«Организация двигательной активности детей на прогулке в летнее время года

В дошкольном возрасте, в период интенсивного роста и развития детей, особенно важно обеспечить оптимальный режим двигательной активности, способствующий своевременному развитию моторики, правильному формированию важнейших органов и систем.

Каждая прогулка для ребенка - это познание окружающей действительности через движения, которые должны приносить радость. Эффективность прогулок в дошкольном учреждении во многом определяется пониманием их значимости.

На каждой прогулке решается, как правило, комплекс взаимосвязанных задач: оздоровительных, воспитательных и образовательных. Оздоровительные задачи направлены на формирование здорового образа жизни и воспитание осознанного отношения к проявлению своей двигательной активности. При разработке содержания воспитательных задач важно обратить внимание на развитие самостоятельности, активности и общения, а также на формирование эмоциональной, моральной и волевой сферы детей в процессе двигательной деятельности. Вместе с тем отличительной особенностью прогулок в младших возрастных группах является акцент на решение образовательных задач: овладение необходимым программным материалом по развитию движений, формирование доступных знаний об основах физической культуры и здоровом образе жизни. Эти задачи решаются в тесной взаимосвязи с развитием двигательных качеств и способностей детей, а также формированием оптимальной двигательной активности.

В течение года прогулки проводятся ежедневно. В летнее время дети проводят на воздухе практически все время с момента прихода в дошкольное учреждение, в помещение заходят лишь для приема пищи и сна. Воспитатель осуществляет основную работу с детьми. В целях охраны жизни и здоровья детей воспитатель, начиная рабочий день (до приема детей), внимательно осматривает весь участок: нет ли поломанного оборудования, битого стекла, каких-либо нежелательных предметов и т.д. В летнее время могут быть грибы, незнакомые ягоды в укромных уголках площадки, палки с шипами и заостренными концами и пр. Для того чтобы дети охотно оставались на прогулке положенное по режиму время, необходимо им создать условия для разнообразной деятельности.

ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОГУЛКИ

Правильно организованная прогулка в полной мере удовлетворяет потребность детей в самостоятельных действиях при ознакомлении с окружающим, в новых ярких впечатлениях, в свободных активных движениях в игре. В условиях прогулки осуществляется тесное общение ребенка со взрослым. Воспитатель имеет возможность уточнять, закреплять знания, полученные детьми на занятиях, обучать тем или иным умениям, объединять малышей в небольшие подгруппы, приучая действовать сообща, не мешая друг другу, воспитывать любовь и доброе отношение ко всему, что окружает. Для успешного осуществления этих задач в первую очередь следует продумать условия проведения прогулки. Конечно, такая активная деятельность предусматривает удобную, легкую, не сковывающую движений одежду. Но нельзя ограничиваться лишь созданием условий для прогулки. Нужно заботиться о том, чтобы каждому ребенку было интересно. Последовательность и продолжительность разных видов деятельности изменяется с учетом конкретных условий: времени года, погоды, возраста детей и характера их предшествующей деятельности. Содержание вечерних прогулок планируется с учетом всей предшествующей деятельности детей.

ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ НА ПРОГУЛКЕ

В целях насыщения прогулки интересными делами в ее структуру предлагается вносить наблюдения и дидактические задания, совместные со взрослым трудовые действия и подвижную игру. При этом значительная часть времени отводится самостоятельной деятельности детей. Все эти структурные части выступают не как отдельные мероприятия, а взаимно дополняют и углубляют друг друга. Планирование работы по развитию движений на прогулке должно способствовать закреплению, совершенствованию игр и физических упражнений, повышать двигательную активность детей. При этом важно правильно выбирать время для проведения игр и упражнений. Нельзя допускать, чтобы организованная двигательная деятельность проводилась за счёт времени самостоятельной деятельности детей.

Выбор времени проведения игр на прогулке зависит от предшествующей работы в группе. Если физкультурное или музыкальное занятие проводилось в первой половине дня, то желательно организовывать игры и упражнения в середине или конце прогулки, а в самом её начале предоставить детям возможность самостоятельно поиграть, поупражняться с разнообразными пособиями. В остальные дни целесообразно организовать двигательную деятельность детей в начале прогулки, что позволит обогатить содержание их самостоятельной деятельности. В дни проведения физкультурных занятий с детьми организуется одна подвижная игра и какое-либо физическое упражнение (спортивное упражнение или упражнение в основном виде движения). В другие дни, когда занятие не проводится, планируется подвижная игра, спортивное упражнение и упражнение в основном виде движения (прыжки, лазание, метание, бросание и ловля мяча и др.). Подвижную игру воспитатель может проводить со всей группой и повторять её 3-5 раз. При организации известных игр воспитатель может предоставить детям возможность самим вспомнить и рассказать содержание игры, правила. При разучивании новой подвижной игры необходимо чёткое, лаконичное объяснение её содержания. Отдельные элементы можно показать и даже проиграть. После объяснения воспитатель сразу переходит к игре и по ходу игры уточняет то, что недостаточно хорошо запомнили дети. В подвижных играх ведущие роли выполняют сами дети. При организации игр соревновательного характера, игр-эстафет важная роль принадлежит воспитателю, который должен помочь детям разделиться на команды, подобрав их с учётом уровней подвижности и физической подготовленности (необходимо, чтобы в обеих командах приблизительно поровну было и тех, и других детей). Большое воспитательное значение имеет подведение итогов, оценка результатов, действий детей, их поведение в игровой деятельности. К обсуждению результатов игры целесообразно привлекать самих детей, надо приучать их оценивать своё поведение и поступки товарищей. Это будет способствовать в дальнейшем более осознанному выполнению заданий и правил игры, а также налаживанию взаимоотношений в процессе совместных действий. На прогулке должны планироваться подвижные игры и игровые упражнения разной степени интенсивности. В течение месяца может быть проведено 15-20 подвижных игр (включая игры эстафеты), при этом разучено 3-4 новые игры. Общая длительность игры составляет 10-12 минут.

В работе с детьми организация детской деятельности требует от педагога особого внимания, так как не все дети одинаково активны, подвижны и самостоятельны, а большинство затрудняются в самостоятельном выборе игр, игрушек и пособий.

Перед проведением игр и игровых упражнений необходимо подготовить физкультурно-игровой материал, выбрать игры с учетом возраста и сезона года, продумать ход прогулки, распределить роли. Важно, чтобы сам педагог принимал активное участие в играх и упражнениях: это поддерживает положительный эмоциональный настрой детей и их интерес к разным формам ДА. Известно, что дошкольники любят играть в знакомые им подвижные игры под руководством воспитателя, но если в течение недели проводить игру, не внося никаких изменений, то ДА детей резко снижается и интерес к играм падает. С детьми в новую игру целесообразно играть в течение двух-трех дней подряд, затем следует усложнить двигательные задачи, внести новые пособия или игрушки. Если это не нарушает хода игры, дети привыкают действовать в измененных условиях, что важно для повышения их ДА.

Создание условий для эффективного проведения прогулок.

Для осуществления задач всестороннего развития и организации разнообразной деятельности детей большое значение имеет озеленённый, в соответствии с педагогическими и гигиеническими требованиями спланированный и оборудованный участок. На этом участке выделяются места для проведения подвижных игр и развития движений детей (ровная площадка), для игр с песком, водой, строительным материалом, для творческих игр и игр с различными игрушками.

На участке должно быть оборудование для развития движений: заборчики для лазанья (трёхгранные, четырёхгранные и шестигранные), бревно для упражнения в равновесии, горка, инвентарь для упражнений в прыжках, метания. Всё это должно иметь привлекательный вид, быть прочным, хорошо обработанным, закреплённым и соответствовать возрасту и силам детей. Кроме постоянного оборудования, на площадку выносятся игрушки, пособия в соответствии с намеченным планом работы. Игровые площадки заканчиваются дорожками, по которым дети могут кататься на велосипедах, автомобилях.

Помимо игровых площадок на участке необходимо иметь закрытые беседки для защиты от дождя и солнца. Помимо стационарно установленного оборудования, на участок следует выносить дополнительный материал, который служит целям закрепления, уточнения, конкретизации новых знаний детей об окружающем мире, а также тренирует их наблюдательность, умение сравнивать, обобщать, делать простейшие выводы. Это наборы определенных видов объектов, выполненных из пластмассы, гипса или дерева.

1-й набор: сказочные персонажи, знакомые детям. В зимнее время это Дед Мороз и Снегурочка, в летнее - девочка Машенька с братиком Ванечкой и др. Дети рассматривают их, вместе со взрослым вспоминают любимые сказки, недавние праздничные, новогодние события. Иногда в руках у Машеньки появляется корзинка. Дети замечают, начинают предполагать, куда собралась девочка. Так зарождается интересная беседа.

2-й набор: знакомые игрушки - медвежонок, лиса, заяц, волк, белка, олень. Одни сидят на задних лапах, другие стоят или лежат. Для поддержания интереса детей, развития их внимательности время от времени в оформление объектов вносятся сюрпризные моменты: зимой медвежонку надевают малахай, волку - варежки; в летнее время лисе - яркий платок. А то и румяный колобок можно посадить на нос! Зайцу можно надеть то юбку, то фартук, мишке - красную рубаху, волку – лапти.

3-й набор: знакомые детям игрушки - ворона, воробей, голубь, сорока, снегирь, синица. Дети самостоятельно находят их, рассматривают строение тела, показывают характерные движения, голосовые реакции птиц.

Эту атрибутику расставляют по всему участку, не более 4-5 фигур одновременно. Заменять их следует через 10-12 дней, тем самым поддерживая к ним устойчивый интерес детей.

В летнее время с целью развития наблюдательности, умения замечать изменения в одном из спокойных мест участка можно организовать «озеро», врыв в землю небольшой тазик и обложив края дерном. В яркий солнечный день возле «озера» загорают на травке куклы, плавают по «озеру» уточки. В пасмурную погоду у «озера» сидит рыбак. Такие изменения в сюжете не оставляют детей равнодушными. Выйдя на прогулку, дети спешат посмотреть, что происходит на «озере».

На прогулках воспитатель организует игры с природным материалом (песок, вода, снег, листья, плоды). Для таких игр на участке следует иметь оборудование (песочные дворики, ящики с песком, бассейн, плескательницы). Формочки, сосуды, совочки, печатки периодически выносятся на прогулки. Кроме этого, широко используются разнообразные игровые упражнения на узнавание деревьев, кустарников, цветов, животных (по звукам и следам и т.д.), игры с игрушками, приводимыми в движение ветром.

Постоянно и разнообразно двигается ребенок на участке. В теплое время года потребность в активных движениях удовлетворяется полностью. При норме 10 тысяч шагов за день младшие дошкольники по собственной инициативе могут сделать лишь 1200-1500 шагов, в то время как при продуманной организации и педагогически правильном руководстве они показывают результаты до 6000 шагов каждый. Таких результатов ребенок достигает без каких-либо усилий для себя, увлеченно двигаясь по участку в процессе выполнения дидактических заданий, активно участвуя в организованных подвижных играх, занимаясь интересной самостоятельной деятельностью. Становится очевидным, что подвижные игры и игровые упражнения также являются обязательным компонентом каждой прогулки.

Таким образом, структурными компонентами прогулки являются:

- разнообразные наблюдения,

- дидактические задания,

- трудовые действия самих детей,

- подвижные игры и игровые упражнения.

Все эти компоненты позволяют сделать прогулку более насыщенной и интересной. К тому же они выступают не как отдельные педагогические мероприятия, а как логически обоснованные части того основного, что запланировано взрослым в конкретной прогулке.

Каждый из обязательных компонентов прогулки занимает по времени от 7 до 15 минут и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности детей. В зависимости от сезонных и погодных условий, объекта наблюдений, настроя детей эти структурные компоненты могут осуществляться в разной последовательности. Например, в пасмурный морозный день дети, выйдя на прогулку, сразу же включаются в подвижную игру, что неизменно поднимает их эмоциональной тонус.

В знойное летнее время дети сразу же начинают выполнять трудовые действия. Главное - каждый из компонентов прогулки вносит свое, неповторимое в развитие и воспитание, в формирование личностных качеств младших дошкольников.

На фоне самостоятельно играющих детей педагог может что-то рассказывать и показывать им, пообщаться с одним-двумя на интересную них тему, организовать индивидуальные игры - развлечения понаблюдать с подгруппой детей за каким-либо необычным явлением и событием, которое заметили они сами. Главное - сделать так, чтобы на прогулке не было скучно. В жаркую погоду проводятся игры с водой. Полезны игры, при помощи которых расширяются знания и представления детей об окружающем. Воспитатель дает детям кубики, лото, поощряет игры в семью, космонавтов, пароход, больницу и др. Он помогает развить сюжет игры, подобрать или создать необходимый для нее материал.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1.Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. [Текст]:Пособие для воспитателей д/сада /Е.Н. Вавилова.- М.: Просвещение, 1986.- 128с.

2.Змановский Ю. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях //Дошкольное воспитание.- № 9.- 1993.- с.23-25.

3.Иващенко О.Н. Общие принципы организации двигательной деятельности детей на прогулке.//Дошкольное воспитание.- № 11.- 2007.- с.56-59

4. Рунова М. Зимняя прогулка //Дошкольное образование.- №12.- 2003.- с.35-40.

5.Рунова М. Формирование оптимальной двигательной активности. //Дошкольное воспитание.- № 6.- 2000.- с.30-37.

6.Теплюк С. Работа с детьми на прогулке //Дошкольное воспитание.- №1.- 1990.- с.34-42.

7.Шишкина В.А. Движение + движения [Текст]: Книга для воспитателей д/сада /В.А. Шишкина.- М.: Просвещение, 1992.- 96с.