

Памятка для педагогов " ПЛАНИРОВАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР "

Подвижные игры в календарном плане представлены как обязательный элемент физкультурных занятий и прогулок (еженедельно 12-14 раз). Но это не 12-14 различных подвижных игр, а 4-5, каждая из игр повторяется 3-4 раза. На каждую неделю обязательно надо запланировать новую игру. В основном планируются знакомые игры. Для того чтобы повторение способствовало закреплению двигательных умений и навыков, а интерес к играм не снижался, их следует усложнять и разнообразить. В основе варьирования лежат конкретные программные задачи по обучению движениям на данный отрезок времени. При этом учитываются особенности и возможности возраста детей, а также объективные факторы – время года, место, где расположен детский сад, и др. При составлении плана надо позаботиться о том, чтобы подвижные игры на прогулке хорошо сочетались по содержанию с другими организационными формами. Важно, например, чтобы основное движение, входящее в игру, не повторялось в индивидуальной работе во время одной прогулки. Подбирая игру, надо учитывать также предшествующую нагрузку. Так, после физкультурного занятия на прогулку подбираются игры малой подвижности – хороводы, игры с дидактическими задачами типа "Найди и промолчи", а также игры-аттракционы, которые, как известно, имеют зрелищный эффект и участниками которых является небольшое число детей.

Памятка для педагогов " ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ "

Использование этой формы работы определяется практической необходимостью дать детям кратковременный отдых во время занятий, связанных с большим умственным напряжением и однообразным положением тела.

Содержание физкультминуток не обязательно фиксировать в рабочем плане, но продумывать его следует тщательно. Это должны быть упражнения (2-3), отвлекающие детей на короткое время от основной деятельности: напряженная спина должна расслабиться, с мелкой мускулатуры рук нагрузка переключается на крупную. В этой связи вызывает сомнения полезность таких физкультминуток, когда дети вместе с воспитателем читают доморощенные стихи и выполняют такие же невыразительные движения ("Раз-два – выше голова! Три-четыре – руки шире! Пять-шесть – просим сесть!").

Детям приходится думать, что говорить и что при этом делать. Значит, отдыха, раскованности не получается. Такие физкультминутки – простая формальность. Нужно выполнять хорошо знакомые упражнения, одно название которых вызывает двигательную реакцию, например, встать, потянуться, присесть, подтянуть согнутую ногу к груди. Думается, что счет при этом не уместен. Минутку отдыха можно сделать и музыкальной: включить магнитофон, и пусть дети в зависимости от мелодии выполняют любые танцевальные или физкультурные движения.