

# Условия для физического развития детей раннего возраста

Воспитатель МКДОУ «Звездочка» с.Калинка Залата Н.В.

Воспитатель МБДОУ №2 г.Вяземского Калинина Е.Г.

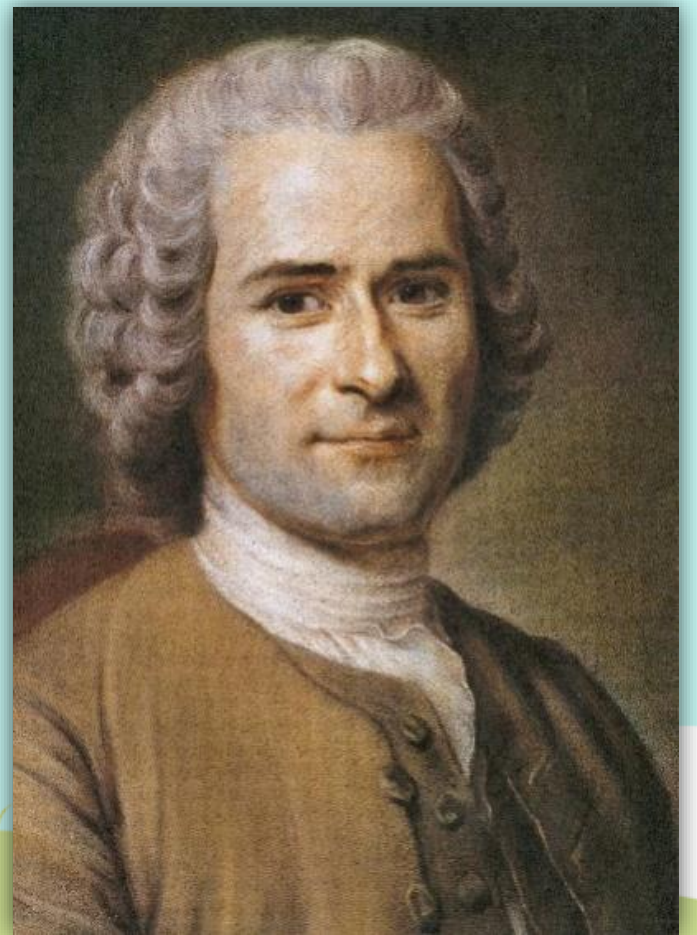
Воспитатель МБДОУ №4 г.Вяземского Карлова Е.Н.

Воспитатель МАДОУ №37 г.Хабаровск Ризен Л.Э.



«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегает, кричит, пусть он находится в постоянном движении»

Жан Жак Руссо



# Двигательная активность детей 2-3 лет.

Дети третьего года жизни очень активны, стараются действовать самостоятельно, совершая большое разнообразие движений с использованием разных пособий, обыгрыванием разных предметов и игрушек..



Основная цель физического воспитания детей: укрепление здоровья детей.



# Задачи:

- Обучение правильной ходьбе.
- Развитие чувства равновесия.
- Профилактика плоскостопия
- Формирование правильной осанке.
- Развитие координации движений



# Актуальность темы.

Занятие физкультурой в группе раннего возраста является крайне актуальным для развития ребенка, потому что движение – это:

- Врожденная, жизненно необходимая потребность человека,
- Эффективное лечебное средство,

- Познание окружающего мира,
- Важное средство воспитания и общения.



# Формы организации

1. Физкультурные занятия
2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:  
утренняя гимнастика, подвижные игры, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, игры на развитие крупной и мелкой моторики рук, упражнения на дыхание
3. Самостоятельная двигательная деятельность



Двигательная  
активность связана с  
эмоциями ребенка,  
чувством  
удовольствия от  
совместной  
деятельности детей  
со взрослым.





# Особенности проведения занятий по физической культуре для детей от 1,6 мес. до 3 лет

- Проводится три занятия в неделю по 10 минут.
- На занятиях присутствует педагог по физической культуре и воспитатель группы.
- В каждое занятие включаются упражнения для всех групп мышц (плечевого пояса, спины, живота, ног)
- Одно и то же занятие проводится дважды: т.к. ребенок усваивает движение в результате многократного повторения и чувствует себя комфортно в знакомой ему обстановке.
- На занятиях используются специальное оборудование и пособия.





Для удовлетворения потребности детей в движениях мы создали в нашей группе раннего возраста центр физического развития.



**Цель центра физического развития:** обеспечение и регулирование уровня двигательной активности детей в режиме дня.

**Задачи центра физического развития:**

- ❖ приобретение двигательного опыта и физических качеств, координации, гибкости;
- ❖ правильное формирование опорно-двигательной системы организма;
- ❖ развитие равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук;
- ❖ закрепление навыка выполнения основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты) ;
- ❖ овладение подвижными играми.

# Принципы в комплектации центра физического развития.

Исходя из требований ФГОС, принципами в комплектации физкультурного уголка являются:

- ❑ содержательная насыщенность, необходимые и достаточные материалы для всех видов детской деятельности;
- ❑ гибкость игрового пространства, полифункциональность среды и игровых материалов (наличие предметов-заместителей);
- ❑ вариативность наличие материалов и оборудования, для свободного выбора детей;
- ❑ периодическая сменяемость игрового материала, доступность игровых материалов, возможность использовать все элементы среды.

# Утренняя зарядка.

Утренняя зарядка дает возможность за короткий промежуток времени значительно укрепить здоровье малышей. Гимнастику проводим непосредственно в группе. Используем музыкальное сопровождение пианино или аудиозаписи, которые помимо бодрости и повышенной работоспособности, дарят детям приподнятое настроение.



Маленькие спортсмены выполняют зарядку с использованием мячей, кеглей, флажков, косичек, султанчиков, погремушек, лент, платочков.



# Игры и занятия в сухом бассейне

имеют оздоравливающее и профилактическое воздействие на организм ребенка, помогают удовлетворить потребность малышей в движении, стимулируют их поисковую и творческую активность, позволяют чередовать упражнения с отдыхом. В сухом бассейне тренируются различные группы мышц и формируется осанка.



# Маски и атрибуты для подвижных игр.

Двигательная активность детей значительно увеличивается в процессе игр с использованием масок, атрибутов, физкультурных пособий («Лошадки» - упряжки с бубенцами, «Поезд»-лента с колечками, колпачки, нагрудники, игры на классификацию цвета и др.)





Подвижная игра- одно из основных средств физического воспитания детей.

Подвижные игры способствуют всестороннему развитию детей, во время игр совершенствуются движения, развивается самостоятельность, выносливость, ловкость, речь ребенка



# Физкультурные пособия для профилактики плоскостопия.

Для укрепления детского свода стопы, руками наших родителей, из подручных материалов изготовлены дорожки-здоровья:

- «Веревочка», «Следы», «Цветочки», «Пяточки - носочки», «Следочки - пуговицы», массажные коврики, ребристые доски; сшиты мешочки с крупой (бобы, горох); связаны цветочки, листики; куплены спортивные маты, мячи-«ежики».





# Ходьба по массажным дорожкам и ребристым доскам.



# Пособия для развития дыхания.

Для развития дыхания изготовлены тренажер «Веселый зонтик», игровые пособия: «Сдуй снежинку», «Найди жучка», «Волны на море», «Остуди горячий чай» и др.



# Игры и упражнения с бросанием, ловлей, метанием.

Цель. Развивать координацию движений, ловкость, глазомер.



# «Уголок активных игрушек» (коляски, каталки, машины, качалки)

заставляет детей всё время по-разному приспосабливаться к ней, применяя разные способы преодоления пространства и разнообразные движения.



# Катание с горки – одно из самых любимых развлечений для детей.

Катание с горки полезно:

- 1.развиваются положительные эмоции
- 2.ловкость, выносливость
- 3.развивается вестибулярный аппарат, умение сохранять равновесие
- 4.расширяется активный словарь детей
- 5.повышается самооценка и уверенность в собственных силах.





Упражнения в равновесии  
способствуют развитию координации движений,  
ловкости, уверенности в своих силах. Для этого  
можно использовать скамейку или бревно.  
Взрослый  
подстраховывает  
ребенка.



# Фитбол-гимнастика позволяет решать следующие задачи

- Развитие двигательных качеств;
- Обучение основным двигательным действиям;
- Развитие и совершенствование координации движений и равновесия;
- Укрепление мышечного корсета, создание навыка правильной осанки;



# Гимнастика после сна

позволяет разбудить организм после сна и привести мышцы в тонус, а так же если его грамотно выполнять в сочетании с дыхательными упражнениями, то в течении всего периода обучения ребёнка в ДОУ, можно научить ребёнка разным техникам дыхания, что так же влияет на здоровье организма.





# Основные закаливающие мероприятия

- ❖ ходьба босиком
- ❖ Проветривание
- ❖ обливание ног в летний период водой комнатной температуры с последующим постепенным охлаждением воды на 1 градус.



# Физкультура вместе с папой или мамой

**Цель:** Побуждать детей и родителей к участию в совместных подвижных играх и к совместным занятиям физическими упражнениями.

## **Задачи:**

- Стимулировать физическое развитие и физическую активность детей, чтобы они с удовольствием бегали, лазали, прыгали, познавали, участвовали в подвижных играх.
- Развивать крупную моторику.
- Воспитывать интерес к спорту.
- Воспитывать у детей умение соблюдать в играх элементарные правила.





Таким образом, выше описанные виды деятельности по физической культуре, дополняя и обогащая друг друга в совокупности обеспечивают необходимую двигательную активность каждого ребенка в течении всего времени пребывания его в детском саду.





# Используемая литература:

- 1. Аркин Е.А. Дошкольный возраст. - М., 1968.
- 2. Васичкин В.И. Большой справочник по массажу. - СПб.: Невская книга, М.: Эксмо, 2004. - 448с.
- 3. Введение в физическую культуру. - М., 1983.
- 4. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста - М., 1978.
- 5. Кистяковская М.Ю. и др. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. - М., 1978.
- 6. Мазурин А.В., Запруднов А.М., Григорьев К.И. Общий уход за детьми. --М.: Медицина, 1998. --296 с.
- 7. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. - М., 1978.
- 8. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. - М., 2006.



An illustration of four children and a yellow cat. A boy with blonde hair and a blue shirt is in the center, smiling. To his left is a girl with blonde pigtails and a red bow. To his right is a girl with blonde pigtails and pink bows. A yellow cat is peeking from behind the boy. A fourth child is peeking from the bottom left. They are all looking over a large, yellow, rounded rectangular banner.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!  
БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ И  
ЗДОРОВЬЕ ВАШИХ ДЕТЕЙ!!!**