

УДК 373

Волкова Елена Викторовна*Государственное учреждение образования «Дошкольный центр развития ребёнка № 2 г. Лиды», г. Лиды, Республика Беларусь, tankist4673@mail.ru***РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА ВОСПИТАННИКОВ ПЕРВОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ
В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Статья посвящена вопросу развития двигательного опыта воспитанников первой младшей группы в физкультурно-оздоровительной деятельности. Подчеркивается значимость рационально организованной двигательной активности детей дошкольного возраста, её влияние на формирование физического развития детей.

Ключевые слова: двигательная активность; физкультурно-оздоровительная деятельность.

Volkova Elena Viktorovna*State Educational Institution "Preschool Child Development Center № 2 of Lida", Lida, the Republic of Belarus, tankist4673@mail.ru***DEVELOPMENT OF MOTOR EXPERIENCE OF PUPILS OF THE FIRST JUNIOR GROUP
IN PHYSICAL CULTURE AND RECREATION ACTIVITIES**

The article is devoted to the development of the motor experience of pupils of the first junior group in physical culture and recreation activities. The importance of properly organized motor activity for preschool children, its influence on the formation of physical development of children is emphasized.

Key words: motor activity; physical fitness activity.

Введение. Двигательный опыт — это совокупность двигательных умений и навыков, приобретаемых ребёнком в ходе образовательного процесса и в повседневной жизни и способность к их самостоятельному применению в разных видах деятельности. Полноценное и разностороннее развитие воспитанников невозможно без правильно организованной и достаточной для детей дошкольного возраста двигательной активности, которая оказывает огромное влияние на состояние здоровья и физическое развитие. Характерной особенностью детей раннего возраста является их потребность в разнообразных движениях, интерес и желание воспитанников их выполнять. Физические нагрузки необходимы им для полноценного развития всех систем и функций, чувственного познания окружающего мира [1, с. 34]. Именно поэтому развитие двигательного опыта детей раннего возраста является весьма актуальным. Организуемые в учреждении дошкольного образования разнообразные формы физкультурно-оздоровительной деятельности с воспитанниками призваны обеспечить формирование и обогащение их двигательного опыта.

Основная часть. Целью учебной программы дошкольного образования по образовательной области «Физическая культура» в первой младшей группе является укрепление здоровья, обогащение и накопление двигательного опыта, формирование здорового образа жизни, физической культуры личности [1, с. 40].

Содержание работы по развитию двигательного опыта предполагает: обучение основным движениям (ходьба, бег, прыжки и т. д.), развитие произвольности действий, воспитание интереса к доступным формам двигательной активности, поддержание стремления к участию в игровых упражнениях и подвижных играх со сверстниками. Обучение детей раннего возраста гимнастическим, спортивным упражнениям осуществляется руководителем физического воспитания во время специально организованной деятельности. Совершенствование двигательных умений, развитие двигательного опыта осуществляются в разнообразных формах двигательной активности: во время утренней гимнастики, физкультурминуток, дыхательных гимнастик, пальчиковых игр, при организации упражнений для профилактики зрительной утомляемости, упражнений для профилактики плоскостопия, подвижных игр и игровых упражнений на прогулках, закаляющих мероприятий. Комплексы утренней гимнастики составляются на одну—две недели и должны включать упражнения, рассчитанные на разные группы мышц. Первая группа упражнений направлена на укрепление плечевого пояса рук. Эти упражнения способствуют формированию правильной осанки. Вторая группа предназначена для повышения гибкости позвоночника и укрепления мышц спины. Третья

группа упражнений направлена на укрепление мышц брюшного пресса, развитие мышц ног. Используемые при проведении утренней гимнастики комплексы общеразвивающих упражнений, доступных для детей, обязательно должны быть объединены игровым сюжетом. Утренняя зарядка в сюжетно-игровой форме способствует пробуждению организма ребёнка и создаёт положительный эмоциональный фон на предстоящий день. Ежедневно в ходе организации образовательного процесса с детьми 2—3 лет проводятся физкультурминутки, динамические паузы. Их цель — не только стимулирование двигательной активности, способствующей обогащению двигательного опыта воспитанников, проведение таких форм физкультурно-оздоровительной деятельности способствует поддержанию умственной работоспособности детей на достаточно высоком уровне, эмоциональной разрядке, релаксации. При подборе физкультурминуток также следует помнить об особенностях восприятия детей 2—3 лет и необходимости обеспечения сюжетно-игровой формы проведения. В целях развития моторики рук на занятиях и в ходе деятельности детей, не регламентированной учебным планом учреждения дошкольного образования, используются пальчиковые игры. Они являются не только развлечением для ребят, но и обладают огромным развивающим потенциалом, стимулирующим как физическое, так и умственное развитие детей раннего возраста.

Развитию двигательного опыта воспитанников первой младшей группы способствует также регулярно проводимая работа по профилактике плоскостопия и нарушений осанки. Организуемая деятельность детей с использованием игровых упражнений, дорожек здоровья, игр с атрибутами позволяет им совершенствовать навыки ходьбы (в колонне по одному за взрослым; на носках; с разным положением рук (вверху, на поясе, за головой); с предметами в руках (ленточки, флажки, кольца); по прямой и извилистой дорожке); упражняться в равновесии [1, с. 41]. Большое значение в формировании и развитии двигательного опыта детей имеют подвижные игры и игровые упражнения на свежем воздухе, игры малой подвижности в группе. Так, например, совершенствованию навыков бега, ходьбы, развитию равновесия способствуют подвижные игры «Догони мишку», «Лиса и зайцы», «Машины», «Солнышко и дождик», «Жуки», а также игровые упражнения и игры малой подвижности «Пройди по тропинке», «Собери осенний букет», «Собери грибочки», «Собери кубики». Организация с детьми 2—3 лет подвижных игр «Лягушки», «Замочек», «Ножки», игровых упражнений и игр малой подвижности «Пружинки», «В гости к зайке», «Поймай бабочку», «Перепрыгни через ручеёк» способствует формированию и развитию у них умения прыгать.

Учитывая стоящие задачи, настроение воспитанников, их индивидуальные особенности и способности, необходимо использовать разнообразные способы организации двигательной деятельности детей (группами или подгруппой, индивидуально). При организации деятельности с детьми 2—3 лет необходимо следовать следующим правилам: отдавать предпочтение играм, отличающимся простыми правилами и сюжетным характером; активно использовать игровые атрибуты и игрушки больших размеров; стремиться как можно чаще использовать музыкальное сопровождение, при его подборе обращать внимание на то, чтобы характер музыки соответствовал выполняемым движениям (ходьба, бег, подпрыгивание), передавал характерные особенности героев. При подборе подвижных игр и игровых упражнений важным аспектом является взаимодействие воспитателя дошкольного образования с руководителем физического воспитания. Поддержанию интереса воспитанников к двигательной активности способствует организация подвижных игр и игровых упражнений в разных условиях. Так, для поддержания интереса детей к многократному повторению того или иного двигательного действия можно предлагать одно и то же игровое упражнение в разных вариантах. Например, в условиях физкультурного зала дети перелезают через гимнастическую скамейку, в условиях групповой комнаты — через мягкие модули, на улице — через бревно. Таким образом, постоянно вносятся элементы новизны в содержание деятельности, что поддерживает интерес к ней у детей раннего возраста.

Немаловажную роль в развитии двигательного опыта детей раннего возраста имеет их самостоятельная двигательная деятельность. Опосредованное руководство самостоятельной двигательной деятельностью воспитанников заключается в обеспечении такой физкультурной игровой среды, которая стимулирует ребёнка к самостоятельному поиску различных видов и способов движения, даёт возможность трансформировать их в игровую деятельность, положительно влияет на их эмоциональный тонус. При организации физкультурной игровой среды необходимо обеспечивать свободный доступ, привлекательность, яркость и безопасность оборудования. Обеспечение индивидуально-дифференцированного подхода к детям в течение всего дня в часы игр и прогулок является одним из основных условий, влияющих на развитие двигательного опыта воспитанников первой младшей группы. Развитие двигательного опыта детей 2—3 лет невозможно без тесного контакта с семьями воспитанников. Наиболее востребованными в данном направлении будут формы взаимодействия, которые помогут понять их законным представителям роль двигательной активности в развитии детей раннего возраста и овладеть «секретами» её стимулирования.

Заключение. В раннем возрасте особо важно полное удовлетворение потребности в движении. Компетентное использование воспитателем дошкольного образования разнообразных форм физкультурно-оздоровительной деятельности воспитанников первой младшей группы в тесной связи с их семьями и с руководителем физического воспитания обеспечивает формирование и обогащение двигательного опыта детей, содействует тому, что упражнения детей в движениях способствуют не только их физическому, но и умственному, нравственному, эстетическому и эмоциональному развитию.