

Методическое объединение педагогов

Тема: «Использование инновационных подходов на занятиях по физической культуре в образовательных организациях, реализующих ОП ДО»

Доклад

на тему: «Организация и методика проведения физкультурного занятия»

Выполнила: воспитатель МДОАУ

«Детский сад № 5 «Радуга»

Кудрина М.Н

«Организация и методика проведения физкультурного занятия»

Основной формой организованного обучения физическим упражнениям в дошкольных учреждениях являются физкультурные занятия. При этом обучение на физкультурных занятиях осуществляется в определенной системе и последовательности, что позволяет достигать наилучших результатов в формировании двигательных навыков.

С детьми третьего года жизни занятия по физическому развитию осуществляется по подгруппам 3 раза в неделю в групповом помещении или в физкультурном зале. Занятия по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуется 3 раза в неделю. Длительность занятий по физической культуре зависит от возраста детей и составляет:

- во 2 группе раннего возраста (от 2 до 3 лет) - не более 10 минут;
- в младшей группе (от 3 до 4 лет) - не более 15 минут;
- в средней группе (от 4 до 5 лет) - не более 20 минут;
- в старшей группе (от 5 до 6 лет) - не более 25 минут;
- в подготовительной группе (от 6 до 7 лет) - не более 30 минут.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организовывается занятие физической культурой на открытом воздухе при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у них спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях образовательная деятельность по физическому развитию организовывается на открытом воздухе.

В летний период образовательная деятельность по физическому развитию проводится на открытом воздухе.

Цели, которые ставит педагог, планируя физкультурное занятие, должны конкретизироваться в задачах.

- **Оздоровительные**
- **Образовательные**
- **Воспитательные**

Базовая цель любого занятия — это накопление двигательного опыта, развитие интереса к физической культуре и спорту.

В каждом возрасте физкультурная деятельность имеет разную направленность. Для детей это радость от свободы движений.

Поэтому главное условие эффективного воздействия физкультурных занятий на здоровье, психологическое благополучие и физическое развитие ребенка — это доставить детям максимум удовольствия от движений.

Так как в нашем саду нет спортивного зала, занятия проводятся в групповой комнате.

Алгоритм:

1. Вводная часть:

- корректирующая ходьба;
- различные виды ходьбы;
- построения и перестроения;
- повороты;

- различные виды бега;
- упражнения в равновесии.

2. Основная часть:

Общеразвивающие упражнения с предметами и без них:

- ритмические упражнения;
- упражнения-имитации;
- элементы йоги.

Основные виды движений:

- метание; -лазание; - прыжки; -равновесие; - подвижная игра.

3. Заключительная часть:

- различные виды ходьбы;
- упражнения на восстановление дыхания;
- малоподвижные развивающие игры;
- игры на РТВ (развитие творческого воображения);
- телесно-тренировочные упражнения;
- дыхательные упражнения с элементами йоги;
- хоровод.

Содержание:

- В младшей группе включается 5-6 общеразвивающих упражнений для разных групп мышц;
- в средней – 6-7 упражнений;
- В старшей – 6-8 упражнений;
- В подготовительной – 8-10 упражнений.

Формы организации детей

Различаются:

- Разучивание сложных движений, требующих страховки, проводится строго индивидуально,
- более легких — по подгруппам.
- В содержание фронтальных занятий включаются только те движения и упражнения, которые освоены всеми детьми.
- Организация индивидуального обучения не означает, что другие дети в это время ничем не заняты.
- При этой форме обучения занятие также проводится со всеми детьми.
- Сначала организуются традиционные разминка и бег, короткий отдых, а затем один из взрослых, по очереди подзывая детей к себе, обучает их новому движению (например, лазанию по канату).
- Остальные дети в это время с другим взрослым отрабатывают технику знакомого движения (например, метание мяча в горизонтальную цель).
- Игры и заключительная часть занятия проводятся со всеми детьми одновременно.

Обычно при такой форме обучения педагог может в течение одного занятия обучить новому движению не более 5-6 детей. Остальных детей постепенно обучают по такому же принципу на последующих занятиях. Такой подход к обучению детей основным движениям позволяет его индивидуализировать,

сохранить доверительность в отношениях с ребенком, не выставлять напоказ перед другими детьми его слабые возможности.

В результате у детей повышается интерес к занятиям физкультурой, желание добиваться хороших результатов, а главное — они очень привязываются к взрослым, и те становятся для них чрезвычайно авторитетными.

- Когда движение будет «поставлено» у всех детей, форма организации обучения меняется.
- После вводной части дети разделяются на две подгруппы.
- Одна подгруппа с педагогом закрепляет полученные представления о новом движении, повторяя его несколько раз, а другая подгруппа совершенствует хорошо знакомые движения.
- Затем подгруппы меняются местами.
- Важное указание: на подгруппы дети должны разделиться сами, воспитателю в этот процесс вмешиваться не стоит.
- Чтобы подгруппы были равны по количеству, можно использовать флажки разного цвета. Например, те, кто сначала хочет упражняться в прыжках в длину, берут красные флажки, а кто хочет лазать по шведской стенке — желтый.
- По выбору детей можно судить об их реакции на новое движение и соответственно принять правильное педагогическое решение. Обычно на выбор детей влияет неуверенность в своих возможностях, когда упражнение кажется им трудным.
- Тогда они не спешат взять красный флажок. Дети, уверенные в своих возможностях (а иногда и излишне самоуверенные), сразу выбирают новое движение.
- На фронтальных занятиях хорошо зарекомендовал себя поточный метод выполнения упражнений, когда дети поочередно подходят к снаряду и выполняют задание.
- В содержание такого занятия могут быть включены несколько видов хорошо знакомых движений.

Простые упражнения дети выполняли не только по показу, но и по слуху. Сначала дети выполняют упражнения по словесной инструкции медленно, что способствует усвоению терминологии, ориентироваться в словесных заданиях и четко переводить их в движения.

Методы обучения

Наглядные:

- Наглядно-зрительный прием, который заключается в правильной, четкой демонстрации образца движения или его отдельных элементов.
- Тактильно-мышечная наглядность обеспечивается путем включения физкультурных пособий в двигательную деятельность (дотянуться до колокольчика, который педагог держит выше вытянутых рук ребенка и др.).
- Предметы дают возможность ребенку прочувствовать и осознать сделанную им ошибку, возникновению самоконтролю при выполнении движений, развитию сенсорных способностей ребенка.

Словесный:

Включает такие приемы, как **одновременное описание и объяснение** детям нового задания с опорой на имеющейся у них жизненный опыт и представления или проведения небольшой беседы.

Практические:

Необходимо детям закладывать сразу правильную информацию и постоянно контролировать правильность выполнения и экономичность движения.

(Презентация прилагается)