

Методика проведения занятий по физической культуре с детьми второй группы раннего возраста

Конспект воспитателя:
Аливанцевой С. Н.

Структура , организация и методика занятий

« Программой воспитания в детском саду» предусмотрены еженедельно 2 занятия по физической культуре (по 10 – 15 мин.) в первой половине дня, примерно через полчаса после завтрака . Необходимыми гигиеническими требованиями проведения занятия являются влажная уборка пола, чистый воздух, привычная обстановка, облегченная, не стесняющая движений одежда (по сезону). Начиная с полутора лет малышей приучают надевать майку, трусы, носки или тапочки (на ковре можно заниматься босиком.) Воспитатель проводит занятие в спортивной форме.



Комплексы упражнений для детей воспитатель может составлять сам или использовать приведенные ниже. Планируя занятие, следует:

- Помнить, что упражнения должны соответствовать возрастным и функциональным возможностям ребенка; предусматривать упражнения для всех крупных групп мышц (плечевого пояса, спины, живота, ног), которые необходимо чередовать;
- Избегать длительного статического положения, ожидания;
- Соблюдать последовательность в нарастании трудности упражнений и увеличении нагрузки в соответствии с совершенствованием двигательных умений малыша;
- Методы и способы организации детей согласовывать с их возрастными возможностями;
- Умело вызывать у ребенка положительные эмоции, доставляя ему радость и удовлетворение;
- Иметь в виду ограниченную двигательную самостоятельность детей этого возраста;
- Учитывать время, отведенное на непосредственное выполнение движения.



Занятия по физической культуре во второй группе раннего возраста предусматривают ходьбу (развивающую равновесие), ползание (лазанье), бросание, катание, некоторые игровые и общеразвивающие упражнения, а также игры с движениями.

Показ и объяснение происходит одновременно с выполнением общеразвивающих упражнений или перед основными видами движений. По возможности воспитатель делает упражнения вместе с детьми.

Малыши этой возрастной группы ещё не ориентируются в пространстве, они только начинают осваивать передвижение по прямой линии и смену направления. Поэтому различные перестроения, даже самые простейшие, им пока недоступны.

Необходимо продумать, как использовать групповую комнату, чтобы с большей пользой провести занятие, облегчить ребёнку ориентировку в пространстве, помочь лучше усвоить определённый порядок. Например, сидеть всегда на одном и том же месте у стены.





Некоторые упражнения воспитатель может провести по-разному. Например, даёт задание-ползти до бревна и перелезть через него (бревно лежит на середине ковра, на расстоянии 3-4м от детей). Малыши выполняют задание и возвращаются на свои места или, справившись с препятствием, садятся на стулья, заранее расставленные в противоположной стороне, а затем по сигналу воспитателя ползут обратно.

Принцип индивидуального воздействия, поощрение и непосредственной помощи остаётся основным в работе с детьми второго года жизни.

С накоплением двигательного опыта и развитием речи количество детей в подгруппах увеличивается. Чтобы дать необходимую нагрузку и обеспечить двигательную активность всех детей, в занятия постепенно вводятся поточный и фронтальный методы организации (в начале года малыши ползают по одному, взрослый каждому показывает движение и помогает его выполнить; постепенно они начинают ползать один за другим или все вместе способны самостоятельно и одновременно выполнить упражнение).



Речь воспитателя во время занятий должна быть спокойной и выразительной, чтобы привлечь внимание и заинтересовать детей. Игровые приёмы, обращение к ребёнку с названием его имени, своевременная помощь и подбадривание активизируют, увлекают малыша, усиливают его стремление к самостоятельному выполнению движения.

