

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребенка детский сад №69 "Уникум" г. Ставрополя  
Насырова Оксана Юрьевна

**Описание опыта работы  
воспитателя по ФИЗО  
Насыровой Оксаны Юрьевны:  
«Современные подходы в оздоровлении детей  
дошкольного возраста на занятиях по физическому  
развитию»**



355033 г. Ставрополь  
пер. Алданский д.17  
т. 89188778370  
[UNIKUM-90@mail.ru](mailto:UNIKUM-90@mail.ru)

г.Ставрополь, 2016г

*Гимнастика, физические упражнения,  
ходьба должны прочно войти в  
повседневный быт каждого, кто хочет  
сохранить работоспособность,  
здоровье, полноценную и радостную жизнь.*

*Гиппократ*

«Здоровье детей - это будущее нашей страны» - в последнее время часто приходится слышать и говорить. А сегодня, в эпоху XXI века, проблема здоровья особенно актуальна. Для успешного решения этой задачи важно "беречь здоровье с молодости". Девиз этот отражает необходимость укрепления здоровья ребенка с первых дней его жизни. И это понятно, поскольку стране нужны личности здоровые, гармонично развитые, обладающие высокой умственной и физической работоспособностью.

За последние годы ухудшилось состояние здоровья детей первых семи лет жизни. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков, Научного центра здоровья детей и Ростовской академии медицинских наук, физиологически зрелыми рождаются не более 14% детей, количество здоровых дошкольников составляет всего лишь 10%. По распространенности хронических заболеваний у детей 4-7 лет первое место занимают болезни костно-мышечной системы (сколиоз, плоскостопие). В связи с этим, возникает необходимость нового подхода в решении оздоровления детей на занятиях по физическому воспитанию. Наряду с использованием в работе с дошкольниками основных образовательных программ в процессе физического совершенствования и оздоровления появилась острая необходимость включать в свою работу авторские программы и технологии, обеспечивающие гармоничное физическое развитие дошкольников. Работая в этом направлении, для себя поставила **цель: включить в систему физкультурно-оздоровительной работы новые перспективные направления и современные подходы в оздоровлении детей дошкольного возраста.** В соответствии с целью были поставлены следующие **задачи:**

1. Определить ряд организационно - методических подходов для успешного решения проблем ухудшения здоровья дошкольников;
2. Изучить научно-методическую литературу по заданному направлению;
3. Разработать содержание, формы и методы организации работы по оздоровлению детей, на занятиях по физическому воспитанию;
4. Привести в систему научно-методическую базу: дидактических материалов, методических пособий;

**Перспективой работы должно стать:** Достижение необходимого уровня взаимодействия всех педагогов, работающих в детском саду и семьи, для популяризации необходимости физического развития и оздоровления детей.

Систему физкультурно-оздоровительной работы строю в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014 г. Москва);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении САНПИН» 2.4.3049-13);
- Основная образовательная программа МБДОУ ЦРР-детский сад № 69 «Уникум» г. Ставрополя на 2015-2016 уч. год;
- Рабочая программа по физическому развитию для всех возрастных групп ДОУ.

Основой физкультурно-оздоровительной работы являются:

программа Н.Е. Веракса «От рождения до школы»;

программа Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» – М., Мозаика-Синтез, 2009.;

авторская программа Ефименко Н.Н. «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста», Таганрог, 2000г.;

**Принципы построения физкультурно-оздоровительной работы:**

**КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ принцип** - предполагает следующее: чем меньше возраст ребёнка, тем меньше количество упражнений должно быть задействовано в течение года.

**КАЧЕСТВЕННЫЙ принцип** - предполагает: чем меньше возраст ребёнка, тем более лёгкими и доступными должны быть осваиваемые упражнения.

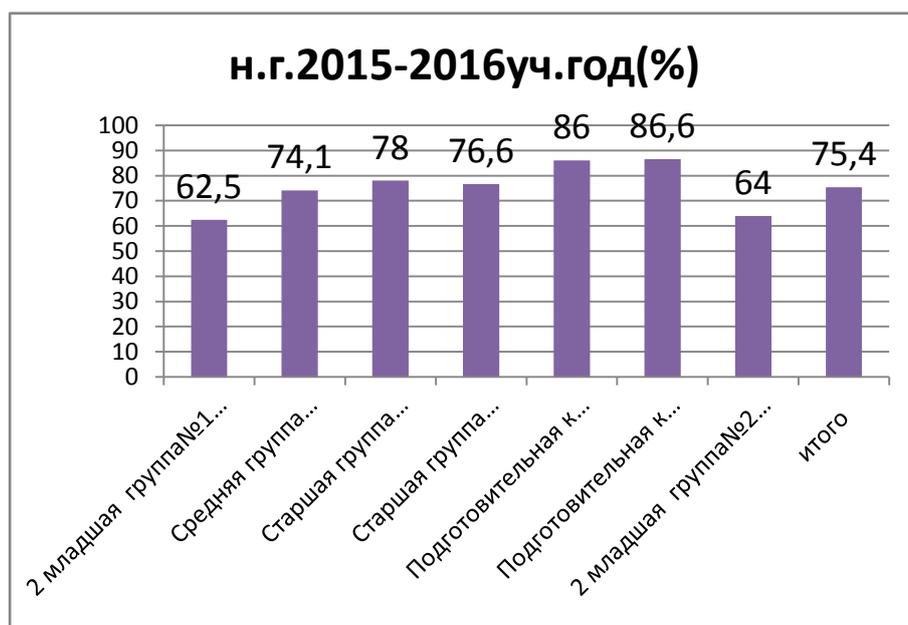
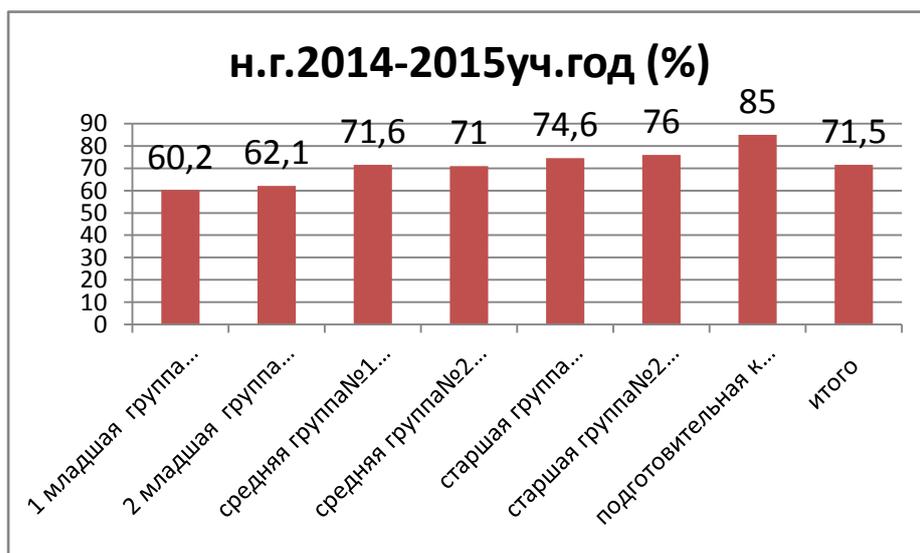
**принцип ПОВТОРНОСТИ** - сама форма планирования предполагает в каждом возрасте повторение пройденного материала на наиболее высоком методическом уровне.

**СТУПЕНЧАТЫЙ принцип**-предполагает, что каждый новый цикл будет начинаться по принципу от простого к сложному.

**КАЛЕНДАРНЫЙ принцип**-предполагает, что осенний квартал – является подготовительным, зимний – подводящим, весенний – закрепляющим, летний - период совершенствования.

Неоспоримо, что основная задача детского сада - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый ответственный человек спокойно относиться к неблагоприятному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот вопрос и стала востребованность педагогами образовательного учреждения здоровьесберегающих образовательных технологий. Вот почему в своей работе я использую «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного возраста». Автор этой системы Н.Н Ефименко «предлагает положить в основу естественного физического развития детей, их двигательной подготовленности не искусственные, надуманные принципы, а сложившиеся за тысячи лет в процессе эволюции объективные биологические, физиологические, анатомические, биомеханические закономерности, определяющие гармоническое развитие растущего ребёнка». Кроме того на занятиях недостаточно использовать упражнения, которые дают обычную нагрузку на организм ребёнка, необходимо включать специальные комплексы, одновременно создающие развивающий эффект при щадящем режиме занятий. Театр — игровая по форме новая система физического оздоровления, коррекции, профилактики и творческого самовыражения детей. В работу введено новое педагогическое понятие «Физкультурная сказка», напоминающая педагогический спектакль, сюжетно-ролевое действие, где педагог – режиссёр, а дети являются актёрами, при этом обязательно имеются сценарии. Физкультурные занятия - основная форма систематического обучения детей физическим упражнениям. В работе необходимо использовать большое количество наглядных пособий, иллюстраций, видеоматериалов, костюмов и декораций для создания эстетического и эмоционального - психологического комфорта детей, что влияет на достижение положительного, оздоровительно-развивающего результата. Во-первых, изменение структуры занятия

позволяет постепенно переходить к возрастающей на организм нагрузке, когда все системы организма как бы медленно «вработываются». Во-вторых, поиск новых технологий одновременного развития и оздоровления детей на занятиях по физическому воспитанию способствуют достижению значительных результатов, без каких-либо неблагоприятных последствий на состояние здоровья детей. В-третьих, ориентир на личностное, гармоничное развитие дошкольника позволяет выявить одарённых детей на более ранних стадиях обучения. Это видно по сравнительному анализу 2014-2016г.г.:



Ведущая педагогическая идея системы – это разработка оздоровительно-развивающей театрализованной формы обучения детей на занятиях по физическому воспитанию во всех возрастных группах. Она представлена в

перспективном планировании по следующим темам Больших Тематических Игр (БТИ):

- «В мире животных»,
- «Мир путешествий»,
- «В мире сказок»,
- «Мир вокруг нас»,
- «Времена года» и т.д.

Дети очень эмоциональны и непосредственны, движения и театрализованная игра доставляют им огромное удовольствие. Такие занятия по физвоспитанию помогают реализовать не только, потребность в двигательной активности, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребёнка. Следует отметить, что дети, занимающиеся физическими упражнениями через театрализованную деятельность, гораздо реже болеют, чем их сверстники.

Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях должна быть включена во все виды образовательного процесса детей дошкольного возраста:

- утренние гимнастики,
- физкультурные минутки,
- музыкальные занятия, праздники, развлечения,
- гимнастики пробуждения,
- индивидуальную работу,
- ритмопластику,
- работу по формированию культурно-гигиенических навыков,
- самостоятельную двигательную деятельность, а так же в работу с родителями.

Большое значение в развитии здорового ребёнка играет семья. К.Д.Ушинский подчёркивал, что семейный уклад охватывает ребёнка со всех сторон и отовсюду, ежеминутно проникает в душу. Родители являются первыми педагогами своих детей и несут ответственность за их гармоничное развитие. Участие в разнообразных мероприятиях ДООУ позволяет просвещать и привлекать родителей к формированию здорового образа жизни ребёнка, повышать свой авторитет в глазах детей, способствовать укреплению семейных отношений. Так мной были организованы и проведены: открытое занятия для родителей в подготовительной к школе группе №1, спортивное развлечение по пожарной безопасности для подготовительных и старших групп, совместно с родителями провела осенние и зимние праздники. Для них были опубликованы консультации на сайте ДООУ, а так же на стенде

детского сада, к семинару: «Современные подходы к работе с родителями» оформила папку передвижку: «Руководство для занятий спортом дома», для коллег был проведен мастер-класс «Здоровьесберегающие технологии в ДООУ». Успех в физическом развитии детей зависит в первую очередь от того, насколько сам педагог увлечён своей работой и владеет выразительностью движений. Педагог должен находиться в постоянном поиске и развитии: совершенствовать свои исполнительские способности, расширять кругозор, осваивать новый музыкальный репертуар, искать новые пути оздоровления и укрепления здоровья на занятиях, широко пропагандировать здоровый образ жизни. Поэтому на занятии стремлюсь создать спокойную, радостную и доброжелательную обстановку. Занятия стараюсь строить таким образом, чтобы они проходили без муштры, принуждения, лишних замечаний, где дети чувствуют себя комфортно, с желанием выполняют рекомендуемые задания. Педагог должен помочь ребёнку почувствовать уверенность в собственных силах и побудить его к личностному, творческому самовыражению. Таким образом, применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации сохранения и укрепления здоровья детей, а у ребенка - стойкую мотивацию к творчеству и здоровому образу жизни.