

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №98»

Консультация для педагогов МБДОУ №98 03.12.2018
Организация и проведение утренней гимнастики в ДОУ
составила : заместитель заведующей по ВМР
Кудрявцева Татьяна Владимировна

Любой день в детском саду начинается с утренней гимнастики. Она направлена главным образом на решение оздоровительных задач. Способствуя укреплению костно-мышечного аппарата, развитию сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, она в то же время создает бодрое, жизнерадостное настроение, воспитывает привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями. Зачастую родители приводят детей к завтраку, минуя утреннюю гимнастику. Поэтому необходимо среди родителей проводить пропаганду ЗОЖ. Очень важно убедить родителей в необходимости утренней гимнастики для детей. Для этого необходимо воспитателям проводить беседы с родителями на тему здорового образа жизни, инструктору по физвоспитанию постоянно обновлять уголок здоровья новыми занимательными комплексами, рассказывать родителям о здоровом образе жизни на родительских собраниях, круглых столах. Еще интересней провести с родителями интересный комплекс утренней гимнастики, который окончательно убедит их в ЗОЖ.

Для того, чтобы разнообразить комплексы утренней гимнастики, можно использовать различное оборудование: кубики, флажки, гимнастические палки, веревки, а также нетрадиционное оборудование – погремушки из бросового материала, штанги, сделанные детьми совместно с воспитателем или родителями.

Так как утренняя гимнастика в детском саду рассматривается как важный элемент двигательного режима, средство для поднятия эмоционального тонуса детей, велико также ее организационное значение. И все-таки не должно быть гимнастики по принуждению. Если кто-то из детей не хочет заниматься сегодня, не надо его принуждать, но причину такого поведения следует понять. Вот несколько советов по проведению утренней гимнастики:

1. Никакой заорганизованности, строгих правил и требований дисциплины. Следует обеспечить полную раскованность в поведении, приподнятое эмоциональное состояние и настоящую радость движений.
2. Помнить, что гимнастика – это не только и не столько физкультурное мероприятие, сколько специально предусмотренный режимный момент, где сосредоточен целый комплекс воздействий на разнообразное развитие детей (движение, музыка, ритмы, эстетика окружения, пособий, общения, игра).
3. Использовать разные формы проведения гимнастики

Если соблюдать эти несложные советы и приложить немного творчества- у Вас обязательно получится самая интересная и увлекательная утренняя гимнастика.

Варианты проведения утренней гимнастики.

Используются различные формы проведения утренней гимнастики:

- традиционная форма с использованием общеразвивающих упражнений;
- обыгрывание какого-нибудь сюжета: «На прогулке», «Мы на луг ходили», «Воробушки» и др.;
- игрового характера (из 3-4 подвижных игр);
- с использованием элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов;
- оздоровительный бег (проводится на участке в течение 3-5 минут с постепенным увеличением расстояния, интенсивности, времени);
- с использованием полосы препятствий (можно создавать различные полосы препятствия с использованием разнообразных модулей).

Формированию и развитию у детей правильных двигательных навыков во многом способствует музыка. Под музыку различные упражнения выполняются более правильно, ритмично, пластично, выразительно и координированно, чем по словесному указанию, дети больше следят за своей осанкой. Музыка способствует проявлению внимания и интереса к занятию, подсказывает характер движений, создает эмоциональный настрой. Музыкальное сопровождение требуется при легком беге (птички, бабочки), в ходьбе, беге с элементами подражания (листочка, медведь, лошадки). При беге с ускорением и замедлением дается музыка, имеющая в своем тексте эти оттенки. Привыкнув к звучанию музыки, дети легко переключаются с выполнения одного задания на другое в соответствии с изменением характера музыки, что позволяет сократить время на словесные указания, объяснения воспитателя. Музыка дает возможность детям понять движение, создает его образ, качественную характеристику, вызывает желание выполнить его «похоже» на музыку.

Воспитывать у детей красивую осанку, научить их правильной, ритмичной, хорошо координированной ходьбе намного легче, когда звучит музыка. Маршируя под музыку, дети получают удовольствие от ходьбы, невольно подтягиваются, стараются идти как можно лучше.

Желаю удачи! Каждый педагог-это кладезь творчества и неиссякаемая формула вечного двигателя, не исключение и инструктор по физвоспитанию.