

Консультация для педагогов «Двигательно-оздоровительные моменты в перерывах между занятиями»

Дата проведения: 18 февраля 2021г.

Слайд 2

Образовательный процесс в дошкольном учреждении должен идти непрерывно, в течение всего дня, а не только в периодах непосредственной образовательной деятельности. Во всех режимных моментах (*кроме времени, отведенного на сон*) мы обязаны создавать условия для решения задачи всех образовательных областей.

На сегодняшний день обучение детей в детском саду осуществляется в непосредственной образовательной деятельности, в режимных моментах, в совместной и самостоятельной деятельности.

Такой подход позволяет сделать жизнь ребенка в детском саду более осмысленным и интересным, а образовательный процесс более эффективным, так как приближает формы обучения к ведущей деятельности – игре.

Слайд 3

Одним из основных факторов оздоровления детей является двигательная активность. Первые семь лет - это годы бурного психического и физического развития ребёнка, организм которого и его функции ещё далеко не совершенны и легко подвергаются различным воздействиям. Вот почему так важно чтоб в этот период развития детей мы обеспечили им педагогически целесообразную среду. От состояния здоровья ребёнка, умения владеть своими движениями, от его ловкости, ориентировки, быстроты двигательной реакции во многом зависит его настроение, характер и содержание игры, а в дальнейшем и достижения в учебной деятельности.

Слайд 4

Двигательные действия, совершаемые ребенком, достаточно разнообразны. Способствуя удовлетворению потребности ребенка в движении, они одновременно и развивают его.

Рекомендации признаны оказать воспитателям посильную помощь в организации двигательно-оздоровительных моментов на нефизкультурных занятиях дошкольников в группе.

Это могут быть занятия по изобразительной деятельности, развитию речи, формированию элементарных математических представлений и др. Некоторые из предлагаемых ниже упражнений, заданий и игр допустимо использовать на разных видах занятий, так как по своим целям они носят многофункциональный характер.

Слайд 5

Предлагаемые нетрадиционные формы работы наряду с решением этих задач служат достижению и более широких воспитательно-оздоровительных целей. Среди последних следует особо выделить:

- развитие осмысленности, эмоциональной регуляции и произвольности тех движений и действий ребёнка, формирование которых осуществляется на данном занятии;
- обогащение творческого потенциала детей, прежде всего – возможностей их воображения;
- создание и закрепление целостного позитивного психосоматического состояния при выполнении различных видов деятельности;
- культивирование у детей ценностного отношения к своим и чужим психическим и физическим возможностям, формирование осознания их значимости и уникальности.

Слайд 6

Таким образом, в рекомендациях реализуются ключевые установки. К таким формам относятся: физкультминутки; упражнения по развитию мелких мышц руки; мимики; элементы психогимнастики. В них раскрывается содержание двигательного-оздоровительных моментов, имеющих место в перерывах между занятиями. На занятиях в дошкольных учреждениях традиционно применяются так называемые физкультминутки.

Цель проведения физкультурной минутки – повысить или удержать умственную работоспособность детей на занятиях (развитие речи, математике, ознакомлению с окружающим и т.п.), обеспечить кратковременный активный отдых для дошкольников во время занятий, когда значительную нагрузку испытывают органы зрения и слуха; мышцы туловища, особенно спины, находящиеся в статическом состоянии; мышцы кисти работающей руки.

Слайд 7

Упражнения и задания на развитие мелких мышц рук

Среди разнообразных двигательно-оздоровительных моментов, организуемых на дошкольных занятиях, особое место принадлежит тем из них, которые связаны с развитием мелкой моторики руки.

Оно имеет непреходящее значение для общего физического и психического развития ребёнка на протяжении всего дошкольного детства. Это неоднократно подчёркивалось психологами, педагогами, физиологами, медиками. В частности, уровень сформированности мелкой моторики во многом определяет успешность освоения изобразительных, музыкально-исполнительских, конструктивных и трудовых умений, овладения родным языком, развития первоначальных навыков письма и т.п.

Однако этот развивающий потенциал может быть реализован лишь в том случае, если движения рук дошкольника будут носить осмысленный характер, а сами руки станут своеобразными орудиями детского воображения. Исходя из этого, предлагаются следующие упражнения и задачи. Добавляем лишь одно. Желательно, чтобы ребенок не только создавал и воплощал посредством движений собственных рук те или иные образы, но и еще и эмоционально вживался в них. Эти упражнения можно использовать практически на всех занятиях и в разных дошкольных группах. При этом будут достигаться цели активизации и развития творческого потенциала дошкольника, обогащения его эмоциональной сферы, психофизической релаксации.

« Пирамидка»

Задачи: обобщение сенсорного опыта, развитие координации движений рук под контролем зрения и осязания.

Описание игры.

Показать ребёнку пирамидку, дать потрогать её, чтобы ребёнок увидел: кольца отличаются друг от друга своими размерами. Потом предложить ребёнку снять с пирамидки колечки. Воспитатель фиксирует внимание детей на том, что кольца у пирамидки разные. Сопровождая снятие каждого кольца словами. Одновременно показать как надо брать кольца пальчиками обеих рук.

На столе все кольца раскладываются ровно, по возрастающей величине справа от пирамидки. Затем в соответствующем порядке пирамидка собирается.

Слайд 8

«Переложил игрушки»

Цель: развитие мелкой моторики рук, кончиков пальцев рук, внимания, развитие и тренировка координации движений пальцев.

Задача: заполнить мелкими предметами сосуд сначала правой, затем левой рукой

Дидактический материал: прозрачный сосуд, мелкие предметы (*пуговицы, фишки*)

Содержание: Ребенок сидит за столом, перед ним высокий прозрачный сосуд, справа лежат мелкие предметы (*пуговицы, фишки*). Ребенок должен, держа сосуд левой рукой, правой бросать в него предметы. Затем фишки высыпаются на стол, и ребенок действует заново.

Слайд 9,10

Задание на развитие мимики и артикуляции.

К сожалению, в традиционной практике занятий в дошкольных учреждениях им уделяется более чем скромное место. В итоге даже при выполнении тех видов деятельности, где мимическому компоненту отводится существенная роль (пение, театрализация и т.п.), дети затрудняются управлять своими экспрессивными проявлениями; их лица эмоционально невыразительные, зачастую словно застывшие. Ниже приводятся задания, направленные на развитие детской мимики на занятиях музыкально-театрального цикла, а также при ознакомлении дошкольников с художественной литературой. Также эти задания можно использовать вне занятий - в условиях свободной деятельности, на прогулках, при подготовке к утренникам, праздникам.

Слайд 11

Элементы психогимнастики.

Предлагаемые психогимнастические упражнения и игры призваны решать целый комплекс задач. Среди них необходимо выделить следующие:

- развитие воображения, которое обеспечивает не только создание новых образов, но и специфическое вхождение ребёнка в эти образы, а через них – и в целостное психосоматическое состояние, способствующее успешному решению на занятиях тех или иных задач;
- психофизическая релаксация, снятие интеллектуальной и эмоциональной напряженности;
- гармонизация отношений с другими людьми (детьми и взрослыми)
- воспитание способности к самопознанию и самосозиданию; выработка ценностного отношения к своему внутреннему миру, собственным возможностям, уверенности в себе и т. д.

Слайд 12

Практические задания:

«Облака» (мимическая гимнастика)

Цель: развитие воображения, выразительных движений.

По небу плыли облака,

А я на них смотрел.

И два похожих облачка

Найти я захотел.

Я долго всматривался в высь

И даже щурил глаз,

А что увидел я, то вам

Все расскажу сейчас.

(Наблюдение за воображаемыми облаками с выражением внимания и интереса на лице: лицевые мышцы слегка напряжены, глаза прищурены.)

Вот облачко веселое

Смеется надо мной:

Зачем ты щуришь глазки так?

Какой же ты смешной!

Я тоже посмеялся с ним:

Мне весело с тобой!

И долго-долго облачку Махал я вслед рукой.

(Мышцы лица расслабляются, на нем появляется улыбка.)

А вот другое облачко

Расстроилось всерьез:

Его от мамы ветерок

Вдруг далеко унес.

И каплями-дождинками

Расплакалось оно...

И стало грустно-грустно так,

А вовсе не смешно.

(Выражение грусти на лице: уголки губ опущены, лоб сморщен, брови немного сдвинуты.)

И вдруг по небу грозное

Страшилище летит

И кулаком громадным

Сердито мне грозит.

Ох, испугался я, друзья,

Но ветер мне помог:

Так дунул, что страшилище

Пустилось наутек.

(Выражение страха: глаза широко раскрыты, брови сдвинуты, рот открыт в виде буквы «о», лицо напряжено.)

А маленькое облачко

Над озером плывет,

И удивленно облачко

Приоткрывает рот:

«Ой, кто там в глади озера

Пушистенный такой?

Такой мохнатый, мягонький,

Летим, летим со мной!»

(Выражение удивления: глаза и рот широко открыты.)

Так очень долго я играл

И вам хочу сказать,

Что два похожих облачка

Не смог я отыскать.

Мимические разминки

«**Вкусное варенье**» (средняя и старшая группы)

Движения языком по верхней губе. Губы и нижняя челюсть неподвижны.

«**Почистим зубы**» (средняя и старшая группы) Движения языком по внутренней стороне верхних зубов. Рот открыт, нижняя челюсть и губы (в улыбке) неподвижны.

«**Дудочка играет**» (средняя группа)

Имитация играющей дудочки — губы вытянуты вперед.

Элементы психогимнастики.

«**Кто знает больше добрых слов?**»

Данное задание может быть предложено ребятам на занятиях по развитию речи (начиная со средней группы). На фоне обогащения словарного запаса в игре формируется доброжелательное отношение сверстников друг к другу.

Выбирается ребенок, пользующийся авторитетом в группе. Другим детям предлагается перечислить все его положительные качества (милый, добрый, нежный, чудесный, прекрасный, очаровательный, замечательный, ненаглядный и др.). В ходе игры выбирается и ребенок, не пользующийся авторитетом у детей. Воспитатель предлагает им помечтать, каким хорошим

вырастет этот малыш. Под влиянием положительных эмоций, возникающих при оценке качеств первого ребенка, дети позитивно оценивают будущее второго. В результате у второго ребенка возникает стремление соответствовать этим оценкам.

Слайд 13

Таким образом, есть различные формы организации двигательной активности детей. Перечисленные выше можно использовать на всех видах занятий, вне занятий, включать в программу занятий. Данные формы имеют большой спектр задач воспитания, обучения и развития в сравнении с традиционными физкультминутками.