

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребёнка - детский сад № 56 «Ромашка» города Рубцовска
658200 Алтайский край г. Рубцовск, пер. Гражданский, 14-А
телефон 8(38557)4-67-83, 8(38557)4-58-73, эл. адрес: ds56@ngs.ru

ИННОВАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ДОУ

Подготовила:
инструктор по физической культуре
МБДОУ «ЦРР – д/с № 56 «Ромашка»
Кривошеева Е.В.

2018г.

Одной из важнейших проблем физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ является внедрение и использование в процессе физического развития детей инновационных технологий.

С XXI веком в нашу жизнь стремительно вошли новые методы и технологии, которые далеко не всегда положительно сказываются на здоровье людей. Привычными стали - ухудшение состояния здоровья, снижению уровня физической и двигательной подготовленности детей дошкольного возраста. Осознание большой ответственности за здоровье детей даёт стимул к овладению новыми методиками и технологиями в направлении оздоровительной работы.

Родители мало знают о том, как укрепить здоровье ребёнка с помощью физических упражнений, закаливания, подвижных игр. Они зачастую оберегают своих малышей от физических усилий ("не бегай, не прыгай, не лазай, а то упадёшь, посиди"), даже от здорового соперничества в подвижных играх.

Дети испытывают "двигательный дефицит", задерживается возрастное развитие быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Дети имеют излишний вес, нарушения осанки, вследствие чего визуально у них наблюдается неуклюжесть, мешковатость, жестикуляция и мимика вялая, при ходьбе волочат за собой ноги, чувствуется скованность, неуверенность, голова опущена, нет гордости в осанки. Поэтому, многие дети нуждаются в особых технологиях физического развития, в которых должен быть учтен весь комплекс соматических, физических и интеллектуальных проблем.

Одним из путей решения этой проблемы является целенаправленное использование в процессе физического воспитания дошкольников известных физкультурно-оздоровительных методик и инновационных технологий, адаптированных к возрастным особенностям детей.

Программа П.П. Болдурчиди по физической культуре «Здоровье», направленная на развитие у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков, развитие таких физических качеств как сила, ловкость, выносливость, гибкость, быстрота. Наряду с этой программой используется авторская технология Ж.Е. Фирилевой «СА-ФИ-ДАНСЕ» по танцевально-игровой гимнастике. Основной целью программы является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики. Обучение по этой программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший

уровень знаний. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Программа по формированию представления и приобщению дошкольников к здоровому образу жизни: взаимодействие с семьей, привлечение родителей к закреплению навыков здорового образа жизни. Соединив положительные качества традиционной программы и внедрение технологий Ж.Е. Фирилёвой «СА-фи-дансе», авторской программы Н.Н.Ефименко «Театр физического развития», Н.А.Фомина «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика» ваши воспитанники будут физически крепнуть, и развиваться.

Технологии «СА-фи-дансе», основана на повышении интереса к физической культуре и спорту .

Танцевально-ритмическая гимнастика.

«Моторчики»

Представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность.

Игроритмика.

«Ритмушки-топотушки»

Является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Игрогимнастика.

«Мы шагаем по планете»

Служит основой для усвоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков. В раздел входят строевые, общеразвивающие упражнения, акробатические, направленные на расслабление мышц, дыхательные и укрепление осанки.

Игротанец.

«Хореографические картинки»

Направлен на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют

воспитательное значение и доставляют эстетическую радость детям. В этот раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, танцевальные формы (историко-бытовой, народный, современные ритмические танцы).

Нетрадиционные виды упражнений:

Игровой самомассаж.

«Превосходное настроение»

Является основой для закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитие навыков собственного оздоровления.

Пальчиковая гимнастика.

«Фантазёры»

Этот раздел служит для развития ручной умелости мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

Музыкально-подвижные игры.

«Пострелята»

Содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой гимнастике.

Креативная гимнастика.

«Чарующее зеркальце души»

Предусматривает целенаправленную работу по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этой форме работы создаются благоприятные возможности для развития способности детей, их познавательной активности, мышления, свободного

самовыражения и раскрепощенности. В нее входят музыкально-творческие игры, специальные задания.

Игропластика.

«Гибкие спинки»

Основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древнегимнастических движений и упражнения стретчинга, хатха-йоги, выполняемые в сюжетной игровой форме без музыки. Кроме радостного настроения и мышечной нагрузки эти упражнения дают ребенку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая свои эмоции, открытость и внутреннюю свободу. Положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию

Игровой стретчинг.

«Делай как я! »

Упражнения стретчинга носят имитационный характер и выполняются по ходу сюжетно-ролевой игры, состоящей из взаимосвязанных игровой ситуаций, заданий, упражнений. Образно-подражательные движения развивают творческую, двигательную деятельность, творческое мышление, двигательную память, быстроту реакции, ориентировку в движении и пространстве, внимание.

Игры-путешествия.

« Летучий корабль»

Они включают все виды подвижной деятельности, используя средства всех разделов программы, закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать, кем мечтаешь, побывать, где захочешь и увидеть что пожелаешь. Такие занятия отличаются от классических высоким эмоциональным фоном, способствующим развитию мышления, воображения, эмоционально-двигательной сферы и творческих способностей детей.

Веселые сказочные персонажи, красочные атрибуты- (флажки, шары, ленты, обручи), необычные игры- забавы, аттракционы, музыкальное сопровождение, способствуют созданию у детей психологического комфорта, желанию заниматься физическими упражнениями.

В каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность:

-маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приемам элементарной страховки;

-в среднем возрасте - развить физические качества (прежде всего, выносливость и силу);

-в старших группах - сформировать потребность в движении, развить двигательные способности и самостоятельность.

Внедряя в работу комплексное сочетание программ и технологий в системе занятий физической культурой

1. У детей повышается интерес к таким занятиям.
2. Увеличивается уровень их физической подготовленности, развитие физических качеств: мышечной силы, ловкости, выносливости, гибкости;
3. Развиваются психические качества: внимание, память, воображение, умственные способности.
4. Происходит воспитание нравственных качеств, коммуникабельности.
5. Укрепление костно-мышечной системы, повышение функциональной деятельности органов и систем организма.

Эффективность работы по укреплению здоровья детей, зависит от четкой слаженной работы с родителями.

1) ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

2) ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;

3) обучение конкретным приемам и методам оздоровления дыхательной гимнастике, самассажу, разнообразным видам закаливания.

4) ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДОУ, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма.

Занятия плаванием в бассейне широко внедряют врачи – ортопеды, окулисты, неврологи. Я проводя занятия с детьми, имеющие значительные отклонения в здоровье – ДЦП, родовые травмы и т.д. видела как на глазах улучшается состояние и физическое развитие ребёнка.

Сейчас готовлю ребёнка с проектом «Здоровый образ жизни», где ребёнок познаёт, что такое ЗОЖ и знакомит с этим сверстников и родителей.