

Консультация для воспитателей

Тема: «Инновационные технологии физкультурно - оздоровительной работы в ДОУ»

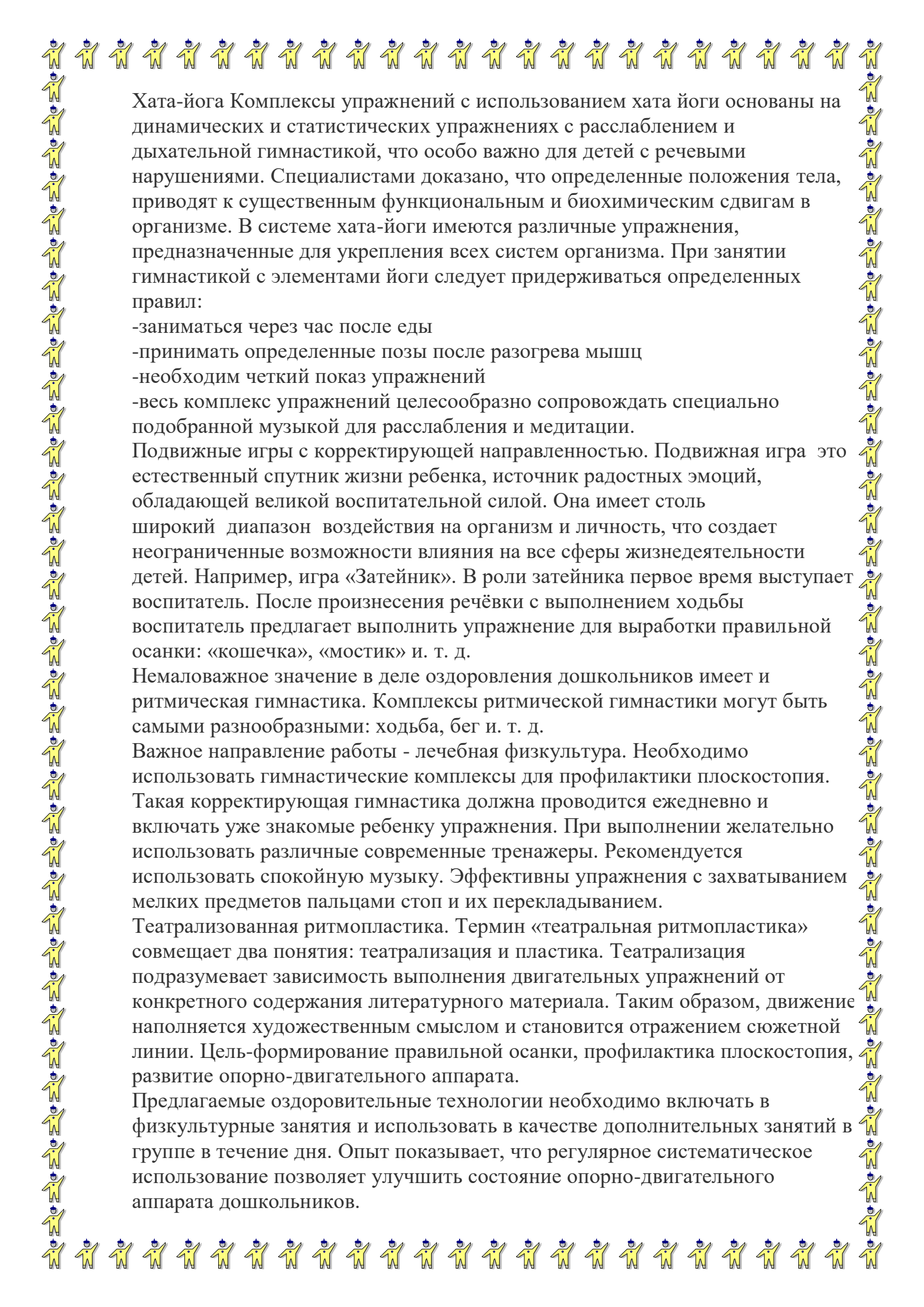


Потребности современного общества, отраженные во ФГОС ДО, диктуют необходимость всестороннего развития личности. Это возможно при использовании разнообразных подходов к воспитанию и обучению. Оздоровление детей средствами физической культуры - одно из важнейших задач современной медицины и педагогики. Физкультурно-оздоровительная работа в нашем детском саду занимает приоритетное направление в и

деятельности образовательной организации. Для полноценного физического развития дошкольников созданы все благоприятные условия: рациональный режим дня, сбалансированное питание, двигательная деятельность, необходимая материально-техническая оснащенность. Физкультурные занятия проводятся три раза в неделю (два в физ. зале, одно на улице). Не секрет, что ухудшение состояния здоровья детского населения является одной из острых проблем, стоящих сегодня перед обществом. Актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья, коррекция недостатков физического развития, профилактики заболеваний и увеличения двигательной деятельности. Решению этой проблемы способствует применение физкультурно-оздоровительных технологий, внедрение современных инноваций в образовательный процесс. «Новые технологии физического совершенства детей в ДОУ». Новизна программы заключается в комплексном использовании на занятиях современных методов коррекции опорно-двигательного аппарата. Физкультурно-оздоровительные технологии содержат средства традиционной и нетрадиционной гимнастики: специальные корректирующие упражнения для исправления и укрепления осанки и формирования свода стопы, элементы Хата-йоги, фитбол- гимнастику, детские тренажеры и подвижные игры с коррекционной направленностью

Несколько слов хочется сказать о фитбол-гимнастике. Фитбол-является уникальным оздоровительным тренажером. Он привлекает к себе внимание дошкольников, стимулирует их фантазию и двигательное творчество. Занятие на фитболе великолепно развивает у дошкольников координацию движений, равновесие, устойчивость, вестибулярный аппарат. При оптимальной и систематической нагрузке создается сильный мышечный корсет. Одна лишь правильная посадка на фитболе способствует формированию у детей сложно и длительно вырабатываемого в обычных условиях навыка правильной осанки.





Хата-йога Комплексы упражнений с использованием хата йоги основаны на динамических и статистических упражнениях с расслаблением и дыхательной гимнастикой, что особо важно для детей с речевыми нарушениями. Специалистами доказано, что определенные положения тела, приводят к существенным функциональным и биохимическим сдвигам в организме. В системе хата-йоги имеются различные упражнения, предназначенные для укрепления всех систем организма. При занятии гимнастикой с элементами йоги следует придерживаться определенных правил:

- заниматься через час после еды
- принимать определенные позы после разогрева мышц
- необходим четкий показ упражнений
- весь комплекс упражнений целесообразно сопровождать специально подобранной музыкой для расслабления и медитации.

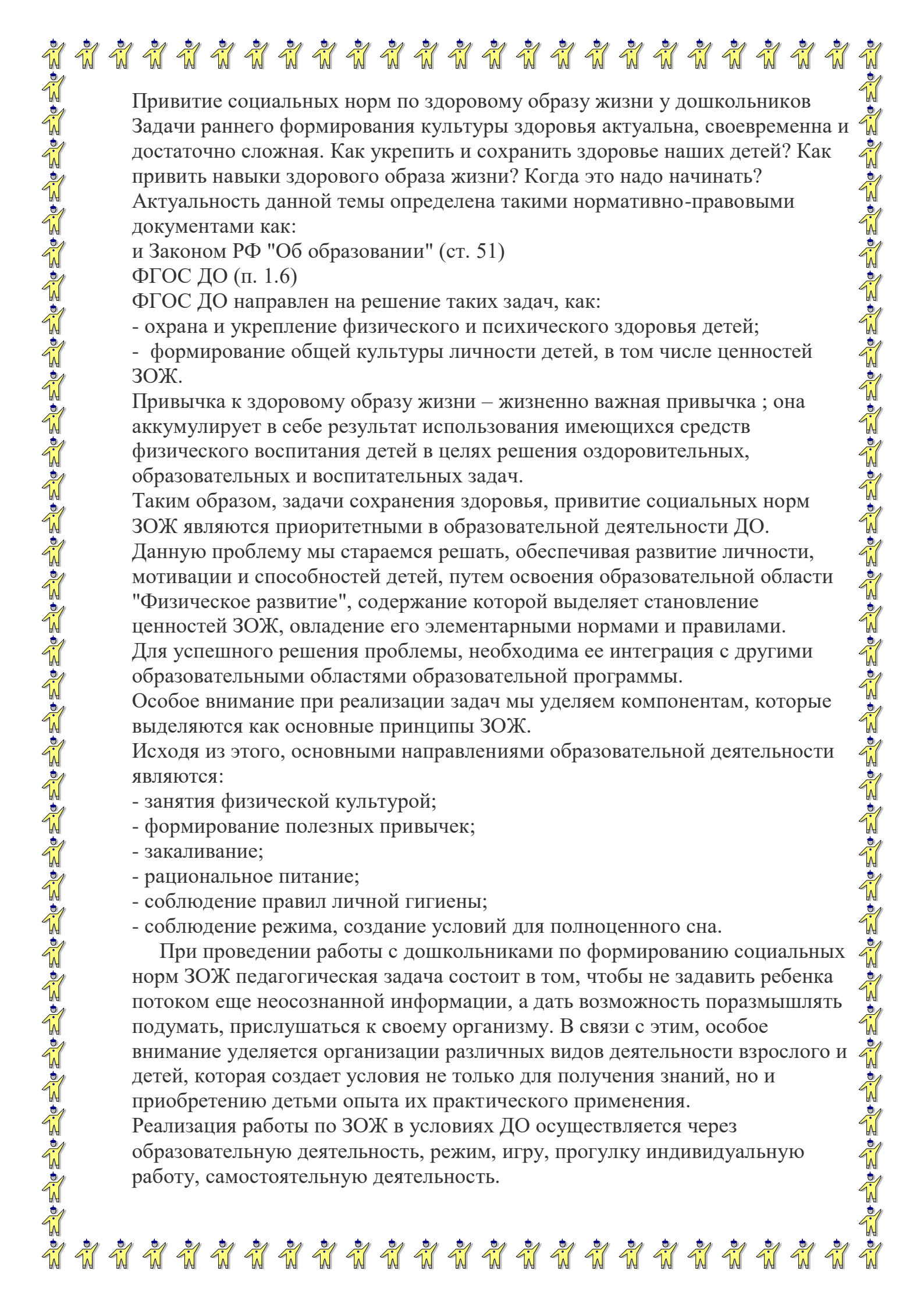
Подвижные игры с корректирующей направленностью. Подвижная игра это естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающей великой воспитательной силой. Она имеет столь широкий диапазон воздействия на организм и личность, что создает неограниченные возможности влияния на все сферы жизнедеятельности детей. Например, игра «Затейник». В роли затейника первое время выступает воспитатель. После произнесения речёвки с выполнением ходьбы воспитатель предлагает выполнить упражнение для выработки правильной осанки: «кошечка», «мостик» и. т. д.

Немаловажное значение в деле оздоровления дошкольников имеет и ритмическая гимнастика. Комплексы ритмической гимнастики могут быть самыми разнообразными: ходьба, бег и. т. д.

Важное направление работы - лечебная физкультура. Необходимо использовать гимнастические комплексы для профилактики плоскостопия. Такая корректирующая гимнастика должна проводиться ежедневно и включать уже знакомые ребенку упражнения. При выполнении желательно использовать различные современные тренажеры. Рекомендуется использовать спокойную музыку. Эффективны упражнения с захватыванием мелких предметов пальцами стоп и их перекладыванием.

Театрализованная ритмопластика. Термин «театральная ритмопластика» совмещает два понятия: театрализация и пластика. Театрализация подразумевает зависимость выполнения двигательных упражнений от конкретного содержания литературного материала. Таким образом, движение наполняется художественным смыслом и становится отражением сюжетной линии. Цель-формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия, развитие опорно-двигательного аппарата.

Предлагаемые оздоровительные технологии необходимо включать в физкультурные занятия и использовать в качестве дополнительных занятий в группе в течение дня. Опыт показывает, что регулярное систематическое использование позволяет улучшить состояние опорно-двигательного аппарата дошкольников.



Привитие социальных норм по здоровому образу жизни у дошкольников
Задачи раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложная. Как укрепить и сохранить здоровье наших детей? Как привить навыки здорового образа жизни? Когда это надо начинать?

Актуальность данной темы определена такими нормативно-правовыми документами как:

и Законом РФ "Об образовании" (ст. 51)

ФГОС ДО (п. 1.6)

ФГОС ДО направлен на решение таких задач, как:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей ЗОЖ.

Привычка к здоровому образу жизни – жизненно важная привычка ; она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Таким образом, задачи сохранения здоровья, привитие социальных норм ЗОЖ являются приоритетными в образовательной деятельности ДО.

Данную проблему мы стараемся решать, обеспечивая развитие личности, мотивации и способностей детей, путем освоения образовательной области "Физическое развитие", содержание которой выделяет становление ценностей ЗОЖ, овладение его элементарными нормами и правилами.

Для успешного решения проблемы, необходима ее интеграция с другими образовательными областями образовательной программы.

Особое внимание при реализации задач мы уделяем компонентам, которые выделяются как основные принципы ЗОЖ.

Исходя из этого, основными направлениями образовательной деятельности являются:

- занятия физической культурой;
- формирование полезных привычек;
- закаливание;
- рациональное питание;
- соблюдение правил личной гигиены;
- соблюдение режима, создание условий для полноценного сна.

При проведении работы с дошкольниками по формированию социальных норм ЗОЖ педагогическая задача состоит в том, чтобы не задавить ребенка потоком еще неосознанной информации, а дать возможность поразмышлять, подумать, прислушаться к своему организму. В связи с этим, особое внимание уделяется организации различных видов деятельности взрослого и детей, которая создает условия не только для получения знаний, но и приобретению детьми опыта их практического применения.

Реализация работы по ЗОЖ в условиях ДО осуществляется через образовательную деятельность, режим, игру, прогулку индивидуальную работу, самостоятельную деятельность.

Ежедневно проводится утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения, специальные занятия физкультурой в спортивном зале и на улице. Большое значение в развитии движений и воспитании двигательной активности оказывают подвижные игры, которые проводятся в группах, на специальных занятиях, во время прогулок, в самостоятельной деятельности детей.

Потребность в здоровье и ЗОЖ у детей формируется также на основе представлений о самом себе, своих физических и личностных возможностях, о том, что для здоровья вредно, а что полезно, о важности соблюдения правил личной гигиены, подвижным образом жизни, представлениями об окружающей среде и ее воздействии на здоровье человека. Эти знания дети приобретают на специальных занятиях «Уроках здоровья», а также при проведении различных режимных моментов.

При проведении образовательной деятельности педагоги используют различные методы и приемы:

рассказы и беседы, моделирование различных ситуаций, знакомство с художественной литературой, дидактические, сюжетно-ролевые игры, игры-тренинги.

Таким образом, в тесном содружестве с родителями воспитанников в детском саду целенаправленно используются здоровьесберегающие технологии, которые обеспечивают высокий уровень реального здоровья дошкольнику; способствуют воспитанию у детей культуры здоровья; формируют представления о здоровье как ценности; повышают мотивацию на ведение здорового образа жизни.

У родителей значительно повысилась ответственность за воспитание здорового ребенка, появилось желание сотрудничать с педагогами детского сада, желание создавать и укреплять добрые семейные традиции активного здорового отдыха.

