Консультация для педагогов ДОУ
Тема: «Развитие инициативы и самостоятельности в оздоровительной деятельности в течение дня»

Сергиенко Т.В
инструктор по физической культуре

Цель: Повышение профессиональной компетенции педагогов в вопросах создания условий для проявления детской самостоятельности и инициативы в процессе оздоровительной работы.

Актуальность: Согласно ФГОС ДО, одним из приоритетных направлений является поддержка инициативы и самостоятельности детей. Это касается всех образовательных областей, в том числе и физического развития. Ребенок должен не просто выполнять команды взрослого, а учиться сам заботиться о своем здоровье, осознанно выбирать движения и организовывать свой досуг.

Что такое самостоятельность и инициативность в оздоровлении?

-Самостоятельность — это способность ребенка действовать без постоянной помощи взрослого, опираясь на собственные знания и умения (например, самому взять мыло и правильно вымыть руки, самостоятельно переодеться на физкультуру, выбрать, чем заняться на прогулке).
-Инициативность — это способность предлагать что-то новое, начинать дело, придумывать идеи (например, предложить новую подвижную игру, придумать новое упражнение, вызваться быть ведущим).

Наша задача — не диктовать каждое движение, а создавать развивающую среду и использовать косвенное руководство, сигналы и символы, чтобы ребенок захотел и смог проявить эти качества.

1. Режимные моменты и приемы поддержки инициативы

Давайте пройдемся по ключевым моментам дня пребывания ребенка в детском саду

Утренняя гимнастика

· Проблема: Часто гимнастика проводится по строгому шаблону, где дети — лишь исполнители.

· Как поддержать инициативу:

· «Покажи движение»: В конце основной части предложите: «Ребята, кто хочет придумать свое упражнение для нашей зарядки?». Ребенок показывает, остальные повторяют. Можно использовать схемы-подсказки (в старшем возрасте) для каких частей тела упражнения. (Смелые шаги к лидерству).

· «Выбор инвентаря»: Разложите разные предметы (флажки, кубики, ленточки). Предложите каждому выбрать, с чем он хочет сегодня делать зарядку. (Учим делать выбор).

· «Музыкальная пауза»: Дайте возможность подвигаться под музыку так, как хочется («Свободная танцевальная минутка»).

Подготовка к прогулке, прогулка и возвращение

· Проблема: Воспитатель одевает/раздевает медлительных детей, торопит остальных.

· Как поддержать самостоятельность:

· «Алгоритм в картинках»: В раздевалке повесьте последовательность одевания/раздевания. Ребенок смотрит и действует сам. (Визуальная опора — лучший друг самостоятельности).

· «Помоги другу»: Поощряйте детей, которые уже оделись, помогать тем, кто еще не справился (застегнуть молнию, завязать шарф). Это воспитывает не только самостоятельность, но и отзывчивость.

· Игра «Кто больше и быстрее застегнет?» — ненавязчивая мотивация к овладению навыками самообслуживания (соревновательный момент).

Прогулка

· Проблема: Воспитатель организует все игры и движения, дети пассивны.

· Как поддержать инициативу:

· «Свободная двигательная активность»: Отведите 10-15 минут, когда дети могут просто побегать, полазать, попрыгать. Ваша задача — обеспечить безопасность и наблюдать.

· «Предложи игру»: Вместо «А сейчас играем в...», спросите: «В какую игру вы хотите поиграть? Кто будет ведущим?». Помогите детям договориться.

· «Придумай препятствие»: На полосе препятствий предложите детям добавить свое задание («А давайте здесь будем не просто прыгать, а прыгать как лягушки? или выполнять движения, придуманные ….»).

· «Выносной материал»: Обязательно выносите скакалки, мячи, кегли, обручи. Важно не только их наличие, но и возможность свободного доступа и выбора в течение всей прогулки.

Гимнастика после сна, закаливание

· Проблема: Все действия четко регламентированы.

· Как поддержать самостоятельность:

· «Дорожка здоровья»: После сна дети самостоятельно проходят по массажным коврикам, которые вы разложили при этом выбирая свой маршрут (кто хочет- идет от зеленой фишки, кто хочет – от красной и т.д.).

-Двигательные минутки в постели могут сами выбрать и выполнить свои движения под спокойную музыку

2.Развивающая предметно-пространственная среда

-Уголок двигательной активности и спортивный инвентарь

Главное правило: инвентарь должен быть доступен детям без спроса у воспитателя.

Как развивать самостоятельность:

1. Принцип «Открытой полки». Мячи, скакалки, кегли, обручи, массажные мячики лежат так, чтобы ребенок мог сам их взять и убрать. Вводим традицию «Дежурных по спортинвентарю» (дети сами следят за порядком и целостностью инвентаря).
2. Полифункциональность предметов. Поощряйте детей придумывать новые способы использования привычных вещей.

- Пример: Обруч — это не только прыжки. Дети сами могут предложить: «Давайте сделаем из обручей туннель», «Это руль машины», «Это домик для ежика».

3. Самодельный инвентарь. Совместно с детьми (и родителями) создавайте «Кинезиологические мешочки» (с горохом, фасолью, каштанами), «Ежики» (из пластиковых бутылок и крышек), ленты для ритмики. Когда ребенок сам сделал инвентарь, он с большей инициативой использует его в игре.

- Карты-схемы и Алгоритмы

Визуальная опора снимает зависимость ребенка от указаний взрослого.

Варианты карт-схем:

1. Схема-алгоритм утренней гимнастики. На стене в уголке здоровья — карточки с изображением 4-5 упражнений.
2. Схема самомассажа. Изображение ладошек с точками (как массировать пальчики с помощью «ежика» или грецкого ореха).
3. Конструктор полосы препятствий. Схемы, где из разных картинок (скамейка, кубик, обруч, кегля) можно «собрать» маршрут.
4. Дыхательная гимнастика. Схемы с изображением животных (как дышит ежик, как пыхтит паровозик).

Как развивать инициативу:

Ребенок подходит к схеме, «читает» ее (последовательность действий) и выполняет. Задача педагога: не стоять над душой, а наблюдать. Если ребенок ошибся — не поправлять сразу, а предложить ему самому посмотреть на картинку и сравнить. Позвольте детям самим составлять новые схемы-маршруты из предложенных картинок-элементов для своих друзей.

- Настольные и Дидактические игры

Связь интеллекта и здоровья. Идеально для времени перед сном, в «тихие часы» или в ожидании прогулки.

Варианты игр:

- Настольно-печатные: «Полезно — Вредно» (сортировка карточек: спорт/фрукты против телевизора/сладостей), «Собери спортсмена» (пазлы), «Лото: Виды спорта», «Путешествие по организму» (где находится сердце, легкие).
- Дидактические: «Что нужно для…?» (подобрать инвентарь к виду спорта), «Найди пару» (спортсмен и его спортивная форма), «Угадай по тени» (какое упражнение выполняется).
- Осенняя тематика (актуально для октября): «Собери осенний урожай» (сортировка шишек, желудей, каштанов по размеру и цвету с использованием пинцетов — отличная тренировка мелких мышц кисти).

Как развивать инициативу:

Игры должны лежать в свободном доступе. Дети играют в пары или микрогруппами без участия взрослого.

- Прием «Придумай правило»: Предложите детям не просто играть в «Полезно-Вредно», а придумать свои карточки (нарисовать то, что они считают полезным для себя лично).
- Прием «Обучи друга»: Если один ребенок освоил новую настольную игру, он сам становится «ведущим» и объясняет правила другим.

3.Игры малой подвижности

Отличный инструмент для переключения, снятия усталости и развития внимания.

Варианты игр:

1. «Зеркало» (один показывает движения руками/телом, другой повторяет).
2. «Колечко» (передача колечка по цепочке).
3. «Испорченный телефон» (но передаем не слова, а движение: пожать плечами, топнуть, хлопнуть).
4. «Съедобное-несъедобное» (с использованием мяча).
5. «Повторяй за мной» (ритмические хлопки, которые нужно воспроизвести).

Как развивать инициативу:

- Ротация ролей. Водящего выбирают сами дети (считалочкой или по желанию), взрослый не назначает.
- Творческое переосмысление. Предложите детям изменить правила. Например: «Давайте играть в “Зеркало”, но показывать не обычные движения, а то, как двигаются животные» или «Давайте в “Колечке” загадывать не предмет, а эмоцию».
- Самостоятельный выбор. В режимных моментах (перед прогулкой, в раздевалке) спрашивайте: «Во что из знакомых маленьких игр вы хотите поиграть сегодня? Кто будет водящим?».

✸ Памятка педагогу: Позиция «Мудрого наблюдателя»

Чтобы самостоятельность действительно развивалась, нам, взрослым, нужно немного «отойти в тень».

1. Создавайте проблемные ситуации.
- Пример: «Ребята, у нас есть только две скакалки, а вас четверо. Как нам всем поиграть и не поссориться?» (Дети сами придумают: кто-то крутит, кто-то прыгает; или прыгают через одну скакалку вдвоем).

2. Поощряйте обучение сверстниками. Если ребенок спрашивает: «Как мне завязать этот узел на ленте?», не бросайтесь помогать сразу. Скажите: «А кто из ребят уже умеет? Помогите друг другу».
3. Хвалите за идею, а не только за результат. Не просто «Молодец, высоко прыгнул», а «Какой отличный способ ты придумал, чтобы перепрыгнуть через кубики! Я бы до такого не додумалась».
4. Право на ошибку и отдых. Если ребенок решил, что сегодня он не хочет бегать, а хочет просто полежать на массажном коврике и посмотреть на карт-схему дыхания — позвольте ему эту самостоятельность. Осознанный отдых — это тоже часть культуры здоровья.

Коллеги, наша цель — чтобы к выпуску из детского сада ребенок не просто умел выполнять упражнения по команде, а знал, как ему взбодриться, если он устал, и мог сам организовать себя и друзей для полезного времяпрепровождения.

Развитие самостоятельности и инициативности — это не отдельное занятие, а стиль нашей работы. Внедряя эти простые приемы в режимные моменты, мы незаметно, но системно помогаем детям становиться более уверенными, активными и

здоровыми. Помните: сегодня ребенок сам выбирает, с каким мячом играть, а завтра он сможет самостоятельно организовать свой активный отдых.