

Семинар-практикум для родителей
«Совершенствование основных
движений детей второго года
жизни»

Подготовила:
Юрпалова Лариса Николаевна,
инструктор по физической
культуре, высшая
квалификационная категория

2023 год

В нашем ДОУ уделяется значительное внимание воспитанию двигательной культуры. И мы хотим приобщить вас, родители, к активной совместной работе по физическому воспитанию. Очень важное значение имеют совместные занятия физическими упражнениями ребёнка и взрослых. Они прививают любовь к физическим упражнениям, укрепляют, объединяют семью, позволяют ребёнку и родителю стать ближе.

Дети 2х лет усваивают движение в результате многократного повторения на основе подражания и непосредственных двигательных ощущений при его выполнении. Дети этого возраста ещё не ориентируются в пространстве, они быстро утомляются и нуждаются в частой смене работы и отдыха.

Хотелось бы поговорить об особенностях развития ОВД.

Ходьба *(родители участвуют в показе движений)*

Дети осваивают передвижение по прямой линии и это самое основное для их возраста. Они ещё неуклюжи, могут наклоняться вперёд, косолапят, падают, поэтому даже самые простейшие перестроения им пока ещё не доступны.

На втором году жизни у детей появляется ускоренная и быстрая ходьба, причём она индивидуальная, каждый ребёнок ходит в удобном ему темпе, в соответствии со своими возможностями.

Умение ходить хорошо закрепляют игровые подражательные упражнения, например, «Пройди, как мышка», «Пройди, как солдат» и т. д.

Особенной затраты усилия для сохранения равновесия требуют ходьба по прямой, остановка и смена направления. Необходимы многократные упражнения в ходьбе (по дорожке, по ребристой или наклонной доске). Малыши осторожно выполняют такие задания, смотрят под ноги, идут неуверенно, робко, не соблюдают ограничений (верёвка), край дорожки – мы держим ребёнка за руку, подбадриваем. Нужно учить детей поочерёдно ставить сначала одну ногу, потом вторую. Для выполнения этих заданий мы используем различные игрушки «Иди по дорожке к кукле», «Пройди по мостику к мишке». Постепенно темп ходьбы ускоряется, малышки делают попытку побежать «Бегите ко мне», «Догоните собачку».

Ползание и лазанье *(смотрим видео-фрагмент занятия детей)*

Дети раннего возраста любят ползать, и это стремление надо поддерживать, предусматривая по возможности больше разнообразных упражнений в данном виде движений (подползание к предмету, переползание через него). Словесные указания воспринимают плохо, с удовольствием ползают рядом со взрослым, который помогает им правильно двигаться.

Дети лазанье осваивают медленнее, т.к. боятся высоты. Следим: чтоб взялся за следующую рейку, не опираясь предплечьем, поочерёдно переставлял руки и ноги, двигался в удобном ему темпе.

Метание *(родители участвуют в показе движений)*

Метание укрепляет мышцы рук, плечевого пояса и туловища, развивают глазомер, согласованность движений, ловкость.

Дети знакомятся со свойством мяча – катится, подскакивает, а мешочек с песком – падает. Мяч большой – мы его катим, бросаем вверх двумя руками, можем ударить об пол, а мяч маленький – держим и носим одной рукой. Мешочек – перекладываем из руки в руку, кидаем на дальность.

Все эти движения требуют согласованности движений, сосредоточенности и усилий. Но все они доступны детям. Метание в цель наиболее трудное движение, даже стоя в полуметре от цели могут не справиться с заданием, поэтому в этом возрасте можно познакомить с этим видом, но обучать не стоит. Не доступны также упражнения в ловле мяча (они не включены в занятия).

Вывод: все действия дети делают неуверенно, поэтому ребятам нужен постоянный контакт со взрослым, его непосредственное участие и помощь. Благодаря многократному повторению, они начинают действовать самостоятельно, сохраняя свой темп. Повторение действий и предметов положительно влияет на речь.

Любая двигательная деятельность при перемещении в пространстве способствует развитию равновесия, и ритмические подражательные упражнения под музыку нам в этом помогут.

Малыши будут с интересом слушать песенки и повторять движения. Взрослый перед прослушиванием может кратко рассказать содержание песенки, показать соответствующий рисунок или игрушку. *(родители участвуют в показе движений)*

Чем раньше мы дадим гамму разнообразных впечатлений, тем более гармоничным и успешным будет развитие ребёнка. И возможно меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, вниманием, памятью, мышлением и формированием красивой осанки.

Спасибо за внимание!