ГБОУ СОШ пос. Просвет

структурное подразделение «Детский сад «Сказка» м.р. Волжский

**Консультации для воспитателей**

**«Особенности организации разных видов НОД**

**по физической культуре»**

Составил ст. воспитатель Суркова С.Э.

Февраль, 2013г

Для поддержания постоянного интереса детей к организованной деятельности по физической культуре применяются разнообразные варианты их проведения: по традиционной схеме, построенные на подвижных играх, круговые тренировки, музыкально-ритмические, сюжетные.

В младших группах обязательно включаются в НОД имитационные упражнения под музыку, а также элементы психогимнастики. С детьми старшей и подготовительной группы проводятся игры с элементами эстафеты.

Традиционное НОД по физической культуре состоит из трех частей:

• вводная часть, подготавливающая организм к физической нагрузке;

• основная часть, целью которой является обучение, закрепление и совершенствование навыков основных движений, развитие физических качеств;

• заключительная часть - проведение упражнений, игр малой подвижности для приведения организма в спокойное состояние.

Такое занятие едино и подчинено общей цели – вызывать усиленное действие физиологических функций организма ребенка, способствовать развитию физических качеств, формированию движений и правильной осанки, улучшению ориентировки в пространстве, слаженности действий в коллективе. Эта общая цель достигается последовательным выполнением конкретных задач каждой части занятия, которые, естественно, переходят одна в другую.

В содержание вводной части входят ходьба, бег, подскоки; несложные упражнения; перестроения, повороты и другие элементы строевой подготовки; упражнения на осанку и упражнения укрепляющие стопу.

В основную часть включаются разнообразные общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) и упражнения в основных движениях (ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание, упражнения в равновесии), подвижные игры и игры с элементами спортивных игр.

В заключительной части проводятся спокойная ходьба друг за другом или врассыпную, дыхательные упражнения, малоподвижные игры.

Но постоянное использование только такой структуры зачастую ведет к снижению интереса детей к НОД и, как следствие, к снижению их результативности. Поэтому в практике работы возникают нетрадиционные подходы к построению и содержанию НОД по физической культуре, позволяющие постоянно поддерживать интерес к ним детей, индивидуализировать подход к каждому ребенку, разумно распределять нагрузку, учитывая уровень двигательной активности, физической подготовленности, состояние здоровья и пол ребенка.

На каждом НОД по физической культуре также могут использоваться в сочетании с круговой тренировкой следующие способы организации детей: фронтальный, подгрупповой и индивидуальный.

При фронтальном способе одинаковые для всех упражнения выполняются сразу всеми детьми. Этот способ эффективен для достижения высокой плотности занятия и обеспечения большой активности детей.

При групповом способе организации дети распределяются на группы, каждая из которых выполняет свое задание. Этот способ требует высокой самостоятельности, сознательного и ответственного выполнения заданий.

Индивидуальный способ заключается в выполнении отдельных упражнений каждым занимающимся самостоятельно. Ценность индивидуального выполнения в том, что оно позволяет обратить внимание каждого ребенка на качество движения, помочь ему увидеть основные недостатки.

Применение метода круговой тренировки на занятиях по физической культуре дает возможность правильной физической нагрузки на все группы мышц, позволяет обеспечить высокую моторную плотность, развивает общую и силовую выносливость, совершенствует дыхательную и сердечно - сосудистую системы. У детей развивается творчество и инициатива. Метод круговой тренировки является одним из эффективных путей оздоровления и повышения уровня физической подготовленности детей.

Также представлены следующие варианты проведения НОД по физической культуре:

- НОД, построенное на подвижных игра;

- НОД c элементами аэробики;

- НОД построенные на эстафетах, соревнованиях.

Подвижные игры привлекают детей возможностью применить свои знания и умения для решения конкретной двигательной задачи в условиях меняющейся игровой обстановки. Такие качества, как сила, ловкость, быстрота, выносливость, развиваются и совершенствуются в процессе подвижных игр, особенно с элементами соревнования. Подвижные игры способствуют разностороннему физическому развитию ребенка, в программе они систематизируются по видам основных движений; с ходьбой и бегом; с ползанием и лазанием; с подпрыгиванием и прыжками; с бросанием и ловлей, а также игры на ориентировку в пространстве. Игры делятся на подвижные и более сложные спортивные (теннис, городки, бадминтон, баскетбол, волейбол и др.) в детском саду по преимуществу используются элементарно подвижные игры. Они в свою очередь делятся на сюжетные и бессюжетные. Сюжетные игры («Наседка и цыплята», «Воробышки и кот» и т.д) дают возможность детям отобразить свои представления об окружающей жизни. Действие играющих зависит от той роли, которую они выполняют.

Бессюжетные игры строятся на выполнении двигательных заданий – действий с предметами (мяч, обруч, игрушки, скакалки). Использование предметов повышает интерес ребенка к действиям, а также облегчает выполнение двигательного задания («Добеги до флажка», «Пролезь в обруч»).

Спортивные игры обогащают двигательный опыт ребенка способами действий, необходимыми для участия в спортивных играх.

Аэробика – это система физических упражнений энергообеспечения, которых осуществляется за счет использования кислорода. Занятия аэробикой доставляют детям большое удовольствие. Для того чтобы сделать их еще более интересными можно изготовить для детей индивидуальные, нестандартное оборудования – это гантели, султанчики. Каждый комплекс упражнений состоит из подготовительной и основной части. Подготовительная часть обеспечивает разогревание организма, подготовку его к главной физической нагрузке. Упражнения выполняются с небольшой амплитудой. Заканчивается комплекс аэробики упражнениями на дыхание и расслабление, выполняемые в медленном темпе. Танцевальные упражнения развивают у детей легкость, ритмичность, плавность, красоту. Они благоприятны для формирования осанки. Танцевальные упражнения, сопровождаемые музыкой, ритмичным подсчетом развивают у детей слух.

Сюжетные НОД являются одной из организованных форм проведения НОД по физической культуре, способствующей воспитанию интереса детей дошкольного и младшего школьного возраста к процессу выполнения физических упражнений. В отличие от НОД, проводимых по традиционной форме, все средства физического воспитания, используемые в сюжетном занятии, подчинены определенному сюжету. Использование приемов имитации и подражания, образных сравнений соответствует психологическим особенностям дошкольников, облегчает процесс запоминания, освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятия, способствует развитию мышления, воображения, творческих способностей, познавательной активности, что очень ценно для работы с детьми с общим недоразвитием речи. Сюжетные НОД по физической культуре содержат целостную сюжетно – игровую ситуацию, отражающую в устной форме окружающий мир ребенка; они состоят из разнообразных имитационных движений и упражнений общеразвивающего воздействия.

Программа сюжетных НОД по физической культуре направлена на решение следующих задач:

* укрепление здоровья детей, повышение функциональных и адаптационных возможностей организма, умственной и физической работоспособности;
* гармоничное развитие всех звеньев опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки;
* совершенствование двигательных навыков, воспитание двигательных качеств;
* развитие психических способностей и эмоциональной сферы;
* развитие музыкально-ритмических способностей, воспитание интереса и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями.

Сюжетные НОД по физической культуре проводятся со среднего дошкольного возраста.

На четвертой недели каждого месяца НОД по физической культуре строятся на эстафетах, соревнованиях. Эстафеты способствуют физическому развитию, воспитанию физических качеств (ловкость, быстрота, глазомер). Обеспечивает разностороннее развитие личности ребенка; воспитывает выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество. При проведении эстафет детей старшей и подготовительной групп можно научить элементам баскетбола: «Веселая парочка», ведение мяча, броски мяча в корзину. Для волейбола важно освоить передачу мяча в парах. Кроме того, освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составит основу для дальнейших занятий спортом.