Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 341 Дзержинского района Волгограда»

**Тематический педсовет**

**Тема «Организация оптимальной двигательной активности - как важное условие укрепления здоровья и физического развития детей дошкольного возраста»**

**Цель:** систематизация знаний педагогов об организации двигательной активности детей дошкольного возраста в режиме дня.

Задачи:

1. Систематизировать знания педагогов по данной теме.
2. Поиск эффективных форм, использование инновационных подходов и новых технологий при организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
3. Проанализировать эффективность используемых форм и методов организации работы с родителями по физическому воспитанию и развитию детей дошкольного возраста.
4. Активизировать деятельность педагогов по пополнению и обновлению предметно-пространственной среды по физическому воспитанию.

**Повестка дня**

1. Вступительное слово заведующего о значении повышения качества физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ.

1. «Движение как средство развития всех систем человеческого организма» (старший воспитатель).

3. Анализ состояния работы по развитию двигательной активности детей

(Итоги  тематического контроля по организации двигательной активности в режимных моментах в ДОУ) **–(** Старший воспитатель)

4.Знакомство с новой технологией: «Степ-аэробика - как эффективная форма работы по физическому воспитанию и развитию дошкольников» инструктор по ФИЗО Т.Н. Грибова

5.Двигательная активность детей в процессе музыкальной деятельности. (музыкальный руководитель Е.П. Фантрова)

6. Презентация проекта «ФУТБОЛ. Футбольная команда «РОТОР» Волгоград» (муз. руководитель М.Н. Калмыкова, инструктор по ФИЗО Т.Н. Грибова)

7 Презентация проекта «Семейный спортивный тимбилдинг» (воспитатель Е.В. Данченко, педагог-психолог М.Ю. Кудряшова)

8. Презентация новых дидактических игр и пособий по физкультурно-оздоровительной работе в группах ДОУ. (воспитатели)

***Ход педсовета:***

**I Вступительное слово заведующего**

**Актуальность**

Здоровье детей – это будущее страны. Здоровье можно предопределить только движением. «Движение – это жизнь, - как говорил великий философ Аристотель, - Ничто так не истощает и не ослабляет человека, как продолжительное физическое бездействие». И это действительно так. Все это может дать ребенку физическое воспитание. Физическое воспитание – это не только занятия физкультурой, а целая система организации двигательной деятельности детей дома и в детском саду.

Развитие двигательных навыков имеет огромное значение не только для занятий спортом или физической подготовки. Эти навыки необходимы и в таких, казалось бы, совершенно различных видах деятельности, как работа хирурга, управление самолетом, танцы, занятия лепкой, автогонки. Человек, двигательные навыки которого развиты недостаточно, вряд ли сумеет полностью реализовать свои желания в широком спектре человеческих профессий.

Это – необходимое условие построения фундамента жизни ребенка, которое и обеспечит ему возможность заниматься спортом, и откроет доступ к самым различным видам человеческой деятельности, и просто позволит наслаждаться сильными, уверенными и ловкими движениями собственного тела.

1. **«Движение как средство развития всех систем человеческого организма»**

В своем историческом развитии организм человека формировался в условиях высокой двигательной активности. Первобытному человеку  ежедневно приходилось пробегать и проходить десятки километров в поисках пищи, постоянно от кого-то спасаться, преодолевать препятствия, нападать.

Так выделились пять основных жизненно важных движений, каждое из  которых имело свое значение: **бег и ходьба** – для перемещения в пространстве, **прыжки и лазанье** - для  преодоления препятствий, **метание** – для защиты и нападения.

Миллионы лет эти движения являлись главнейшим условием существования человека – выживал тот, кто лучше других владел ими. Долгие годы измерять движения не было необходимости – человек двигался на пределе своих возможностей.

Сейчас мы видим противоположную картину. Развитие науки и техники способствовало постепенному снижению двигательной активности людей, что со временем стало отрицательно сказываться на их здоровье.

Здоровье ребенка зависит от ряда факторов:

- биологических,

- экологических,

- социальных,

- гигиенических,

- а также от характера педагогических воздействий.

Среди разнообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность всего организма – двигательная активность.

Помните выражение «Движение – это жизнь»? С этим трудно поспорить. Русский народ славится своими пословицами и поговорками, которые передаются из поколения в поколение и не утратили своей актуальности.

**1 задание: вспомните пословицы и поговорки о здоровье, движении, спорте:**

Быстрого и ловкого болезнь не догонит;

В здоровом теле - здоровый дух;

Здоровому все здорово;

Не досыпаешь – здоровье теряешь!

Смолоду закалишься, на весь век сгодишься;

Физкультурой заниматься будешь, про болезни забудешь;

Двигайся больше - проживешь дольше.

Трудно переоценить роль движений, которую они играют в повседневной жизни человека и особенно в развитии детей. Как раз посредством движений ребенок уже с самого раннего возраста начинает познавать окружающий его мир, взаимодействует с ним, выражает свое отношение к нему.

От состояния двигательной сферы и соответственно возможностей в овладении теми или иными движениями, моторными актами, двигательной деятельностью в целом очень многое зависит в жизни человека: от развития жизненно необходимых способов передвижения (лазанье, ходьба, бег и др.) и формирования элементарных навыков самообслуживания в раннем и дошкольном детстве до овладения учебно-трудовой деятельностью в школьном возрасте и, наконец, выбора в будущем желаемой профессии, требующей высокого уровня координации движений.

О значении двигательной активности в жизнедеятельности человека есть немало высказываний разных специалистов: физиологов, врачей, психологов, педагогов и др.

**Физиологи считают** движение врожденной жизненно необходимой потребностью человека. Занимаясь изучением развития мозга и его функций, объективно доказали, что при любом двигательном тренинге упражняются не руки, а мозг. Полное удовлетворение потребности в движениях, по их мнению, особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. Поэтому они рекомендуют педагогам использовать движения как важнейшее средство умственного развития детей.

**Врачи утверждают**, что без движений ребенок не может вырасти здоровым. Движение, по их определению, может выступать в роли профилактирующего средства, когда активный двигательный режим способствует предупреждению различных заболеваний, особенно таких, которые связаны с сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной системами. Кроме того, движение широко используется и как эффективнейшее лечебное и коррекционное средство.

**По мнению психологов,** развитие личности осуществляется в деятельности. Ведущей деятельностью ребенка является игра. А его игровая деятельность выражается прежде всего в движениях: в манипуляциях игрушками, во взаимодействии со взрослыми, детьми, с окружающими предметами. Первые представления о мире, его предметах и явлениях приходят к ребенку через движения его глаз, языка, рук, через перемещения в пространстве. Чем разнообразнее движения, тем большая информация поступает в его мозг, тем интенсивнее идет психическое развитие. Познание окружающего посредством движений более всего характеризует психологические и возрастные особенности детей первых трех лет жизни. Вот почему детям этого возраста особенно необходима двигательная активность.

Таким образом, движения, двигательная активность, как это явствует из высказываний специалистов разного профиля, являются не только фундаментом настоящего и будущего здоровья и физического развития ребенка, но и представляют собой условие и средство его общего и психического развития, формирования его как личности.

**Что же такое двигательная активность?**

**Двигательная активность (ДА)** – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

Это средство приобщения детей к здоровому образу жизни. Под двигательной активностью нами понимается суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной деятельности. Благоприятное воздействие на организм оказывает только двигательная активность, находящаяся в пределах оптимальных величин.

Так, при **гиподинамии** (режиме малоподвижности) возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

**Гиперкинезия** (чрезмерно большая двигательная активность) также нарушает принцип оптимальной физической нагрузки, что может повлечь за собой перенапряжение сердечно-сосудистой системы и неблагоприятно отразиться на развитии организма ребенка. Поэтому требуется особое внимание к созданию предпосылок для обеспечения детей рациональным уровнем двигательной активности.

Двигательная активность дошкольника должна быть целенаправленна и соответствовать его опыту, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма, что и составляет основу индивидуального подхода к каждому ребёнку. Поэтому необходима организация двигательной деятельности, её разнообразие, а также выполнение основных задач и требований к её содержанию.

К сожалению, современные дети не имеют возможности для проявления достаточной двигательной активности. Она все больше ограничивается созданными условиями:

* замкнутым перенасыщенным пространством групп и квартир;
* ограничением двигательной активности на прогулках (сокращение игровых площадок, большое количество транспорта во дворах);
* требованиями (запреты) взрослых (не лезь, не беги, испачкаешься, упадешь и т.п.);
* преобладанием статичного времяпровождения (просмотр телепередач, компьютерные и настольные игры, игры с конструктором, занятия изобразительной деятельностью и т.д.)

Достаточный уровень двигательной активности ребенка, удовлетворение его потребности в движениях можно обеспечить за счет правильной организации двигательного режима в детском саду, в школе и дома. В детских учреждениях такой режим обеспечивается особым распорядком дня, в котором предусматривается время для разнообразных видов занятий по развитию двигательной сферы детей.

Придавая особую значимость роли двигательной активности в укреплении здоровья дошкольников, можно определить приоритеты в режиме дня.

***I место в двигательном режиме детей принадлежит физкультурно-оздоровительным занятиям.*** К ним относятся общеизвестные виды двигательной деятельности: **(Какие виды деятельности?)**

- утренняя гимнастика;

- подвижные игры и физические упражнения во время прогулок;

- физминутки на занятиях с умственной нагрузкой и т.д.

С целью оптимизации двигательной активности и закаливания детей необходимо внедрять дополнительные виды занятий двигательного характера, взаимосвязанные с комплексом закаливающих мероприятий:

**(Какие виды занятий?)**

- оздоровительный бег на воздух;

- пробежки и ходьба по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами;

- гимнастика после дневного сна;

- прогулки, экскурсии;

- корригирующая гимнастика в сочетании с сухим массажем;

***II место в двигательном режиме детей занимают:***

- учебные занятия по физической культуре.

Это основная форма обучения двигательным навыкам и развития двигательной активности детей. Занятия проводятся три раза в неделю ( 2 в физкультурном зале, одно на воздухе).

***III место отводиться самостоятельной двигательной деятельности, возникающий по инициативе детей.*** Самостоятельная деятельность является важным источником активности и саморазвития ребенка.

Немаловажное значение отводится активному отдыху:

**(Назовите, что относится к активному отдыху?)**

- недели здоровья;

- физкультурный досуг;

- физкультурно-спортивные праздники на воздухе или в физкультурном зале;

- игры – соревнования;

- спартакиады.

В двигательный режим входят дополнительные виды занятий:

- секции по интересам;

- спортивные танцы.

А также совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи:

- домашние задания;

- физкультурные занятия детей совместно с родителями;

- участие родителей в физкультурно-оздоровительных массовых мероприятиях ДОУ.

Таким образом, предполагаемые виды двигательной деятельности, дополняя и обогащая друг друга, в совокупности обеспечивают необходимую двигательную активность каждого ребенка в течении всего времени пребывания его в дошкольном учреждении.

Учитывая индивидуальные особенности двигательной деятельности детей, оптимизации двигательного режима свойственна гибкость, но и одновременно четкая структуризация, поэтому в ДОУ разработана модель двигательной активности детей, которая позволяет проследить всю работу не только в течение дня, но и в течение недели, месяца, всего учебного года. Данная модель вариативна (содержание может корректироваться) и составлена на основе примерной программы «От рождения до школы».

Для каждого возрастного периода существует свой оптимальный уровень двигательной деятельности, в связи с интенсивным обменом веществ и пластическими процессами роста. Потребность в движении, четко регламентируемый оптимальным двигательным режимом ДОУ.

**Модель двигательного режима**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Виды двигательной активности** | **I-младшая группа** | **II-младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготови**  **тельная группа** |
| Подвижные игры малой  подвижности | Ежедневно  15-20  минут | Ежедневно  20 минут | Ежедневно 20 минут | Ежедневно 25 минут | Ежедневно  25 минут |
| Утренняя  гимнастика | Ежедневно  4-5 минут | Ежедневно  5-7 минут | Ежедневно  7-8 минут | Ежедневно  8-10 минут | Ежедневно  10-12 минут |
| Физкультминутки | На занятиях  2-3 минуты | На занятиях  2-3 минуты | На занятиях 2-3 минуты | На занятиях  3-5 минут | На занятиях  3-5 минут |
| Музыкально –  ритмические  движения | На  музыкальных  занятиях  6-8 минут | На  Музыкальных  занятиях  6-8 минут | На  музыкальных  занятиях  8-10 минут | На  музыкальных  занятиях  10-12 минут | На музыкальных занятиях  12-15 минут |
| Физкультурные занятия  (два в зале) | Два раза в  неделю  10-15  минут | Два раза в  неделю  15 минут | Два раза в  неделю  20 минут | Два раза в  неделю  25 минут | Два раза в неделю  30 минут |
| Самостоятельная двигательная деятельность  детей на свежем воздухе | Ежедневно  30-40  минут | Ежедневно  30-40  Минут | Ежедневно  40-60  минут | Ежедневно  40-60 минут | Ежедневно  40-60 минут |
| Подвижные игры большой  подвижности | Ежедневно  10-15 минут | Ежедневно  10-15 минут | Ежедневно  15 минут | Ежедневно  22 минут | Ежедневно  25 минут |
| Индивидуальные  упражнения | Ежедневно  5 минут | Ежедневно  7 минут | Ежедневно  8 минут | Ежедневно  10 минут | Ежедневно  10-12 минут |
| Гимнастика после  дневного сна | Ежедневно  4-5 минут | Ежедневно  5-7 минут | Ежедневно  7-8 минут | Ежедневно  8-10 минут | Ежедневно  10-12 минут |
| Физкультурный  досуг | Один раз в  месяц 10-15 минут | Один раз в  месяц  20 минут | Один раз в  месяц  25 минут | Один раз в  месяц  30 минут | Один раз в месяц  35 минут |
| Спортивный  праздник |  | Один раз  в три  месяца  10-15 минут | Один раз  в три  месяца  20 минут | Один раз в три месяца  25-30 минут | Один раз  в три месяца  30-35 минут |
| Самостоятельная  двигательная деятельность  детей в течение дня | Ежедневно.  Характер и продолжительность зависит от индивидуальных особенностей и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя. | | | | |

**Назовите формы работы с родителями по физическому воспитанию и развитию детей дошкольного возраста, которые вы используете в своей работе:**

• Родительские собрания.

• Совместные физкультурные досуги, праздники, дни здоровья, туристические походы.

• Дни открытых дверей (родители имеют возможность присутствовать на утренней гимнастике, физкультурном занятии, могут наблюдать организацию питания, сна, закаливающих мероприятий).

• Открытые занятия.

• Анкетирование родителей.

• **Домашние задания решают следующие задачи:**

- повышают двигательную активность детей;

- подтягивают отстающего в движении ребенка и тем самым меняют отношение детей к нему;

- Детско-родительские проекты, образовательные проекты;

- Мастер-класс:

• **Демонстрация передового опыта семейного воспитания (интервью, выставки, встречи с родителями, конференции).**

• Оформление наглядного материала (тематические папки-передвижки).

• **Библиотечка по физическому воспитанию для семьи** (рассказы, стихи, загадки по физкультуре для семейного чтения, консультации, комплексы утренней гимнастики и т.д. ).

• Индивидуальные беседы.

1. **Итоги  тематического контроля по организации двигательной активности в режимных моментах в ДОУ** (старший воспитатель)
2. **Знакомство с новой технологией: «Степ-аэробика - как эффективная форма работы по физическому воспитанию и развитию дошкольников»** (инструктор по физической культуре Т.Н. Грибова)
3. **Двигательная активность детей в процессе музыкальной деятельности.** (музыкальный руководитель Е.П. Фантрова).
4. Презентация проекта «ФУТБОЛ. Футбольная команда «РОТОР» Волгоград» (муз. руководитель М.Н. Калмыкова, инструктор по ФИЗО Т.Н. Грибова).
5. Презентация проекта «Семейный спортивный тимбилдинг» (воспитатель Е.В. Данченко, педагог-психолог М.Ю. Кудряшова).
6. Презентация новых дидактических игр и пособий по физкультурно-оздоровительной работе в группах ДОУ. (воспитатели).

**Подведение итогов.**

Систематическая, наполненная разнообразным содержанием двигательная деятельность детей играет важную роль в их физическом и психическом развитии.

Поэтому, расширение и обогащение двигательного опыта детей – одна из основных задач, стоящих перед воспитателем детского сада в плане физвоспитания. Воспитатель должен уметь организовать двигательную активность детей, научить детей различными подвижным играм, физическим упражнениям.

**Закончить наш педсовет я хотела бы стихотворением**

В каждом маленьком ребенке,

И в мальчишке, и в девчонке,

Есть по двести грамм взрывчатки

Или даже полкило,

Должен он скакать и прыгать,

Всё хватать, ногами дрыгать,

А иначе он взорвется

Неизвестно отчего.

Эта смешная песенка из мультфильма подтверждает интенсивную двигательную активность, свойственную детям дошкольного возраста.

**Решение педагогического совета:**

1. Продолжить систематически планировать воспитательно-образовательную работу по организации двигательной активности воспитанников, используя разнообразные формы и виды деятельности.

**Ответственные – все педагоги. Срок – постоянно.**

1. Совершенствовать работу с семьей по организации двигательной активности. Планировать проведение совместных мероприятий с родителями, включая их в образовательную деятельность.

**Ответственные – все педагоги. Срок – постоянно.**

1. Пополнить центры по физическому воспитанию дошкольников.

**Ответственные – все педагоги. Срок – до 25 февраля 2021г.**

1. Организовать библиотечку по физическому воспитанию для семьи (рассказы, стихи, загадки по физкультуре для семейного чтения, консультации, комплексы утренней гимнастики и т.д. ).

**Ответственные – все педагоги. Срок – до 25 февраля 2021г.**