

*Консультация*

*« Развитие самостоятельной  
двигательной деятельности детей  
в 1 мл. группе по программе  
« Детство»*

*( по материалам Т.С. Грядкиной, Н.А. Ноткиной)*



Самостоятельная двигательная деятельность имеет огромное значение для гармоничного развития малыша: саморазвития, закрепления умений, сформированных в ходе специального обучения, овладения позицией субъекта деятельности, удовлетворения естественной потребности детей в движениях. В ходе самостоятельной двигательной деятельности ребенок пробует свои силы, проявляет инициативу, подходит к оценке результативности своих действий. Малыш в этой деятельности имеет возможность активно повторять движения столько раз, сколько хочет, выбирать те движения, которые ему в данный момент интересны, действовать и думать независимо от взрослого, экспериментировать. Все это повышает его тонус, заряжает положительными эмоциями. В связи с этим важно стремиться так организовать жизнь ребенка, чтобы самостоятельная двигательная деятельность составляла не менее 2/3 его общей двигательной активности.

При этом педагогу не следует забывать, что на проявление самостоятельной двигательной деятельности могут влиять разнообразные факторы: личный двигательный опыт малыша, степень развития самостоятельности, пол, самочувствие, интерес, время суток, климатические и гигиенические условия, наличие физкультурно-игровой среды, владение педагогом специальными приемами активизации движений детей с учетом их индивидуальных особенностей.

Генезис самостоятельной двигательной деятельности малышей обусловлен также специфическими возрастными особенностями: высокой ранимостью и непрочностью психики, постепенным развитием восприятия, мышления, речи, ситуативностью поведения, неустойчивостью эмоционального состояния, связью с развитием предметной, ориентировочно-познавательной деятельности, с деятельностью общения.

Что же является показателями успешности хорошо организованной самостоятельной двигательной деятельности малыша? Это достаточный объем двигательной активности (по шагомеру), продолжительность, содержание (разнообразие использованных двигательных умений), хорошее настроение, положительные отношения между детьми, достаточное количество соответствующих возрасту речевых реакций, сопровождающих деятельность ребенка, обращение к воспитателю с целью приглашения к совместным действиям, предложенным ребенком.

Любопытен тот факт, что малыши, развиваясь каждый в своем темпе, очень отличаются друг от друга по степени самостоятельности в двигательной деятельности. Наблюдение позволяет педагогу сразу заметить 3 уровня такой

самостоятельности. Воспитателю, взаимодействуя с малышами, очень важно учитывать эти ярко проявляющиеся индивидуальные особенности.

Дети с низким уровнем развития самостоятельной двигательной деятельности могут активно выполнять физические упражнения только вместе со взрослым. У них важно вызвать интерес, желание повторить движения без помощи взрослого. Этому помогут следующие приемы: выполнение упражнения вместе со взрослым, выполнение самостоятельное после показа, расстановка с ребенком необходимых пособий, снарядов, вызывающая у него желание их опробовать, а также особые задания («Принеси мячик, покажи, как ты с ним умеешь играть», «Потанцуй с ленточкой» и др.).

Дети со средним уровнем развития самостоятельности способны выполнять знакомые движения в знакомой и новой обстановке при условии напоминания, узнавания ситуаций по расположению пособий. Такие дети готовы действовать самостоятельно не только по одному, но и вдвоем и даже маленькой подгруппой. Эти малыши с удовольствием выполняют поручения разложить пособия, пригласить побегать, попрыгать с ним кого-то из детей.

Малыши с высоким уровнем проявления самостоятельности в двигательной деятельности умеют уже по собственной инициативе выбирать, расставлять пособия, выполнять освоенные движения даже на незнакомом физкультурном оборудовании (лазать не только по деревянной, но и по металлической лестнице, бросать мячи разной величины и т. п.). Более того, они даже без помощи взрослого принимают другого ребенка к совместным действиям. У таких малышей ярко выражена потребность в оценке своих действий со стороны взрослого: «Вот как я умею!» Такие малыши с удовольствием вступают в общение со взрослым, в ходе которого тот уточняет, почему получилось или не получилось движение или состоялось или не состоялось совместное действие со сверстником.

Поддержать самостоятельную двигательную деятельность малышей может физкультурно-игровая среда. Благодаря ей малыш получит огромное удовольствие от манипуляции с различными предметами, обретет путем собственных проб и ошибок уникальный двигательный опыт. Взрослому надо ценить эту возможность и понимать, что не всегда прямое обучение, организованное им, ведет к лучшему овладению движениями, чем самостоятельная деятельность в хорошей физкультурно-игровой среде, тем более что в каждой группе есть дети, опережающие своих сверстников. В связи с этим не надо тормозить их самостоятельность в двигательной деятельности, а наоборот, следует

поддерживать, поощрять, стимулировать ее. Для этого необходимо выделить достаточное место для движений детей с учетом их интересов, пола, уровня двигательной активности, двигательного опыта, степени самостоятельности. У каждого ребенка должно быть достаточно места для движений, чтобы ему никто не мешал. Необходимо оберегать это пространство. Важно, чтобы пособий было достаточно, чтобы они были разнообразны: прежде всего это разные мячи, обручи, скакалки, скамейки, легкие переносные и стационарные лестницы, лестницы-стремянки, кубы, ящики, массажные коврики, трехколесные велосипеды, предметы-двигатели (коляски, качалки, крупные машины, вертушки, ленточки), пластиковые горки, массажные сухие бассейны, крупные модули разной величины и цвета, качели. Разнообразие предметов не только вызовет интерес к движениям, но и предупредит развитие однообразных двигательных стереотипов.

В то же время не нужно бояться, если малыши в силу подражательности начнут выполнять однотипные действия. Они повторяют действие таким, каким его увидели, 2—3 раза, а потом вносят что-то новое от себя.

Дети в самостоятельной деятельности очень любят бегать. Однако чрезмерно продолжительный бег ведет к перевозбуждению нервной системы, переутомлению. Регулировать движения поможет подсказка взрослого, что еще можно делать, кроме бега.

Физкультурные пособия полезно менять в течение месяца, недели и даже дня, тем самым побуждая детей к более сложным, новым двигательным действиям на основе уже сложившегося опыта.

Следующим важным условием успешной организации самостоятельной двигательной деятельности малышей является обязательное закрепление в режиме дня времени для самостоятельной двигательной деятельности. Мы предлагаем включать самостоятельную двигательную деятельность в утренний прием, до и между занятиями, в прогулку, после сна в вечернее время. Малыш будет активен в самостоятельной двигательной деятельности, если педагог не забудет о следующих специальных приемах:

— *наблюдать за малышами, видеть их всех, своевременно оказывать необходимую помощь;*

— *привлекать детей к размещению пособий в группе, на участке, стимулируя тем самым желание выполнять движения;*

— *хвалить, поощрять действия малышей, снимая напряжение, скованность;*

— *стимулировать детей к движениям загадками, потешками, сти -*

хами;

— предлагать детям пособия, соответствующие их опыту;

— предлагать поиграть с пособием, игрушкой, побуждающими к активным действиям;

— менять расположение этих пособий;

— при знакомстве с новым пособием показывать разные способы действий с ним, исходя из свойств этого предмета (пособия);

— включаться периодически в совместные игры с детьми, показывая новые движения, вызывая интерес к ним;

— строить с детьми из имеющихся пособий, снарядов, мебели элементарные «полосы препятствий» и учить детей по-разному преодолевать их;

— обогащать элементарные сюжетно-ролевые игры детей, под-сказывая разнообразные виды и способы выполнения движений;

— использовать специфические приемы руководства двигательной деятельностью детей с разным уровнем двигательной активности.

Малыш по своей природе чрезвычайно деятелен, подвижен. Поэтому на детей с низким уровнем двигательной активности должно обратить особое внимание. Дело в том, что эти дети могут иметь различные отклонения в состоянии здоровья, недостаточный или избыточный вес. Избыточный вес создает дополнительную нагрузку и влияет на функциональное состояние органов и систем организма ребенка, снижает работоспособность, психическую активность, осложняет течение многих заболеваний. Тучный ребенок может отставать от сверстников в физическом, половом развитии, хуже овладевать движениями.

Причинами низкой двигательной активности могут быть также неудовлетворительный психологический климат, однородность, бедность развивающей среды, систематические запреты взрослых, в результате которых сформировался малоподвижный тип поведения. Малоподвижные малыши затрудняются найти пространство для игр, стараются уйти в сторону, выбирают малоактивные движения.

Эффективным способом повышения двигательной активности такого ребенка может стать игра. Важно показать ему в игровой форме простые движения, не требующие точности, предложить вместе со взрослым или с кем-то из детей «поучить» куклу, повторить то же движение, но с другим предметом. При этом не стоит добиваться технически точного исполнения движений. Кроме того, воспитатель может сам начать «играть» с мячом, лентой, обручем и т. п., стараясь привлечь внимание

малышей, тогда они, возможно, захотят ему подражать. Обязательно надо поддержать эту попытку.

Периодически во время утреннего приема, после завтрака, во второй половине дня нужно освобождать групповую комнату от столов, вносить однородные предметы в большом количестве (ленточки, мячи, обручи, скакалки) по числу детей и давать возможность малышам действовать с ними так, как они хотят. Если такие ситуации повторять регулярно, хвалить детей, то они с удовольствием и много двигаются. Более того, многие из них сами без всякого обучения постепенно овладевают некоторыми сложными движениями, например: движениями с мячом (прыгают, зажав мяч между ног; отбивают мяч о пол и одновременно подпрыгивают), прыжками из обруча в обруч, через ленту, скакалку, лежащую на полу, и др.

Активизации основных движений (бегу, прыжкам) важно уделять особое внимание. Не надо бояться, что дети при этом утомятся; они не устают, если часто меняют движения, их темп, амплитуду, место выполнения. В свою очередь такая деятельность обеспечит активный отдых, снимет утомление, активизирует психические процессы (внимание, память).

Контрастной малоподвижным является группа детей с высоким уровнем двигательной активности. Они находят возможность двигаться в любых условиях, предпочитая бег, прыжки, избегая движений, требующих большой точности. Они как бы не успевают вникнуть в суть упражнения, их движения импульсивны, эмоциональны. Большая двигательная активность создает высокую физическую нагрузку на организм малыша, что может привести к отклонениям в сердечно-сосудистой деятельности. Такие дети очень подвержены простудным заболеваниям, поскольку, вспотев после большой нагрузки, могут переохладиться. Кроме того, физическое переутомление приводит к умственной утомляемости. Это проявляется в том, что они могут выполнять задания в замедленном темпе, процесс запоминания у них затруднен, внимание рассеянное, они допускают большое количество ошибок. Педагогу важно понимать, что чрезмерная подвижность является сильным раздражителем нервной системы, поэтому поведение таких детей часто неуравновешенное, они могут попадать в конфликтные ситуации. Гиперактивные малыши, у которых двигательная активность, не имеющая определенной направленности, составляет 50% времени, отличаются расторможенностью, агрессивностью, крикливостью, им трудно переключиться на спокойные движения, требующие устойчивости внимания. Сдерживать, ограничивать в движениях таких детей нельзя!

Помощь взрослого должна заключаться в регулировании интенсивности движений, но не в ее запрещении. Разумно обеспечить возможность длительного выполнения разнообразных упражнений, включая движения, требующие сосредоточенности внимания, точности (прыжки через «ручеек»; прокатывание мячей под воротиками, по дорожке; ходьба с перешагиванием через ленточки, разложенные на полу). Можно подсказать ребенку сюжет, который сделает его движение более осмысленным (не просто бег, а «езда на автомобиле, с остановками, по разным дорогам»).

Дети со средним, нормальным уровнем подвижности при правильно организованной самостоятельной деятельности активны. Движения их хорошо развиты, двигательная активность саморегулируется, не требуя особого внимания со стороны взрослых. Эти малыши, как правило, имеют нормальную массу тела, редко болеют, хорошо усваивают учебный материал.

Хочется обратить внимание педагогов на то, что в любой из предложенных форм работы по программе «Детство» при конструировании образовательного процесса главной структурной единицей является образовательная ситуация, которую заранее конструирует сам педагог или которая возникает спонтанно. В последнем случае важно стараться не упустить возможность использования такой ситуации для развития малыша. Конструируемые педагогом заранее образовательные ситуации могут быть реально-практическими и игровыми. Педагогу необходимо продумать цель, подходящий материал, порядок конструирования ситуации. В любом случае такая ситуация должна быть интересной, привлекательной для малышей, требующей разрешения ими какой-либо проблемы, оказания помощи игровому персонажу. При этом организовать и завершить образовательную ситуацию важно так, чтобы каждый малыш получил удовольствие от достигнутого.

Особенно важно уметь создавать образовательные ситуации, стимулирующие освоение малышом основных движений (ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метаний). Остановимся более подробно на обсуждении специфики становления этих жизненно важных движений у детей третьего года жизни.

