

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №2общеразвивающего вида**

Самоанализ утренней гимнастики

«Эколята – спортивные ребята»

Подготовила воспитатель: Аникина Е.Ю.

Цель: активизировать деятельность организма, прививать интерес к физической культуре и спорту. Продолжать учить выполнять движения синхронно, бегать по кругу не натываясь друг на друга.

Задачи:

Образовательные: создать эмоциональный подъем, развивать организм ребенка.

Развивающие: развивать все группы мышц, координацию движений, силу, выносливость, точность движений при выполнении упражнений.

Воспитательные: воспитывать привычку к ежедневным физическим упражнениям, раскрепощенность, ценность, творчество в движениях, дружелюбие друг к другу.

Виды деятельности:

- 1). Двигательная
- 2). Игровая
- 3). Коммуникативная

Методы и приемы:

1. Словесный (объяснение, указание, поощрение), прием проговаривания.
2. Практический (речевые упражнения с движениями).
3. Игровой.

Материалы и оборудование: утренняя гимнастика проводилась без предметов (согласно плану).

Утренняя гимнастика в старшей группе проводится ежедневно, длительность составляет 10 минут. Все дети в спортивной форме и чешках. Музыкальное сопровождение обязательна, так как способствует позитивному эмоциональному настроению детей.

Весь комплекс утренней гимнастики был построен в игровой форме, что позволяет наиболее эффективно решать педагогические и оздоровительные задачи. Так как известно, что обучение дошкольников через игру – ведущий вид деятельности. Согласно методике физического воспитания, он состоял из трех основных частей: вводной, основной и заключительной, каждая из которых решает определенные задачи.

Во вводной части провела разновидности ходьбы (на пятках, на носках, высоким подниманием колен), чередуются с обычной ходьбой, чтобы привести стопу в правильное положение. При выполнении упражнений использовались указания, на которые дети четко реагировали.

В основной части происходит перестроение из одной колонны в две и размыкание пока с помощью рук, в дальнейшем планируется размыкание без помощи рук. Дети выполняли упражнения правильно, повторяли и закрепляли уже известные движения, что полезно для отработки чистоты выполнения движений, дыхания, чувства ритма. В процессе гимнастики следила за качеством выполнением упражнения, осанкой, исходным положением.

Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь.

В заключительной части упражнений использовала элемент дыхательной гимнастики.

Мною были обозначены названия упражнений и исходные позиции. Упражнения всеми детьми выполняются одновременно под мои четкие команды.

Во время выполнения упражнений отслеживается качество, указывается на общие и отдельные ошибки детей.

В гимнастики использовались прыжки, чередующиеся с ходьбой на месте.

И упражнение на восстановление дыхания.

Итогом стало художественное слово и перестроение в 1 колонну.

По итогам можно сказать, что поставленная цель достигнута, задачи выполнены.

Самочувствие детей после гимнастики бодрое с хорошим эмоциональным настроением.