

Развитие двигательных навыков и воспитание психофизических качеств детей раннего возраста.

Консультация для родителей.

Павленко Л. В.

Воспитатель МБДОУ № 9.

Детство – важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, как прошло детство, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира, - от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш.

В.А.Сухомлинский

Третий год жизни – это период активного совершенствования качеств движений, которыми овладел малыш на предыдущих этапах. Важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но весь организм крепнет, совершенствуются движения. Для развития движений используются различные средства. Это в первую очередь организация режимных процессов - умывание, одевание, кормление, развивающие координацию движений рук, игровая деятельность, во время которой дети разнообразно двигаются. Для малышей нужны игрушки, способствующие развитию движений: мячи различных размеров, 3-колесные велосипеды, автомобили, качалки и т.д.

Однако опорно-двигательный аппарат у детей этого возраста развит еще сравнительно слабо, двигательный опыт еще небольшой, движения часто непреднамеренны. Ребенок не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Все это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию. Важными факторами развития движений являются утренняя гимнастика и физкультурные занятия.

Основной задачей обучения является формирование у детей умения действовать совместно, подражая воспитателю и в соответствии с его указаниями.

В этом возрасте обучение физическим упражнениям организуются в игровой форме. Игровые и сюрпризные моменты заинтересовывают ребенка, радуют его и поэтому выполняются с большим желанием: качество выполнения упражнений будет выше, если игровой образ понятен, знаком малышу.

Важно сформировать у детей общее представление о движении, вызвать желание выполнять его. Воспитатель использует игровые приемы,

поощрительные, подбадривающие указания, стремится вызвать у детей интерес к движению.

Общеразвивающие упражнения в этой группе дети могут выполнять с предметами (флажками, платочками, ленточками и др.). Их использование повышает мышечное напряжение, усиливает эмоциональную окраску занятия. Предметы, игрушки должны быть одинаковыми и знакомыми детям, в противном случае они будут отвлекаться.

Основные движения, которым обучают детей раннего возраста: ходьба, бег, прыжки, катание, бросание, ловля, ползание, лазанье.

Ходьба: В 1 младшей группе воспитатель учит детей ходить правильно, не наталкиваясь друг на друга; формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку. Этим целям служат разнообразные приемы: указания педагога, его личный пример, имитация, упражнения в игровой форме, использование зрительных ориентиров.

Чтобы научить детей выше поднимать ноги, следует использовать упражнения в ходьбе с перешагиванием линий, шнура, кубиков.

Бег: На 3-ем году жизни ребенка нужно учить сохранять равновесие, заданное направление, бегать, не наталкиваясь на окружающие предметы.

Прыжки: В 1 младшей группе вводятся прыжки на 2 ногах на месте, с продвижением, а также прыжки в длину и в высоту с места. Основное внимание при этом должно быть направлено на обучение отталкиванию двумя ногами, мягкому приземлению на носки при прыжках вверх и в высоту с места. Основными приемами обучения являются показ и объяснение воспитателя, игровые приемы, зрительные ориентиры.

Катание, бросание, ловля: Обучение малышей разнообразным действиям с мячом начинают с индивидуальных занятий и только затем переходят к упражнениям с подгруппами. Ребенка учат брать мяч, держать и переносить его одной и двумя руками, скатывать, прокатывать, энергично отталкивать в определенном направлении. После того как малыши освоят прием отталкивания мяча в определенном направлении, можно предложить им катать мяч друг другу, под дугу.

Ползание и лазанье - в начале года целесообразно учить детей ползанию на животе и затем постепенно переходить к ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони. Воспитатель должен учить ребенка крепко держаться руками за перекладину, помогать в преодолении чувства страха, неуверенности, обеспечивать страховку.

Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

В самостоятельной двигательной деятельности педагог должен постоянно поддерживать двигательную активность детей, поощряя самостоятельное использование ими атрибутов для игр. Для этого необходимо создать соответствующие условия в групповой комнате и на участке, выделить место для игр и физических упражнений.

Руководство самостоятельной двигательной деятельностью детей осуществляется с учетом их индивидуальных особенностей. Воспитатель упражняет ребенка в том или ином виде движений, которые ему даются труднее, чем сверстникам, используя при этом игровые приемы, «покажи мишке, как надо перешагивать через кубик», «покажи как летает птичка».

Движения приносят радость малышам, следовательно, оказывают самое положительное влияние на их психическое развитие, на ориентировку в окружающем мире. Благодаря движениям руки, пальцев, ребенок познает свойства предметов. Зрительные, слуховые, тактильные раздражители побуждают его к тому или иному движению.

Очень важно в физическом воспитании детей раннего возраста не задерживаться на том, что уже усвоено ребенком, и постепенно повышать требования к нему, пользуясь присущим этому возрасту интересом к новому и стремлением овладеть более сложными движениями и нормами взаимоотношений с окружающими взрослыми и детьми.

Организация различных физических упражнений и подвижных игр положительно сказывается на эмоциональном состоянии детей, помогает укреплению воли, самостоятельности.