве в результате активации обменных процессов

**Вед.2:Двигательная (активность)** - совокупность двигательных актов;

**Вед.1:** Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольника. Она зависит от организации физического воспитания детей, от уровня двигательной подготовленности, от условий жизни, индивидуальных особенностей, телосложения и функциональных возможностей растущего организма. Дети, систематически занимающиеся физкультурой, отличаются жизнерадостностью, бодростью духа, высокой работоспособностью.

**Вед.2:** Какая основная форма организации двигательной активности детей?

*Ответ-игра.*

**Вед.1:** Предлагаем ваши знания продемонстрировать в мозговом штурме

Задания мозгового штурма: на листе и на слайде написаны основные движения игры для каждой подгруппы, предложите по описанию основных движений варианты игр для детей раннего возраста. Время дается 30 сек.

*Работа в подгруппах. Время 30 сек.*

1. ОД бег
2. ОД лазанье
3. ОД прыжки

**Вед.2:** Предлагаем каждой подгруппе представить варианты игр для детей раннего возраста, озвучив основное движение.

*Представление игр каждой подгруппой.*

**Вед.1:** Ввиду того, что двигательная активность – это естественная потребность дошкольного возраста, необходимо при её организации уделить большое внимание ее компонентам.

**Вед.2:** Уважаемые коллеги давайте их с вами вспомним…

*Ответы коллег.*

**Вед.2:** Компоненты двигательной активности:

* Утренняя гимнастика
* Физкультурные занятия
* Физкультминутки
* Подвижные игры
* Физические упражнения
* Физкультурный досуг, праздник, развлечение
* День здоровья (неделя)
* Динамичные паузы
* Двигательные игры
* Самостоятельная двигательная деятельность

**Вед.1:** уважаемые коллеги, какие компоненты двигательной активности из представленных мы не используем в раннем возрасте?

*Ответы (физ развл, праздники, досуги, день здоровья)*

**Вед.2:** Сейчас предлагаем задание в подгруппах, освежим в памяти характеристики компонентов двигательной активности.

**Вед.1:** Задание следующее: вам необходимо по основным характеристикам определить, о каком компоненте идет речь и подобрать к нему цель.

|  |  |
| --- | --- |
| **Утренняя гимнастика.**  Форма организации: игровая-подражательная  Длительность: 4-5 мин.  Комплекс состоит из 2-3 игровых подражательных упражнений. | **Физкультурные/динамичные паузы**  Форма организации: игровая-подражательная  Длительность: 5-6 мин  Комплекс состоит из 5-6 игровых упражнений |
| **Физкультминутка**  Форма организации: игровая-подражательная  Длительность: 1,5-2 мин  Комплекс состоит из 3-4 простых упражнений для больших групп мышц. |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Цель: перевести ребенка в бодрое состояние, активизировать и содействовать переходу к более интенсивной деятельности. | Цель: предупреждение общего утомления и снижения работоспособности, переключение ребенка с умственной деятельности на физическую. |
| Цель: физические упражнения, направленные на восстановление работоспособности детей, улучшения их самочувствия, повышения внимания, предупреждение утомляемости, нарушений осанки, т.е. на оздоровление организма детей. |  |

Основная двигательная активность детей раннего возраста проходит в групповом помещении детского сада, дети еще малы посещать музыкальный и физкультурный зал, вся образовательная деятельность специалистов также организуется в группе. И нам педагогам необходимо организовать образовательную среду группы, чтобы она отвечала всем требованиям развития детей раннего возраста.

Наиболее рационально планировать двигательную активность по этапам. Этапы – это условное деление физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня.

1. й этап педагогического процесса - «УТРО».
2. й этап педагогического процесса – «обед».
3. й этап педагогического процесса – «ВЕЧЕР».

Предлагаем вам коллеги в подгруппах спланировать двигательную активность детей раннего возраста на определенном этапе педагогического процесса.

Работа в подгруппах

Каждое утро мы организуем в группе утреннюю гимнастику.

Утренняя гимнастика планируются и проводится учитывая возраст наших детей только игровая или сюжетная, желательно с музыкальным сопровождением

Утром целесообразно планировать двигательную деятельность, знакомую по содержанию, в зависимости от интересов и потребностей детей. Необходимо заранее создать условия для самостоятельной двигательной активности, продумать размещение физкультурного инвентаря, дидактических пособий.

обед

желательно планировать игры, знакомые детям, лучше малой или средней подвижности.

можно проводить, индивидуальную работу с детьми, независимо от уровня их физического развития, а так же индивидуальную работу с детьми, которые имеют различные отклонения в осанке, зрении, нарушения слуха, нервной системы, ожирение.

Вечер

Основная педагогическая задача этого периода – вызвать у детей желание завтра снова прийти в детский сад. Для её реализации необходимо в группе создать положительный эмоциональный настрой, чтобы каждому ребёнку было комфортно. Во вторую половину дня кроме гимнастики после сна и закаливающих мероприятий желательно планировать активный отдых. Во вторую половину дня также необходимо запланировать самостоятельную двигательную деятельность, используя различное, спортивное оборудование.

Вечером, перед уходом детей, лучше планировать спокойную двигательную деятельность – малоподвижные игры, дыхательные упражнения, оздоровительные игры, упражнения и т.д..

В первые годы жизни самостоятельная двигательная активность ребенка постоянно увеличивается, упущенное же в этом возрасте компенсируется в дальнейшем с большим трудом. А именно двигаясь, дети познают окружающий мир, и приспосабливаются к новым социальным условиям.

Малыши ещё не осознают значимость укрепления здоровья, поэтому научить их заботиться о нём должны взрослые.

Благодаря пластичности нервной системы двигательные навыки и умения формируются у детей сравнительно легко.

Какими Основными движениями овладевает ребёнок в раннем возрасте?

**бег,**

**ходьба,**

**ползание**

**лазание**

**прыжки**

**катание**

**метание**

представление опыта.

Движения детей недостаточно согласованы, им трудно сохранять равновесие. Чтобы побуждать малышей выполнять движения мы используем в своей работе различные подвижные игры с использованием потешек, поговорок.

Фото

Игры организуем так, чтобы детям было интересно это делать не потому что «надо» и «полезно», а потому что им это нравится. В играх дети не только учатся правильно двигаться, но и знакомятся со свойствами предметов, с новыми словами. Особый интерес вызывают у малышей игры с использованием разных образов и игрушек.

**ползание.**

Это очень полезное движение. Работает плечевой пояс, нагрузка на позвоночник невелика, что благотворно влияет на развитие правильной осанки. В будущем, овладев ходьбой, дети редко пользуются ползанием. Но мы должны развивать у детей это движение.

Какие игры на ползанье знаете и используете вы уважаемые коллеги в своей работе?

Мы в своей работе используем игры ***«Проползи в воротики», «Переползи через брёвнышко», «К мышке в норку проползём, от кота её спасём» (в обруч)***

Следующим движением является **ходьба,** хотя сейчас дети, бывает, чаще начинают ходить, пропуская период ползания. Это сильно влияет на развитие осанки, так как возрастает нагрузка на позвоночник.

При кажущейся простоте в ходьбе ребёнок не может сразу овладеть правильными навыками. При ходьбе он отклоняется то вправо, то влево. Плохо согласовывает движение рук и ног.

Чтобы вызвать у ребёнка интерес к выполнению нам помогают игровые приёмы. ***«Идём в гости к зайке, мишке», «Пройди по дорожке».*** Здесь мы используем дорожки, сделанные своими руками. Чтобы задать ритм, помогут различные слова:

***Топ-топ-топ, зашагали ножки***

***Топ-топ-топ, прямо по дорожке.***

Чтобы ребёнок не шаркал ногами при ходьбе, организуем такие игровые ситуации: перешагнуть через лежащие на полу верёвку, скакалку, палку.

Коллеги как вы думаете, а какое любимое движение у малышей?

Любимое движение у малышей это **бег.**

Если им предложить ***«Догнать собачку», «Убежать от дождика» или «Подбежать к маме или папе»***, ребёнок с большой радостью это выполнит. Так же поможет речевое сопровождение.

***Побежали ножки, прямо по дорожке,***

***Прибежали к маме маленькие ножки.***

Очень сложным движением являются **прыжки.**Прыжок связан с отрывом от земли и сохранением равновесия при приземлении. Можно взять ребёнка за руки и слегка приподнимая его, приговаривать: ***«Высоко, высоко подпрыгнем»***Самому подпрыгивать и предлагать малышу.***«Попрыгаем как зайчики, воробышки»***

***«Мы попрыгаем немножко***

***Веселей пляшите ножки»***

Важно помнить, что, приподнимая ребёнка, нельзя брать его за кисть, только выше запястья, так как у детей очень слабые суставы и можно нанести травму.

Можно приподнять над головой ребёнка какой-нибудь предмет и предложить: ***«Достань дождинку, снежинку, колокольчик».***

Когда прыжки на месте будут получаться, можно перейти к прыжкам с продвижением вперёд. ***«Перепрыгни через верёвочку, ленточку» (положенные на пол) «ручеёк», спрыгнуть с «горки»***

Много восторга и интереса вызывает у детей **катание и бросание.**

Вначале ребёнок бросает игрушку, стоя в кроватке и следя за её падением. Затем зажимает в руке мячик и бросает его вперёд – вниз. Потом пытается катать мяч. Сев напротив, можно помочь малышу, предложив ***«Покатился мяч к тебе, покатился мяч ко мне***». Не нужно спешить показывать все движения ребёнку – пусть он сам догадается, что ещё можно сделать, например – прокатить мяч в воротики, бросить мяч вперёд и попытаться догнать его.

***«Вот как мячик покатился и назад не воротился.***

***Догони его скорей и в ладошках обогрей»***

Утренняя гимнастика

Для создания у ребят положительного отношения к занятиям физкультурой гимнастика проводится в игровой форме: дети с удовольствием иммитируют голоса и движения животных, изображают различные предметы (часы, пузырь и т.д.) Длительность утренней гимнастики в этом возрасте - 4-5 минут. Комплексы состоят из 2-3 игровых, подражательных упражнений Упражнения выполняются 4-5 раз.