

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад присмотра и оздоровления с приоритетным осуществлением санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий и процедур» №1 п.Энергетик Новоорского района

**ОБОБЩЕНИЕ
ПЕРЕДОВОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА
на тему: «Игры для здоровья»**

*воспитатель
Ситмухамбетова Анара Едиловна
высшая квалификационная категория*

РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического совета
МБДОУ «Детский сад» №1
п.Энергетик Новоорского района
протокол № 5 от 20.04.2016г.

апрель 2016г.

Тема информационно-педагогического модуля: «Игры для здоровья»

Адрес опыта: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад присмотра и оздоровления с приоритетным осуществлением санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий и процедур» № 1 п. Энергетик Новоорского

Автор опыта: воспитатель I кв. категории Ситмухамбетова А. Е.

Краткая характеристика достоинств опыта: Одним из важнейших направлений социальной политики государства является политика в области обеспечения здоровья нации. В 2006 г. утверждена федеральная целевая программа "Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006 - 2015 годы", которая направлена на расширение и модернизацию спортивной инфраструктуры с целью повышения доступности занятий физической культурой и спортом для россиян.

Особенно актуальной является проблема раннего формирования культуры здоровья. В современных условиях наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей. Согласно исследованиям специалистов, 75 % болезней взрослых заложены в детстве. Только 10 % детей приходят в школу абсолютно здоровыми, а многие оказываются среди отстающих не из-за лени, а вследствие плохого состояния здоровья. Медики, родители и педагоги повсеместно констатируют отставание, задержки, нарушения, отклонения, несоответствия нормам в развитии детей, неполноценность их здоровья.

Теоретическая основа изучения опыта: Изучение материалов исследований (Глазырина Л.Д., Кудрявцев В.Г., Ефименко Н.И., Симошина Л.К., Чернышенко Ю.К., Шебеко В.М.) показало, что в настоящее время активно ведется поиск путей физического и духовного оздоровления дошкольников, формирования у них нравственно-ценностной мотивации занятий физической культурой, воспитания интереса к физическим

упражнениям на основе жизненной потребности быть здоровым, ловким, сильным.

На сегодняшний день основной целью физического воспитания на любом этапе онтогенеза является формирование физической культуры личности. Начало этого процесса приходится на ранний и дошкольный возраст. Именно в эти годы, от 0 до 7 лет, закладывается фундамент здоровья, формируются личностные качества, раскрываются способности ребенка. Поэтому основной задачей дошкольных учреждений является оздоровление, обеспечение всестороннего физического развития ребенка.

Современные ученые и специалисты-практики рассматривают систему физического воспитания дошкольников как один из потенциалов целостного гуманистического воздействия на личность, обеспечивающего реализацию права каждого ребенка на постоянное и максимально полное физическое развитие.

Сегодня на смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что у ребенка остается все меньше времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей дошкольников. Анализ исследований по вопросам развития двигательных способностей и качеств детей (Е.Н. Вавилова, 1981; Н.А. Ноткина, 1980) свидетельствует, что почти у 40% старших дошкольников уровень развития двигательных способностей ниже среднего. По данным М. Руновой (2000), двигательный режим в дошкольных учреждениях позволяет восполнить лишь 55 - 60% естественной потребности детей в движениях. Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется

соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, являются одной из причин ухудшения их здоровья, снижения жизненного тонуса.

По определению отечественных психологов (Л.С. Выготского, А.В. Запорожца, А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина и др.), игра есть ведущая деятельность в дошкольном возрасте, благодаря которой в психике ребенка происходят значительные изменения. Подвижная игра представляет собой первую доступную для дошкольников форму деятельности, которая предполагает сознательное воспроизведение навыка движений (А.В. Запорожец, 1986). Многие исследователи констатируют, что подвижная игра является средством гармонического развития ребенка, школой управления собственным поведением, формирования положительных взаимоотношений, благополучного эмоционального состояния.

Подвижные игры с элементами спорта как вид деятельности, как правило, предполагают изменяющиеся условия тех или иных действий, поэтому большинство этих игр связано с проявлением двигательных способностей: скоростно-силовых, координационных, требующих выносливости, силы, гибкости. В играх с элементами спорта совершенствуются «чувство мышечных усилий», "чувство пространства", «чувство времени», функции различных анализаторов. Кроме того, подвижные игры с элементами спорта позволяют ребенку овладевать разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество.

Необходимость изменений в организации и содержании обучения дошкольников 5-7 лет играм с элементами спорта подтверждается и изучением практики работы дошкольных учреждений. Обучение элементам спортивных игр предусмотрено и проводится в ДОУ по современным программам: «Радуга», «Детство», «Истоки» и др. Но из опыта работы мы видим что, реальный уровень овладения играми с элементами спорта не соответствует программным требованиям и возрастным возможностям детей старшего дошкольного возраста: больше половины старших дошкольников

не знакомы с элементами таких интересных и увлекательных игр, как городки, настольный теннис, бадминтон, баскетбол и др., и не владеют ими.

Таким образом, назрела необходимость изменений в организации, содержании и методике использования спортивных игр и упражнений в физическом воспитании старших дошкольников, разработке новых педагогических, здоровьесформирующих технологий на их основе. В соответствии с данными педагогическими условиями были сформулированы цели и задачи кружка «Игры для здоровья».

Цель: Укрепление здоровья и развитие физических навыков дошкольников посредством спортивных игр и упражнений с элементами спорта.

Задачи:

1. Формировать устойчивый интерес к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
2. Обогащать двигательный опыт старших дошкольников новыми двигательными действиями.
3. Обучать технике выполнения элементов спортивных игр.
4. Развивать двигательные способности старших дошкольников.
5. Воспитывать положительные морально-волевые качества.
6. Формировать навыки здорового образа жизни.

Программа основывается на принципах развивающего обучения:

- общедидактические принципы и ведущие положения дошкольной педагогики, психологии, теории и методики физического воспитания;
- комплексно-тематический подход к отбору программного содержания и методики проведения занятий по физической культуре, а также приёмов руководства как организованной, так и самостоятельной двигательной деятельностью;

- максимальная вариативность использования предложенного содержания (на физкультурных занятиях, в кружковой, в индивидуальной работе, самостоятельной двигательной деятельности);
- принцип интеграции разных видов деятельности в процессе обучения.

Руководство данными принципами обеспечило единство целей, задач, организационных форм, средств и методов обучения и содержания Программы. Она представляет собой структурно-функциональную модель поэтапного обучения играм с элементами спорта, обуславливающую оптимизацию педагогического процесса.

Отличительные особенности опыта.

Объем и содержание знаний, которые дети должны усвоить по Программе, соответствуют возрастным особенностям их мышления, внимания, памяти, восприятия и воображения.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что спортивные игры и упражнения требуют соответствующей физической, технической и тактической подготовки игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных тренировок. Основное внимание направлено не на специальную подготовку, а на создание общих предпосылок успешного обучения спортивным играм в школе.

Занятия проводятся в спортивном зале или на свежем воздухе в игровой форме 1 раз в неделю в соответствии с графиком и планом кружка.

Занятия проводятся в разнообразных формах: беседы, традиционная, тренировочные, итоговые, соревнования. Образовательные задачи решаются путём соответствующего подбора игр и игровых упражнений. Традиционные занятия состоят из трёх частей: вводной, основной и заключительной. В вводной части используются беседы, мультимедийные презентации, приемы мнемотехники и моделирования, специальные приемы создания игровой мотивации, что способствует выполнению физических упражнений в большом объёме. Игры этой части обеспечивают активизацию внимания,

памяти, мышления, разминку мышц, повышают функциональные возможности организма.

Основная часть вариативна: комплекс общеразвивающих упражнений или ОРУ в имитационной форме. Эта часть направлена на освоение движений, элементов техники спортивных игр, развитие двигательных способностей.

В заключительной части планируется психокоррекционные игры, пальчиковая гимнастика, приемы релаксации.

При построении занятий используется фронтальный или поточный способ организации.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

Программа предполагает диагностирование: тесты для оценки уровня физической подготовленности по каждому виду спортивных игр и упражнений.

Контрольные нормативы не предлагаются, т.к. результаты деятельности ребенка оцениваются в сравнении с его достижениями: если результаты улучшаются, значит, программа реализуется эффективно.

Ожидаемые результаты для детей:

- повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
- сформированность гигиенической культуры;
- улучшение соматических показателей здоровья;
- наличие потребностей в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения;
- развитие интегративных качеств личности воспитанников;
- приобщение к традициям русского народа.

Для родителей:

- сохранение и укрепление здоровья детей;
- физическая и психологическая готовность детей к обучению в школе;
- педагогическая, психологическая помощь;

- повышение уровня комфортности во взаимоотношениях с педагогическим коллективом.

В заключении каждого раздела программы кружка по освоению спортивной игры организуется итоговое занятие с родителями (развлечение, досуг, соревнование) в ходе которого воспитанники демонстрируют полученные навыки.

Участники кружка принимают участие в праздниках и спортивных мероприятиях ДООУ, соревнованиях муниципального уровня «Веселая лыжня», «Эхо олимпиады».