

Летний двигательный режим

Прекрасная пора – лето! Оно дает возможность наполнить детей яркими впечатлениями, открытиями, неожиданностями, удовольствием и красотой. Лето – удивительная и благодатная пора, когда детям можно вдоволь гулять, бегать и прыгать. Именно в этот период они много времени проводят на воздухе. И очень важно так организовать жизнь дошкольников, чтобы каждый день приносил им что-то новое, был наполнен интересным содержанием, чтобы воспоминания о летнем времени, играх, прогулках, праздниках и развлечениях, интересных эпизодах из их жизни еще долго радовали детей. Основная задача педагога при этом как можно полнее удовлетворить потребность растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении.

Летние деньки для педагогов – это обыкновенные рабочие будни, иногда требующие даже большего нервного и физического напряжения. Именно летом для них открывается возможность проявить свое творчество, артистизм, инициативу, раскрыть свои способности.

Организация деятельности детей в детском саду в летнее время имеет свою специфику и определяется задачами воспитания в дошкольном учреждении.

Содержание педагогической работы в этот период должно быть направлено на создание оптимальных условий для активного отдыха детей, увеличение двигательной активности, обеспечение мер по укреплению здоровья, закаливанию организма и так далее.

Центральное место занимает режим дня. Для достижения оздоровительного эффекта в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на свежем воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Вся деятельность детей в летний период переносится на улицу. Началом успешного дня является утро радостных встреч. Научите детей встречать грядущий день с улыбки и хорошими мыслями, ведь утренняя улыбка заряжает бодростью и хорошим настроением на весь день.

Одним из важнейших вопросов в работе в летний период является организация досуга детей. С одной стороны, хорошая погода и возможность проводить достаточно времени на свежем воздухе во многом снимают остроту этой проблемы. Однако привычные игры детям быстро надоедают, и если их активность не находит применения, они стремятся заполнить своё время самыми разными формами деятельности и при отсутствии руководства способны нанести ущерб как самим себе, так и окружающим.

Педагогу важно найти баланс между самостоятельной активностью детей и педагогически организованным досугом.

Оптимальной формой организации детского досуга в летнее время может быть такое мероприятие, которое не требует значительной подготовки со стороны детей, имеет развивающую и воспитательную функции проводится в эмоционально привлекательной форме. Кроме того, важно, чтобы это

мероприятие не требовало также громоздкой подготовки со стороны педагогов.

Какие формы работы могут соответствовать этим условиям?

Игровые часы.

Во время игрового часа дети знакомятся с различными играми (народными и современными). Как показывает практика, современные малыши часто не знают таких игр, как «Бояре» и т.д. У старших дошкольников интерес вызывают лото, шашки, шахматы и т. д. Разучивание этих игр с детьми и дальнейшее закрепление их в повседневной игровой деятельности значительно обогащают детский досуг.

Игры и развлечения – неперенные спутники жизни каждого ребёнка. Дети дошкольного возраста играют в самые разнообразные игры: подвижные, дидактические, творческие – ролевые, строительные, музыкальные, игры – драматизации, игры — пантомимы и т.д. Именно летом предоставляются наиболее благоприятные возможности для разнообразной игровой деятельности детей, развития и расширения их творческих способностей.

Игры – путешествия.

Игра – путешествие представляет собой последовательное посещение различных точек на ранее подготовленном маршруте. На маршруте необходимо организовать остановки, где детям будут предлагаться различные игры и задания.

Музыкальные часы.

Это время самой разнообразной деятельности: дети могут разучивать новые песни, петь те, которые им хорошо знакомы, танцевать, играть в музыкальные игры и. д.

Выставки.

К организации выставки можно привлечь как детей, так и родителей.

Летние праздники.

Настоящий клад для организации летнего досуга детей – народные праздники. Они выполняют функцию приобщения детей к богатствам родной культуры. В летнее время на улице с детьми можно организовать продуктивную образовательную деятельность (рисование, аппликация, оригами, лепка и т.д.) Для этого на участке должны быть созданы соответствующие условия (устойчивые столы, стулья, выносные мольберты). Тематика продуктивной деятельности может быть самой разнообразной.

Знакомство с окружающей действительностью, наблюдение за природой летом, организация совместной деятельности взрослых и детей создают благоприятные условия для развития коммуникативных качеств у дошкольников.

Большое внимание должно быть уделено чтению художественной литературы, рассказыванию сказок, организации игр – драматизаций.

Нельзя забывать и о трудовой деятельности: закрепление навыков самообслуживания, организации трудовых поручений, дежурств. Старших детей можно привлекать к помощи младшим воспитанникам, хозяйственно – бытовому труду.

Лето – благоприятный период для реализации программных задач по ОБЖ и формированию у воспитанников культурно-гигиенических навыков.

Особое внимание в летний период должно быть уделено познавательно-исследовательской деятельности: наблюдениям на прогулке за явлениями живой и неживой природы (состоянием почвы, температурой воздуха, осадками), построению взаимосвязи, взаимозависимости предметов и явлений природы, экспериментированию (с водой и песком), коллекционированию, моделированию, решению проблемных ситуаций.

Нужно так подготовить и организовать жизнедеятельность детей в летний период, чтобы они смогли увидеть необычное в обычном, возможное в невозможном, чувствовали любовь и заботу, жили в мире радости, красоты, интересных дел, игры и сказок.

МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ

№ п/п	Формы организации двигательной деятельности	Особенности организации и время в режиме дня
	Физкультурно – оздоровительная работа	
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на свежем воздухе
2.	Подвижные игры и физические упражнения: • на утренней прогулке, • на дневной прогулке, • на вечерней прогулке.	Ежедневно, учитывая уровень двигательной активности детей
3.	Работа по развитию основных движений: • на дневной прогулке, • на вечерней прогулке.	Ежедневно
4.	Гимнастика после сна	Ежедневно
5	Самостоятельная двигательная деятельность	
	• на утренней прогулке, • на дневной прогулке, • на вечерней прогулке	Ежедневно на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
	Активный отдых	
1.	Соревнования внутри группы	Проводятся по основным видам движений 1 раз за лето на свежем воздухе

