

Пономарева А.О.,
воспитатель МАДОУ № 1,
первая кв. категория
г. Мончегорск

«Методики и современные технологии физического воспитания дошкольников»

Оздоровление детей напрямую зависит от физического воспитания детей.

Физическое воспитание для детей то же, что фундамент для здания. Чем прочнее заложен фундамент, тем выше может быть возведена постройка: чем больше забот о физическом воспитании ребенка, тем больших успехов он достигнет в общем развитии, в учебе, в умении работать и быть полезным для общества человеком.

Хотелось бы подчеркнуть, что ни в каком другом возрасте физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые семь лет и направлено на укрепление здоровья детей. Совершенствование физиологических и психических функций развивающегося организма, его закаливание, развитие двигательных умений, повышение физической и умственной работоспособности, необходимой для обучения в школе. Задачи физического воспитания тесно связаны с задачами умственного, нравственно, эстетического, трудового воспитания. Достаточная по объему двигательная активность благоприятно сказывается на функциональном состоянии головного мозга, увеличении работоспособности, повышении произвольности в выполнении различных действий.

В нашем городе дошкольные образовательные учреждения работают по образовательным и адаптированным образовательным программам дошкольного образования, в основании разработки которых 2 комплексные программы: «От рождения до школы», «Детство», и у каждой программы есть свой методический комплект. Однако с целью удовлетворения естественной биологической потребности детей в движении, заинтересованности педагоги должны применять методики и современные технологии физического воспитания дошкольников.

В дошкольных образовательных учреждениях используются современные технологии физического воспитания в следующих направлениях:

1.Первое направление **«Технологии сохранения и стимулирования здоровья»**. К ним относятся: стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика

дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая, фитнес, скандинавская ходьба.

Уважаемые коллеги, какие из перечисленных технологий, относящихся к первому направлению вы используете для успешной организации работы детского сада в оздоровлении и в целом в развитии детей?

1. Инструктор по физической культуре МАДОУ № 18 Вербицкая Анна Васильевна с темой: «Детский фитнес, как здоровьесберегающие технологии».

2. Инструктор по физической культуре МАДОУ №30 Туранова Светлана Сергеевна с темой: «Скандинавская ходьба, как здоровьесберегающая технология в работе с дошкольниками».

2. Нормой жизни и поведения каждого человека должно быть сознательное и ответственное отношение человека к здоровью как к общественной ценности. Бесспорно, что уровень и продолжительность жизни человека, а также состояние его здоровья во многом определяется моделью поведения, формируемой в детстве. И одной из сторон данного процесса должно явиться формирование культуры здоровья, как части общей культуры человека – осознание здоровья как жизненно важной ценности, воспитание ответственного отношения к своему здоровью, здоровью окружающих людей и природной среды. Второе направление **«Технологии обучения здоровому образу жизни»** как раз и способствует решению выше сказанной задачи. К нему относятся: утренняя гимнастика, физкультурное занятие, проблемно-игровые игротренинги, игротерапия, коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж.

Коллеги, здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности, ведущий вид деятельности для дошкольников – игра. Поделитесь пожалуйста применением игровой деятельности в данном направлении.

1. Инструктор по физической культуре Павлова Любовь Анатольевна и воспитатель Железкина Анастасия Анатольевна МАДОУ № 7 с темой: «Значение коммуникативных игр в физическом развитии детей младшего дошкольного возраста».

Систему работы по формированию ЗОЖ можно реализовывать комплексно, что повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у детей и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья. Кто из вас может представить работу в данном направлении?

2. Инструктор по физической культуре Иванова Лариса Викторовна, педагог-психолог: Антонова Елена Евгеньевна МАДОУ № 10 с темой: "Сохранение и укрепление здоровья детей через разумный образ жизни и рациональную двигательную активность посредством психолого-педагогической программы "Здоровячок».

3. Третье направление – это **«Коррекционные технологии»**. К ним относятся: арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, бодрящая гимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика, биологическая обратная связь (БОС).

Технология коррекции по развитию физических качеств. Используется на физкультурных занятиях. Это систематическое наблюдение за состоянием и сдвигами физических показателей двигательной подготовленности детей, в современном ДООУ может осуществляться с помощью компьютерной тест-программы А.Н. Тяпина, которая помогает оценить уровень и скорректировать сам учебный процесс.

Технология интеграции, которую применяют абсолютно все педагоги при проведении сюжетной бодрящей гимнастики как «ненасильного физического воспитания», где развитие двигательных умений и навыков в основных движениях происходит через сюжетно-образное изложение.

Технологии музыкального воздействия. В различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Используются для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр. Широко используется для сопровождения учебной деятельности дошкольников (на занятиях по физической культуре, по изо деятельности, конструированию, ознакомлению с окружающим миром и т.д.) Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания.

К данному направлению условно можно отнести кинезиологию – науку о развитии умственных способностей через разнообразные двигательные упражнения. Уважаемые коллеги, кто может поделиться опытом работы?

1. Инструктор по физической культуре Пономаренко Ксения Николаевна МАДОУ № 32 с темой «Кинезиология в системе работы инструктора по физической культуре с детьми старшего дошкольного возраста».

Все вышеперечисленные технологии должны применяться в ДООУ комплексно, при участии всего кадрового состава дошкольного учреждения (воспитатель, медицинский работник, учитель - логопед, методист, инструктор физической культуры, музыкальный работник), только при комплексном подходе можно выполнить поставленную задачу, а именно сохранить здоровье наших детей.

Закончить наш круглый стол хочу пожеланием всем присутствующим здоровья и творческих успехов!

Благодарю за внимание!