



2024
ГОД СЕМЬИ



Министерство образования и науки Пермского края
Государственное автономное учреждение
дополнительного образования Пермский край
«Институт развития образования Пермского края»
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Волшебная сказка»

«Физкультура и спорт – объединяют»

Сборник
по итогам краевой научно – практической конференции



Пермь, 2024 г.

Составители и редакторы:

Фадеев Сергей Борисович, к.п.н., ведущий научный сотрудник отдела воспитания и социализации ГАУ ДПО «Институт развития образования Пермского края».

Зарубежная Светлана Александровна, старший воспитатель МАДОУ «Детский сад «Волшебная сказка» г. Краснокамск

Мамонова Вероника Александровна, старший воспитатель МАДОУ «Детский сад «Волшебная сказка» г. Краснокамск

Шлыкова Наталья Валерьевна, инструктор по физической культуре МАДОУ «Детский сад «Волшебная сказка» г. Краснокамск

Физкультура и спорт объединяют: Сборник статей по результатам краевой научно-практической конференции/ сост. и ред. Фадеев С.Б. и др.; Ин т развития образования Пермского края. Пермь, ГАУ ДПО «ИРО ПК», 2024. 129 с. Текст: электронный.

В сборнике статей «Физкультура и спорт объединяют» представлен опыт работы воспитателей, инструкторов по физическому воспитанию образовательных организаций Пермского края, реализующих программы дошкольного образования. Материалы отражают прикладной опыт реализации образовательной области «Физическое развитие» в контексте реализации Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и Федеральной образовательной программы дошкольного образования.

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Мельниченко Т. В., Литвинова Л. Л.,</i> «Использование здоровьесберегающих технологий в режимные моменты».	5
<i>Аксенова М.Л., Пестова Л.Х.,</i> Мастер - класс для педагогов «Образовательные терренкуры в ДОУ»	9
<i>Пермякова Ю.И., Жаркова В.Д.,</i> Мастер-класс «Использование нестандартного оборудования для развития психофизических качеств детей дошкольного возраста»	12
<i>Сулина И. В., Шилоносоев Е. В.,</i> «Нейроигры: координация, спорт, коммуникация»	15
<i>Коровина О. А.,</i> Мастер – класс «Баскетбольный флешмоб-один из нетрадиционных приемов организации деятельности на тренировке или НОД по физической культуре»	18
<i>Сакадеева Т.В.,</i> Мастер – класс «Настольный теннис для детей старшего дошкольного возраста»	19
<i>Пирогова Е.Ю.,</i> Мастер - класс «Игры на командообразование, как средство сплочения детского коллектива»	21
<i>Усанина Н.А.,</i> «Использование мягких разметочных фишек на занятиях физической культурой».	22
<i>Дружинина М.В.,</i> Мастер – класс «Альтернатива» (использование нетрадиционного оборудования для развития двигательной активности дошкольников)	23
<i>Кононова Г.А., Кузнецова Т.Р., Романова Л.В.,</i> «Использование социо –игровой технологии в физическом развитии детей дошкольного возраста – как условие реализации ФГОС ДО и ФОП»	26
<i>Безгодова Т. В., Ситникова Е. П., Шестакова Е. Р.,</i> Мастер – класс: «Правильная осанка – залог здоровья и успеха»	30
<i>Бражникова Е.Ю, Булатова Е.А,</i> Формирование мотивации занятиями спортом среди всех групп населения, Мастер класс для родителей «Балансир- нейротренажер для развития ребенка»	33
<i>Антипина Л.Г.,</i> «Нетрадиционное физкультурное оборудование своими руками «Массажёры для стоп и кистей рук»	35
<i>Дерендяева И.А.,</i> Мастер - класса: «Использование цветных ориентиров для развития координации и ловкости у дошкольников»	37
<i>Суханова Е.В.,</i> «Три шага к формированию «полезного» движения»	39
<i>Малахова Н.А.,</i> Мастер – класс «Развитие двигательной активности детей дошкольного возраста через организацию квест игры»	40
<i>Казакова И.В., Казакова Т.А.,</i> Мастер-класс «Тимбилдинг как технология командообразования детского и взрослого коллектива в ДОУ»	42
<i>Боронина Л.А., Останина О.А.,</i> «Нейро-тренажеры - как современное и эффективное средство в оздоровительной работе с детьми с ОВЗ»	45
<i>Кропанцева Е.А., Дементьева В.М., Денисова М.Н.,</i> «Эффективное использование легенд пермского края в повышении двигательной активности и развитии когнитивной деятельности у старших дошкольников»	48
<i>Майорова Е.В., М.В.Черанёва М.В.,</i> «Детский тимбилдинг как средство развития коммуникативных навыков для успешной интеграции ребенка старшего дошкольного возраста с ОВЗ в среду сверстников»	51
<i>Меркурьева О.Б., Черепанова И.Б.,</i> Мастер-класс «С мячом играем-ловкость развиваем»	53
<i>Нефедова Л.В.,</i> Мастер – класс «Нейротренажеры как средство физического развития детей с особыми образовательными потребностями»	57
<i>Белокурова О.В., Балакина И.Г.,</i> «Развитие двигательной и речевой активности у детей с ТНР старшего дошкольного возраста с помощью подвижных игр»	61

<i>Медведева Т.А., «Совершенствования двигательных функций, при использование оздоровительных техник в специально организованной образовательной деятельности»</i>	62
<i>Хабарова О.П., Нилова С.А., Овчинникова А.В., Проект инновационной деятельности по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья «Спорт для всех»</i>	63
<i>Романова Ю.Ю., Бражкина Л.Н., Мосина И. В. «Физическое воспитание детей с ОВЗ средствами мультстудии»</i>	66
<i>Живага О.В., Коняева Т.Н., Шестакова О.О., Проект: «Роль подвижных игр в зимний период с детьми ОВЗ с использованием полифункционального пособия «разноцветные дорожки»</i>	68
<i>Целикова А.А., «Методы работы в ДОУ с детьми ОВЗ на занятиях физкультуры»</i>	71
<i>Палаева С.А. «Нейроигры в психофизическом развитии детей с ОВЗ»</i>	73
<i>Ольхова А.В., Сайтакова В.В., Сырых Т.М., Применение адаптированной методики «Семейная мягкая школа» для развития детей с ОВЗ в рамках интегрированных занятий со специалистами</i>	75
<i>Шутова И.Ю., Бочкарева Е.А., «Методические рекомендации по использованию балансировочной доски бильяру коррекционных занятиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья»</i>	77
<i>Граевская Е.В., Ежова Е.В., Вохмина С.Г., «Лыжный спорт объединяет, сближает и делает сильнее!»</i>	80
<i>Загумённова А.И., «Коррекционные упражнения для мышц ног, для детей с ограниченными возможностями»</i>	85
<i>Зарубежная С.А., «Физическое воспитание детей с ОВЗ в детском саду»</i>	86
<i>Седухина Н.В., Подгорных Ю.П., Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми раннего возраста «Ладочки здоровья»</i>	90
<i>Симанова С.Б., «Двигательная и речевая деятельность в процессе физического развития детей раннего возраста»</i>	93
<i>Власова Т.М., Березина Н.В., «Физическое воспитание детей раннего возраста»</i>	94
<i>Гилева Н.А., «Подвижная игра как средство развития двигательной активности детей раннего возраста»</i>	96
<i>Ширинкина Е.В., Косякова Н.С., «Обогащение двигательного опыта детей раннего возраста 2-3 лет через игровые упражнения с природными материалами»</i>	98
<i>Живага О.В., Сакадеева Т.В., Шароглазова С.А., «Прогулки выходного дня с детьми раннего возраста, как инновационная форма взаимодействия с родителями ДОУ по физическому воспитанию»</i>	100
<i>Лунегов Д.Р., Лоншакова Т.А., Мастер-класс для родителей детей раннего возраста «фитбол – больше, чем мяч!»</i>	102
<i>Барышникова А.Н., Бушмелева Е.Б., «Формирование мотивации занятиями спортом среди всех групп населения»</i>	104
<i>Катаева Н.Н., Старкова О.К., «Практическое применение здоровьесберегающих технологий в работе с детьми раннего дошкольного возраста»</i>	107
<i>Ларионова О.В., «Группа кратковременного пребывания «Вместе с мамой» для родителей с детьми раннего дошкольного возраста, не посещающих дошкольные образовательные учреждения» Физическое развитие</i>	109
<i>Табулович Е.Г., Мастер-класс «Игровые пособия по физическому развитию для детей раннего возраста»</i>	113
<i>Бикчантаева Р.Х., Проект «Физическое развитие дошкольников с использованием нейроигр и нейроупражнений».</i>	116
<i>Малова М.А., «Элементы бадминтона с малым мячом, как средство физического развития старших дошкольников».</i>	120

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ

Т. В. Мельниченко, воспитатель,

МАДОУ «Лобановский детский сад «Солнечный город», Пермский край, Пермский округ, с. Лобаново.

Л. Л. Литвинова, воспитатель,

МАДОУ «Лобановский детский сад «Солнечный город», Пермский край, Пермский округ, с. Лобаново.

На сегодняшний день в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами направление «Физическое развитие», включающее образовательные области «Здоровье», «Физическая культура» занимает ведущее место в воспитательно-образовательном процессе дошкольников. И это не случайно. Последние данные Министерства образования и науки Российской Федерации показывают, что XXI век начался в России с резкого ухудшения такого существенного показателя как здоровье дошкольника. На 8% снизилось число здоровых детей. На 7% - увеличилось число детей с нарушениями в физическом развитии, предрасположенностью к патологии.

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Так как забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе нашего дошкольного учреждения, мы применяем здоровьесберегающие технологии.

Цель применения здоровьесберегающих технологий:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизации двигательной деятельности на свежем воздухе.

Задачи здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий являются:

1. Охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие.

2. Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.

3. Создать оптимальные условия для психического и физического развития дошкольников.

4. Помочь родителям организовать оздоровительную работу дома.

Чтобы ребенок рос здоровым и активным, нужно правильно организовать его деятельность на протяжении суток. В решении этой задачи очень важное значение имеет режим дня. Он представляет собой определенную систему, которая помогает распределить время сна и бодрствования, приема пищи, гигиенических процедур, занятий, игр и прочей деятельности детей.

Режимные моменты	Оздоровительные мероприятия
I половина дня	
Утро	Утренняя зарядка на улице Пальчиковая гимнастика Игровой самомассаж

НОД	Динамическая пауза Гимнастика для глаз Дыхательная гимнастика (1 упражнение) Релаксация под музыку во время художественно-эстетического развития (лепка, рисование) Физкультминутки
Прогулка	Двигательная активность (бег, игры, упражнения) Подвижные игры Дыхательная гимнастика Песочная арт-терапия (в летнее время)
Перед сном	Релаксация под музыку (в постели)
II половина дня	
После пробуждения	Бодрящая гимнастика и самомассаж Дыхательная гимнастика Рижское закаливание Босохождение по корригирующим дорожкам (профилактика плоскостопия)

Утренняя гимнастика является одним из важных компонентов двигательного режима, ее организация направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. Ежедневное выполнение физических упражнений способствует проявлению определенных волевых усилий, вырабатывая полезную привычку у детей начинать день с утренней гимнастики. Утренняя гимнастика проводится ежедневно до завтрака, на улице.

Пальчиковая гимнастика. Проводится индивидуально, либо с подгруппой детей по 3-5 мин. в любое свободное время, в зависимости от интенсивной нагрузки. Пальчиковая гимнастика необходима для тренировки внимания, памяти, воображения, быстроты реакции, мелкой моторики, стимулирования речи.

Гимнастика для глаз благотворно влияет на работоспособность зрительного анализатора и всего организма. Проводится индивидуально, либо с подгруппой детей по 3-5 мин. в любое свободное время, в зависимости от интенсивной нагрузки. Детям с патологией зрения противопоказаны упражнения, связанные с длительным и резким наклоном головы.

Динамические паузы, физкультминутки проводятся во время занятий, по мере утомляемости. Физкультминутки подбираются по теме недели.

Дыхательная гимнастика способствует развитию дыхательной мускулатуры, увеличению подвижности грудной клетки и диафрагмы, улучшению кровообращения в легких.

Бодрящая гимнастика помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус. Главное правило пробуждения - это исключение резких движений, которые могут вызвать растяжение мышц, перевозбуждение и, как следствие, головокружение. Можно выполнять с использованием музыки.

Большую роль в оздоровлении детей играют самомассажи, которые делаем после зарядки и бодрящей гимнастики. Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму.

Хотелось бы поподробнее рассказать о «Рижском закаливании».

Все мы знаем, что с помощью такой простой процедуры, как закаливание организма, можно не только поправить здоровье, но и стабилизировать

психоэмоциональное состояние. Особенно важно проводить закаливание в детском возрасте, когда ребенок только начинает формироваться физически и психологически.

Солевой метод закаливания с 1983 года применяется в дошкольных учреждениях Риги и других городов Латвии. А подсказали его наблюдения за детьми: вода в Рижском заливе почти всегда прохладная, но ребята, которые в летние дни гуляют вдоль побережья по щиколотку в воде, обычно меньше болеют. Объясняется это тем, что раздражение рецепторов кожи стоп прохладной морской водой оказывает тренирующее воздействие на кровеносные сосуды, нервную систему ребенка, повышает холодоустойчивость организма.

Работники дошкольных заведений отметили этот факт и решили симитировать те же условия для детей в детском саду. Методика рижского закаливания обрела огромную популярность, поэтому ее стали практиковать во всех уголках бывшего Советского Союза. К слову, этот способ укрепления детского организма пользуется успехом и по сегодняшний день.

Для данного метода закаливания используются две дорожки, желательна из грубого полотна (мешковина, дерюга и пр.) шириной 0,4 м и длиной 1,5 м. Одна из них смачивается в 10% растворе поваренной соли (1 кг соли на ведро воды) комнатной t. Не секрет, что в соли содержится огромное количество минералов, оказывающих сильное укрепляющее действие на детский организм.

Солевая дорожка — отличная защита от плоскостопия, которое вызывается ослаблением голеностопных связок.

Другая дорожка остается сухой. Дорожки выстилаются на полу в следующей последовательности: "соленая" дорожка и сухая.

После того как все «инструменты» для закаливания подготовлены и расстелены на ровной поверхности, детям предлагается приступить к выполнению процедуры.

Дети мелким шагом проходят по очереди по всем дорожкам совмещая с хождением по массажным коврикам.

Процедура проходит после дневного сна: начинается в 15.00, длится 08- 13 минут.

«Рижский» метод и массажные коврики помимо эффекта закаливания, осуществляют массаж и контрастное солевое закаливание стоп, профилактику плоскостопия и нарушения осанки. В целом данная методика направлена на повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.

Круглый год проводится много интересных подвижных игр на свежем воздухе. Зимой, вместе с родителями, строим «Снежные городки» которые доставляют много радости, а также создаются оптимальные условия для организации двигательной активности детей во время прогулки - это отличное средство для укрепления иммунитета. Сочетание движений с воздействием свежего воздуха является эффективным средством закаливания детей. Повышается сопротивляемость организма ребенка к простудным и инфекционным заболеваниям.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребенка является работа с родителями. Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всем миром», семья, детский сад, общественность.

Режим ребёнка в детском саду и дома должен быть одинаковым, а от того, насколько правильно организован режим дня ребенка дома, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в детском саду, должен находить каждодневную поддержку дома и закрепляться. Поэтому для просвещения

родителей регулярно проводятся мероприятия с показом видеороликов и презентаций; тщательно продумываются формы проведения каждого мероприятия, чтобы родители стали активными участниками, а не просто слушателями. Мероприятия с родителями организуются в форме круглого стола, семинара, родительской конференции, дискуссии и др. Привлекаем родителей к участию в спортивных праздниках и развлечениях, которые проводятся в детском саду.

Результат использования здоровьесберегающих технологий:

1. Снижается количество наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.
2. У детей формируются навыки личной гигиены, желание вести здоровый образ жизни (быть на свежем воздухе, заниматься спортивными играми, улучшать свои результаты по освоению основных видов движений, испытывать чувство радости и удовольствия от состояния быть здоровым).
3. Улучшается психоэмоциональное состояние дошкольников.
4. Происходит коренное совершенствование системы физического воспитания в ДОУ.
5. Повышается заинтересованность родителей в укреплении здоровья дошкольников.

Список литературы:

- 1.Аверина И.Е. Физкультурные минутки в детском саду. Практическое пособие / И.Е. Аверина. – М.: Айрис-пресс, 2009. – 112 с.
2. Гаврючина. Л.В Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. -М.: ТЦ Сфера, 2008. -160 с. (Здоровый малыш)
3. Горбатенко О.Ф., Кадраильская Т.А., Попова Г.П. Физкультурно-оздоровительная работа. - Волгоград: Учитель, 2007.
- 4.Карепова Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников. - Волгоград: Учитель, 2009.
- 5.Крылова Н.И. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ. – Волгоград: Учитель, 2008.
- 6.Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2010.
- 7.Павлова М.А., Лысогорская М.В. Здоровьесберегающая система ДОУ. - Волгоград: Учитель, 2009
- 8.Тарасова Т.А., Власова Л.С. Я и мое здоровье. - М.: Школьная Пресса, 2008.

Интернет ресурсы:

- 1.<http://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2013/11/15/sdoroovesberegayushchie-tekhnologii-v-dou>
- 2.<http://900igr.net/prezentacija/fizkultura/kachestvo-i-resursy-razvitija-zdoroovesberegajuschej-sredy-v-obrazovatelnom-protssesse-shkoly-229399/resursy-zdoroovesberezhenija-2.html>
- 3.<http://www.maam.ru/detskijsad/zdoroovesberegayushchie-tehnologi-235812.html>
- 4.http://pedrazvitie.ru/raboty_doshkolnoe_new/index?n=2
- 5.<http://mirznanii.com/a/180462/zdoroove-sberegayushchie-tekhnologii-v-obrazovatelnom-protssesse-dou>

МАСТЕР - КЛАСС ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕРРЕНКУРЫ В ДООУ»

**М.Л. Аксенова, инструктор по физической культуре,
МАДООУ «Центр развития ребенка – детский сад 67», г. Пермь**
**Л.Х. Пестова, воспитатель,
МАДООУ «Центр развития ребенка – детский сад 67», г. Пермь**

Цель: повышение профессиональной компетенции педагога по использованию в работе с детьми технологии терренкуров в ДООУ.

Задачи:

- 1 Формировать представление педагогов о технологии.
- 2 Познакомить с практическими рекомендациями, направленными на повышение эффективного использования терренкур – технологии;
- 3 Создать условия для профессионального общения, самореализации и стимулирования творческого потенциала педагогов.

Оборудование: карта маршрута, таблица «виды костров», деревянные палочки, карточки с цифрами и стрелочками, мячи.

Форма проведения: мастер – класс с педагогами без участия детей.

I Вступление

Добрый день, уважаемые коллеги! Хочу предложить вашему вниманию **мастер - класс «Образовательные терренкуры в ДООУ»**

Согласно ФГОС ДО развивающая предметно-пространственная среда в ДООУ должна:

обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности дошкольников;

быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

Федеральная образовательная программа акцентирует внимание на территории (участке), приспособленной для реализации образовательной программы дошкольного образования и включает материалы, оборудование и инвентарь для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета и коррекции недостатков развития.

II Теория

Одним из способов создания единого образовательного пространства развития ребенка, включая прилегающую территорию, может являться организация центров на участке детского сада. Педагоги совместно разрабатывают несколько специальных образовательных маршрутов по территории ДООУ к разной категории сложности в зависимости от группы здоровья детей, их возраста, интересов.

Одним из способов организации детской активности являются образовательные терренкуры – специальные маршруты по территории ДООУ.

Терренкур (нем. Terrain — местность, участок, территория, kur — лечение) — метод лечения дозированными по расстоянию, времени и углу наклона пешими восхождениями по размеченным маршрутам. Естественный терренкур лечит не только дозированной нагрузкой, но и общением с природой, чистым воздухом, психоэмоциональным комфортом. Терренкур способствует закаливанию организма, а красоты природы, спокойная обстановка создают предпосылки для снятия нервно-эмоционального напряжения.

При прохождении образовательного терренкура оздоравливается организм воспитанников, повышается уровень их инициативы, самостоятельности, двигательной и речевой активности, познавательно-исследовательской деятельности детей и взрослых.

Цель образовательного терренкура — оздоровление организма воспитанников, повышение уровня двигательной активности, познавательно-исследовательская деятельность детей и взрослых.

Образовательные терренкуры подразумевают интеграцию следующих образовательных областей: социально-коммуникативное, познавательное и физическое развитие. Задействовано и речевое развитие, и художественно-эстетическое. Все зависит от тематики терренкура и содержания деятельности на станциях.

Педагогическая значимость терренкура - дети в игровой форме получают:

- реалистические знания
- закрепляют определённые навыки и умения
- проявляют творчество и фантазию
- удовлетворяют двигательную активность
- взаимодействуют с окружающим миром
- развивается крупная и мелкая моторика, речь, интонации, глазомер, движения.

Одной из задач образовательной деятельности в области физического развития Федеральная образовательная программа ставит осваивать туристские навыки.

Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

Терренкуры в нашем ДОУ проводятся в разное время года и в разное режимное время уже в течении двух лет. Если это терренкур для детей, то он проводится на первой прогулке, а если с родителями, то вечером во время второй прогулки. Темы для терренкура тоже самые разные: могут быть по теме недели, по событийности.

Терренкур для старшего дошкольного возраста состоит из пяти станций. Особенностью данной технологии являются переходы от станции к станции с разными видами движений: ходьба и бег разными способами. В ходе терренкура используются знакомые детям задания и игры.

Предлагаем вашему вниманию отрывок видео терренкура, проведённого в нашем ДОУ.

III Практика

Ход мастер - класса

От теории переходим к практике. Терренкур «Путешественники»

Маршрут терренкура для педагогов. (Пройдём на примере трёх станций).

Команда двигается по карте.

Станция 1 «Спортивная».

Развивать двигательную активность детей, воспитывать дружеские отношения в игре и командный дух.

На данной станции дети играют в подвижные игры или проводятся эстафеты.

Подвижная игра «Гонка мячей»

Ведущего выбираем по считалочке.

Правила

1. Начинать игру ведущим нужно одновременно по сигналу.
 2. Мяч разрешается только передавать.
 3. Если мяч упал, то игрок, уронивший его, выходит из игры.
- Усложнение: мяч можно передавать в разных направлениях.

ПЕРЕХОД идём, приставляя пятку к носку.

Станция 2 «Туристическая»

Дети знакомятся с туристическими атрибутами (рюкзак, котелок, палатка, компас, фонарик и т. д.), узнают правила поведения в походе, собирают рюкзак и т. п.

Виды костров

Дети узнают виды костров и собирают какой -нибудь один вид костра.

ПЕРЕХОД подскоки

Станция 3 «Игры на асфальте»

Игры на асфальте способствуют развитию двигательных качеств и способностей детей, их двигательной сферы, ориентировке в пространстве.

Игра «Весёлый командир»

Дети встают в круг, с помощью считалочки выбирают ребёнка, кто первым начинает проходить маршрут.

Правила

1. Ведущий выбирает карточки и выполняет ходьбу.
2. Если ведущий ошибается, выбирается новый ведущий.
3. Игра закончена, когда команда прошла маршрут полностью.

ПЕРЕХОД прыжки с продвижением вперёд

Мы на терренкурах используем на одной из станций экспериментирование называем её «Поляна спорщиков».

Формирование и расширение представлений у детей об объектах живой и неживой природы через практическое самостоятельное познание.

Дети в процессе экспериментирования учатся делать правильный вывод.

ВЫВОД: развитие познавательной и физической активности, детей с использованием образовательных терренкуров, повышает качество усвоения детьми полученных знаний и закрепления их в практической деятельности, развивая при этом детскую инициативу и самостоятельность.

IV Рефлексия

Я предлагаю Вам ответить на несколько вопросов:

1. Что узнали нового на мастер - классе?
2. Возник ли у вас интерес к применению данной технологии в своей деятельности?
3. Кто попробует использовать в своей деятельности данную технологию?

В заключение нашей встречи хочу пожелать вам творческих успехов. Благодарю за внимание и плодотворную работу.

Список литературы

1. Программа воспитания и обучения в детском саду/Под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой. — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Мозаика-Синтез, 2005
2. Анисимова Т.Г. Физическое воспитание детей 2-7 лет: развёрнутое перспективное планирование по программе под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой / авт. – сост.Т. Г. Анисимова. – Волгоград: Учитель, 2010. – 131с.
3. Гаврючина Л. В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008.- 160 с.

МАСТЕР-КЛАСС
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕСТАНДАРТНОГО ОБОРУДОВАНИЯ
ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА

Ю.И. Пермякова, инструктор по физической культуре,
МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №47» г.Перми
В.Д Жаркова, воспитатель,
МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №47» г.Перми

Цель: Презентация опыта работы использования нестандартного оборудование на физкультурных занятиях в ДОУ.

Задачи:

1. Познакомить педагогов с нестандартным оборудованием: «Квадрат²», «Рокерборд», «Юбка- парашют» и «Палочки», которые применяются на занятиях для развития психофизических качеств детей дошкольного возраста.
2. Побудить педагогов к использованию данного оборудования на занятиях в ДОУ.
3. Развивать активность и творческий подход у педагогов к поиску разных вариантов игр.
4. Определить заинтересованность педагогов в применении предложенного им нестандартного оборудования.

Ход мастер-класса:

Вводная часть

Инструктор ФК: Добрый день, уважаемые коллеги. Рады приветствовать Вас на нашем мастер-классе «Использование нестандартного оборудования для развития психофизических качеств детей дошкольного возраста».

Целью нашего мастер-класс является презентация опыта работы использования нестандартного оборудование.

Перед собой мы поставили следующие задачи: познакомить Вас с нестандартным оборудованием: «Квадрат²», «Рокерборд», «Юбка - парашют» и «Палочки»; побудить Вас к использованию данного оборудования на своих занятиях в ДОУ; развивать активность и творческий подход у педагогов к поиску разных вариантов игр; определить Вашу заинтересованность в применении предложенного нестандартного оборудования.

Демонстрационная часть

Воспитатель: Сегодня мы предлагаем Вашему вниманию варианты игр с нестандартным оборудованием, которое изготовили в том числе, и родители воспитанников нашего ДОУ.

«Юбка – парашют» изготовлена из ткани 4 цветов. Цветами выделены сектора, на которые можно ориентироваться при использовании в подвижных играх. Так же оформлены петли на подоле «юбки» для удобного захвата. В центре юбки сделано отверстие для педагога или водящего в игре. Это оборудование используем для привлечения внимания детей, интереса и организации образовательного процесса в целом.

Применяя «юбку – парашют», мы учим детей 3-5 лет двигаться по кругу, соблюдать расстояние между собой, выполнять слаженно движения и играть в команде.

Для детей старшего возраста в игры с «Юбкой – парашютом» мы подбираем условия для развития психофизических качеств детей.

Инструктор ФК: Нестандартное оборудование «Палочки» изготовлены из мягкого материала для строительных работ двух цветов. Длина «палочки» 40 см. Текстура и форма безопасны для применения в работе с дошкольниками.

Практическая часть

Воспитатель: Уважаемые коллеги, предлагаю Вам принять участие в подвижной игре «Карусели». Приглашаются 12 участников. Возьмитесь за петлю правой рукой и по часовой стрелке движемся по часовой стрелке со словами:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели,

А потом, а потом

Все бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите,

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра!

Воспитатель: Эта игра развивает умение детей младшего возраста двигаться по кругу, и взаимодействовать друг с другом.

Воспитатель: Следующая игра для детей постарше «Поймай – не урони». Игроки выстраиваются по кругу, взявшись за петли «юбки», водящий становится в центре. Педагог опускает на полотно воздушные шары. Задача игроков придать движение вверх-вниз, а водящий должен поймать шарик. Способствуем развитию ловкости, координации движений и умение действовать в команде.

Воспитатель: Игра для старшего дошкольного возраста «Каждому цвету свое движение». «Юбка – парашют» лежит на полу. Напротив каждого сектора встает участник. Движение по кругу начинается с музыкального вступления. Как только музыка остановилась участник должен выполнить движение, которое соответствует цвету сектора остановки (желтый – присед; сиреневый – прыжок; оранжевый – хлопок над головой; красный – хлопок за спиной). Эта игра развивает у детей внимание, память, двигательные навыки.

Инструктор ФК: Подвижная игра «Палочки». Игроки встают по кругу, закрыв глаза. Педагог раздает палочки, участники держат их за спиной. По команде педагога игроки открывают глаза. Ведущий педагог называет цвет, например, «Красный» и игроки у кого палочка красного цвета догоняют «синих». Ловишки осаливают палочкой только по ногам. Выше пояса палочка не должна касаться убегающих. Ловишки выводят из игры только «палочки» другого цвета. Вариант усложнения: несколько игроков цвета ловишки. Подвижная игра развивает быстроту, реакцию, координацию и ловкость, ориентировку к указанным условиям.

Инструктор ФК: Игра «Кто дольше». Участники образуют 2 круга. В руках у каждого находится «палочка». По свистку команды передают по кругу воздушный шарик, отбивая его «палочкой». Игра может быть на скорость передачи по кругу или кто дольше продержит шарик в воздухе.

Инструктор ФК: Следующее оборудование «Квадрат²». Данный тренажер является снаряжением, нацеленным на активные упражнения.

«Метание в намеченную цель». Участник метает мешочек в клетку Квадрата с наибольшим математическим значением. Выигрывает тот, у кого сумма баллов трех попыток будет больше.

«Крестики-нолики». Игроки по очереди ставят на свободные клетки поля карточку х/о. Побеждает тот, кто первым выстроит 4 своих карточки подряд по диагонали, вертикали или горизонтали.

Воспитатель: Чтобы держать наш мозг в хорошем тонусе, мы предлагаем способствовать его улучшению синхронизации и взаимодействия полушарий через многократное выполнение упражнений на Рокерборде. Это— тренажер баланса-равновесия для детей и взрослых. Принцип «от простого к сложному» позволит участникам мастер-класса освоить технику выполнения упражнений на данном тренажёре. Освоив данные базовые упражнения, мы предлагаем окунуться в мир детства и сказок.

Воспитатель: Вашему вниманию представляем сказку Г.Х. Андерсена «Дюймовочка».

Как-то раз женщина, у которой не было детей, **(борд дугой – пройти по нему)** отправилась к доброй колдунье за помощью. Получив от нее ячменное зерно, женщина посадила его в цветочный горшок и принялась ждать.

В скором времени из семечка вырос «большой чудесный цветок вроде тюльпана» **(борд дугой – встать – руки вверх)**. Когда лепестки его раскрылись, внутри оказалась крошечная девочка, которую женщина назвала Дюймовочкой. **(борд дугой – присесть – руки вниз)**.

Однажды, когда Дюймовочка крепко спала, на окно взобралась **(борд дугой – сед – руки в стороны-вверх)**. «большущая жаба, мокрая, безобразная». Она схватила спящую девочку и поспешила на свое болото. Мерзкая жаба решила женить своего сына на красавице Дюймовочке, а чтобы она не сбежала, **(борд перевернуть – сесть)**. посадила ее «посередине реки на широкий лист кувшинки». **(борд перевернуть – сесть – раскаться)**.

Когда девочка поняла, какая страшная участь ее ожидает, она горько заплакала. Маленькие рыбки пожалели девочку и помогли ей сбежать. Они перегрызли стебель кувшинки, и «листок с девочкой поплыл по течению, дальше, дальше».

Мимо пролетал крупный майский жук. **(встать ноги врозь – раскаться)**. Увидев красивую девочку, он схватил ее и унес на дерево, где представил своим знакомым. Однако «жучки-барышни шевелили усиками и говорили», что Дюймовочка недостаточно хороша и не может находиться в их обществе. Майский жук тут же решил, «что она безобразна, и не захотел больше держать ее у себя». Он спустил девочку на землю и попрощался. **(ноги сместить в центр– сесть – раскаться)**.

Все лето Дюймовочка жила «одна-одинешенька в лесу». **(раскаться)**. Из травинки и листьев она сплела себе колыбельку. Питалась она цветочной пылью и росой, в ясную погоду грелась на солнышке, а от дождика скрывалась под большим листом лопуха.

Но вскоре на смену солнечному лету пришли холодные осенние дожди и ветра. **(встать ноги врозь – раскаться)**. Дюймовочку, которая страдала от голода и холода, приютила полевая мышь. **(сесть – кресло-качалка)**. Они славно зажили вместе: девочка помогала мышке по хозяйству, рассказывала ей сказки, а взамен получала теплый кров и пропитание.

У полевой мыши был сосед – богатый и ученый крот **(собака мордой вниз с согнутыми ногами-качаемся)**, который тем и занимался, что все время пересчитывал свое богатство. Он собирался жениться на Дюймовочке, как только та подготовит себе приданое. Но девочка была совсем не рада этому – «ей не нравился скучный крот».

Однажды, гуляя по подземным переходам, Дюймовочка увидела раненую ласточку, (**борд перевернуть – лежа на животе «захват-коробочка»**) которая чуть не умерла от холода. Всю зиму она ухаживала за больной птичкой и к весне выходила ее.

Перед свадьбой Дюймовочка попросила мышь отпустить ее наверх полюбоваться напоследок солнышком. (**борд перевернуть – встать**). Когда она вылезла из мышиной норы, то увидела ласточку, которую вылечила. (**борд перевернуть – встать равновесие «ласточка»**). Дюймовочка пожаловалась птице, что ее заставляют выйти «замуж за противного крота и жить с ним глубоко под землей».

(**борд перевернуть – встать равновесие «ласточка»**) Ласточка предложила девочке улететь с ней в теплые края, и та согласилась. (**имитация полета-махи руками**) Оказавшись в чудесной стране, Дюймовочка увидела (упор **присев**) маленького человечка с прозрачными крылышками – это был король эльфов. Он сразу влюбился в Дюймовочку и предложил ей стать «его женой, королевой эльфов и царицей цветов». (**лежа на спине, руки вверх, расслабиться**).

Главная мысль книги – нужно стойко переносить все трудности и лишения, не унывать и не опускать руки, ведь в конце пути приходит заслуженное счастье.

Рефлексия

Инструктор ФК: Уважаемые коллеги, если представленные игры с оборудованием имеют место быть в вашей практике, то просим Вас похлопать в ладоши. Если наш опыт работы использования нестандартного оборудования Вам был бесполезен, то скрестите руки перед собой.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИХ МЕТОДОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ДОУ, НАПРАВЛЕННЫХ НА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ВОСПИТАННИКОВ И РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ.

«НЕЙРОИГРЫ: КООРДИНАЦИЯ, СПОРТ, КОММУНИКАЦИЯ»

И.В. Сулина, инструктор по физической культуре,
МАДОУ «Детский сад № 227» г. Перми

Е.В. Шилоносков, инструктор по физической культуре,
МАДОУ «Детский сад № 227» г. Перми

Актуальность: «Последние десятилетия во всем мире характеризуются бурным ростом исследований и публикаций, анализирующих нормальное и аномальное развитие детей и описывающих различные методы коррекционно-развивающего обучения. Это объясняется, с одной стороны, общей тенденцией демократизации общества, одним из важнейших проявлений которой является увеличение внимания к детям. С другой стороны, психологов и педагогов во всех странах беспокоит рост числа детей с различными проблемами здоровья или тех из них, которые не имеют видимых медицинских отклонений, но испытывают трудности в процессе обучения в массовой школе и (или) адаптации в семье и школе. Это означает, что психическое и социальное функционирование ребенка не адекватно его психофизиологическим возможностям и

потребностям и (или) условиям среды, т.е. требованиям микро социального окружения». [2, с 3]

На занятиях по физической культуре в ДОУ, инструктора всё чаще сталкиваются с тем, что дети не понимают устных инструкций, не могут сосредоточиться на выполнении того или иного действия, не могут прыгнуть в длину с места двумя ногами, не могут поймать мяч двумя руками, с трудом учатся маршировать. Всё больше детей нуждаются в индивидуальных и подгрупповых встречах. В данной ситуации, выручает нейропсихология.

«Нейропсихология – область психологии, которая рассматривает во взаимодействии работу мозга и психическую активность человека у взрослых и детей. Формирование функциональных связей между отдельными структурами мозга и различными познавательными процессами происходит в процессе развития ребёнка неравномерно, с неодинаковой скоростью и различной последовательности». [1, с 4]

«Проблема межполушарной асимметрии и межполушарного взаимодействия — одна из наиболее актуальных в современном естествознании». [5, с 48]

Так же в федеральной образовательной программе дошкольного образования, не малое внимание уделяется особенностям взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся [4, с 145] В нашем ДОУ, данный раздел успешно реализуется в рамках спортивного детско–родительского клуба «Стартуем вместе!», где основные игры и разминка направлены на парную гимнастику и развитие межполушарного взаимодействия.

Встала острая необходимость в том, чтобы наладить межполушарное взаимодействие у детей. Старший дошкольный возраст требует от ребёнка усвоения большого количества информации, а, значит, и максимальной концентрации внимания. Чтобы это обеспечить, мозг должен находиться в тонусе. Чтобы обеспечить тонус, но сохранить интересный вид деятельности – игру, мы используем в работе различные нейроигры с интересным, любимым детьми спортивным инвентарём: координационными кольцами и кинезиологическими мячиками.

Суть данной методики заключается в выполнении специальных ритмичных упражнений с резиновыми мячиками и координационными кольцами с удержанием ритма и развитием координации. Методика предназначена для развития межполушарного взаимодействия, формирования программ действий, концентрации и удержания внимания, зрительно-моторной координации (рука-глаз), ловкости, точности движений, улучшением вестибулярных программ, увеличением скорости обработки сенсорной информации; улучшением когнитивной сферы. Слуховой, мышечной и зрительной системы: Фиксации предмета; формирование и укрепление прослеживающих движений; расширение полей зрения; преодоление зрительного игнорирования; формирование компенсаторной стратегии при выпадении поля зрения; формирование устойчивого навыка переключения между дальним и ближним объектом; формирование и укрепление пространственных представлений; укрепление мышц глаз и т.д.

Данная программа упражнений состоит из: упражнений на захват мяча, осевых упражнений, комплекса глазодвигательных упражнений, базового блока (самостоятельно, в паре, в группе), вестибулярного и межполушарного блоков.

Наиболее простыми и любимыми детьми являются следующие упражнения:

1. Перекрёсное касание коленей и пяток на месте и в движении;

2. Прохождение по дорожкам из координационных колец с различными алгоритмами;
3. Работа в кольце с одним кинезиологическим мячиком: Подбросить снизу - поймать сверху (правой и левой рукой); упражнение «вниз-вверх» - ведущая рука находится на уровне лба с мячом, вторая – на уровне пояса. Бросаем мяч вертикально вниз. Ловим его внизу, подбрасываем вверх – ловим вверху; ударить об пол – поймать после отскока одной рукой (правой/левой); ударить одной рукой – поймать другой; подбросить одной рукой – два раза хлопнуть – поймать двумя руками; подбросить одной рукой – повернуться кругом и поймать после отскока; прыжок вправо из кольца – ударить мяч об пол правой рукой и поймать/ прыжок влево от кольца – ударить мяч об пол левой рукой и поймать; кольцо в одной руке, мячик в другой – перебросить мячик через кольцо в другую руку и кольцо в первую и обратно; рука прямая перед собой – перебросить мячик через руку и поймать с другой стороны; и т.д.
4. Работа в кольце с двумя кинезиологическими мячиками: Подбросить снизу – поймать сверху двумя руками одновременно; ударить об пол одновременно два мячика – поймать двумя руками после отскока; ударить об два мячика, одновременно прыжок ноги врозь – поймать двумя руками после отскока, прыжок двумя ногами обратно в кольцо; Один мячик подбросить – второй переложить из одной руки в другую, вокруг себя, и поймать первый мячик; подбросить одновременно два мячика вверх – поймать, скрестив ладони; и т.д.
5. Работа с кольцом и двумя кинезиологическими мячиками в паре: Перекладывание мячиков по прямой друг другу из правой в левую и обратно (на разный счёт); перекладывание мячиков по кругу (на разный счёт); перебрасывание мячиков друг другу через кольцо, удерживая его только правыми/левыми руками; стоя друг на против друга, один перебрасывает другому кольцо двумя руками, а второй бросает мячик через кольцо в руки – обратно так же; и т.д.
6. Нейроигры на коммуникацию и взаимодействие: «Передача сверху и снизу в паре»; «Передача справа и слева в паре»; «Командная передача в шеренге»; «Командная передача в круге»; «Вышибалы из колец» (с мячиками на страховке) и т.д.

С данными тренажёрами мы начинали индивидуальную и подгрупповую работу с детьми ОВЗ, через пол года стали наблюдать положительную динамику и огромное желание детей бежать на нейро - тренировки. В дальнейшем, поняли, что абсолютно все воспитанники нуждаются в таких занятиях и нейроиграх. Ни разу не пожалели, что большое внимание уделили данному направлению, так как результаты, действительно, впечатляют: улучшается координация рук и кистей, повышается концентрация и глазодвигательные реакции, улучшается произвольность внимания, развивается чувство ритма и навыки переключения и многое другое.

Список литературы:

1. Корсакова Н.К., Микадзе Ю.В., Балашова Е.Ю. Неуспевающие дети: нейропсихологическая диагностика трудностей в обучении. — М., 2001. — С. 7.
2. Нейропсихология детского возраста : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М. : Издательский центр «Академия», 2009. — 272 с.
3. Телесные практики, сенсорная интеграция и эрготерапия: сборник методических материалов семинара в рамках образовательного форума «Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями» / науч.

ред. Ворошнина О.Р., Санникова А.И.; сост. Мальцева М.Н., Кобялковская Е.А., Гилева А.Г. (вып. ред.); Перм. гос. гуманит.-пед. ун-т. – Пермь, 2018. – 140 с.

4. Федеральная образовательная программа дошкольного образования./ под ред. Т.В. Цветкова /ГЦ Сфера, 2022 г.

5. Хомская Е. Д. Х = Нейропсихология: 4-е издание. — СПб.: Питер, 2005. — 496 с: ил

МАСТЕР – КЛАСС БАСКЕТБОЛЬНЫЙ ФЛЕШМОБ-ОДИН ИЗ НЕТРАДИЦИОННЫХ ПРИЕМОВ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ТРЕНИРОВКЕ ИЛИ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

**О.С. Коровина, инструктор по физической культуре,
МАДОУ «Детский сад № 96» г. Перми**

Несколько лет, я провожу баскетбольный кружок «Оранжевый мяч», это достаточно сложная игра. На каждой тренировке нужно обязательно включать ведение мяча на месте, в движении, забрасывания мяча в кольцо и его ловля. И это надоедает. Разумеется, я использую разные методы и приемы при обучении. Стараюсь, чтобы каждая тренировка была интересной увлекательной, незабываемой. Чего, я только не придумывала, сигналы на внимание (зрительные, звуковые, дневники). Но все равно рано или поздно, интерес начинает пропадать.

Мы с ребятами стали разучивать различные комбинации с мячом и я заметила, что им это интересно.

Впервые баскетбольный флешмоб, я применила на спортивном празднике, для пап. Родители были в восторге.

Все флешмобы, я сочиняю сама, просматривая просторы интернета, смотрела, что могут другие, чем могут порадовать меня мои дети.

И вот случайно, мы попадаем на курсы по баскетболу, такие курсы проводят впервые, их ведут молодые педагоги большие баскетболом, вот ведь удача!

Все в очень доступной форме, все очень интересно и в конце мастер-класс как организовать баскетбольный флешмоб. Вот повезло.

Свой баскетбол я презентовала на зональных, городских спортивных соревнованиях «Оранжевый мяч» среди детей ДСК Лиги «ЮниСпорт» г. Перми и во всероссийской конкурсе «Со здоровьем не шути, его с детства береги», На площадке «Здоровое детство» в рамках работы регионального этапа Международной ярмарки социально – педагогических инноваций для руководителей и педагогов ДОУ г. Перми и Пермского края

Для кого, я проведу флешмоб? Для детей.

Что мне для этого понадобится? Игровой конфликт (Дети, дети и взрослый)

Условия: Где мы его будем проводить? (Улица – спортивная площадка с ровным покрытием, спортивный зал)

Участники, их количество.

Темпоритм

Контакт.

Проводим рефлексю. Обсуждаем с детьми, что им понравилось, что нет, какие еще упражнения можно включить.

Конечно, общаюсь с родителями и педагогами рассказываю им как развиваются их дети и что еще мы научились выполнять.

В ходе своей деятельности я использую Флешмоб в подготовительной и заключительной части тренировок, праздников, НОД в зависимости от поставленных задач.

Флешмоб уместен по содержанию(зависит от раздела), деятельности (фронтально, группы, индив.) и продолжительности. Упражнения и движения предполагают логическую цепочку из полученных знаний и умений на НОД, тренировках.

Я показываю движения, а дети повторяют, элементы баскетбола включаю флешмоб, движения содержат подводящие упражнения овладения техникой ведения мяча, таким образом, готовим организм к предстоящей работе, повышаем эмоциональный настрой.

Ну, а сейчас, я Вам приглашаю на флешмоб.

1. Поднимаем мяч вверх, опускаем его и зажимаем между ног.
2. Поднимаем руки через стороны вращая кулочками
3. Дриблинг «быстрая ходьба на месте-бег»
4. Ведение мяча справа 5 раз и слева 5 раз одной рукой
5. Мяч в правой руке, левой бьем по нему 10 раз и поменять - подхода
6. Ударить мяч с право, поймать мяч вверх подпрыгнуть- в каждую сторону 3 раза
7. Катание мяч 8 вокруг каждой ноги
8. Вращение мяча вокруг талии вправо, влево
9. Ударить мяч с право, поймать мяч вверх подпрыгнуть- в каждую сторону 3 раза
10. Прыжки мяч вверх
11. Прыгнуть вверх и принять атакующую стойку баскетболиста.

Переход в положение сидя.

Еще мои баскетболисты обожают одновременное ведение мяча, но во флешмоб, пока мы его не включаем, есть тонкости. (нужно чтоб все мячи были одинаковы, надуты, по размеру.... Но над этим мы работаем)

МАСТЕР – КЛАСС

«НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

Т.В. Сакадеева, воспитатель,

МАДОУ «Детский сад «Почемучка» г. Пермь

Знаете ли вы, что среди всех видов спорта настольный теннис занимает второе место по количеству затрачиваемой энергии. «Маленький» теннис действительно требует больших усилий, но также обладает большим количеством плюсов: от доступности в любое время года и развития как физических, так и умственных способностей ребенка.

Идеальный возраст для старта в настольный теннис – 6-7 лет. В отличие от других видов спорта настольный теннис для детей практически не имеет противопоказаний. Позволяет улучшить как зрение, так и здоровье в целом, а также нравится детям благодаря игровой форме. Будучи олимпийской дисциплиной, этот вид спорта открывает талантливым игрокам большие профессиональные перспективы, но станет и прекрасным вариантом «для души».

Цель: Ознакомление детей с игрой настольный теннис

Задачи:

1. Формировать представление об игре в настольный теннис, его значении в жизни человека, роли укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовленности,
Обучение правилам игры, работы с ракеткой и мячом, техники ударов мяча о ракетку.

2. Воспитывать дисциплинированность, доброжелательность по отношению к товарищам

Место: спортивный зал.

Инвентарь: шарик, теннисные ракетки по количеству участников.

Приветствие:

Добрый день, уважаемые коллеги, предлагаю поучаствовать в мастер – классе «Знакомство с настольным теннисом»

I Часть.

Разминка. Всем участникам раздается оборудование, теннисные мячики и ракетки.

Ведущий мастер – класса: Проводит ознакомительную беседу.

В настольном теннисе известны два основных способа хвата ракетки: азиатская, и европейская.

Для детей дошкольного возраста более удобен европейский, при котором кисть руки охватывает всю руку ракетки, большой палец немного ложится на зеркало ракетки, указательный палец с другой стороны зеркала является опорным при ударах.

Переходим к подводящим упражнениям к работе с теннисными мячиками и ракетками.

1. Упражнение

Ходьба по кругу, удерживая теннисный мячик на ракетке (2-3 круга).

2. Упражнение

Бегать по залу, не давая мячу скатиться с ракетки.

3. Упражнение «Почекань мяч».

Участники стоят по кругу.

И. п. ноги на ширине плеч, ракетка с мячом в руках. Ударять ракеткой по летящему мячу об пол.

4. Упражнение «Почекань мяч правой и левой стороной».

И. п. ноги на ширине плеч, ракетка с мячом в руках. Ударять ракеткой по летящему мячу попеременно правой и левой стороной ракетки.

5. Упражнение

Удерживание теннисного шарика на ракетке во время приседания.

6. Набивание теннисного шарика от стенки. Ракетка-стенка-пол. Разными сторонами ракетки. Ходим вдоль стенки.

II. Основная часть. «Веселые эстафеты»

Участники делятся на 2-3 команды.

1. Эстафета «Передай теннисную ракетку».

Первый участник бежит с ракеткой, обегает ориентир, передает ракетку следующему в своей колонне и встает в конец колонны. Побеждает команда, опередившая другую.

Правила: не выходить раньше времени навстречу игроку.

2. Эстафета «Пройди с мячом».

По сигналу положить мяч на ракетку (держать ракетку чуть выше пояса, пройти до ориентира, не роняя мяч. Назад взять мяч в руку и вернуться бегом, ракетку и мяч передать следующему участнику и встать в конец колонны.

3. Задание №8 «Собери мячи ракетками».

У каждого участника две ракетки. Надо добежать до обруча с мячами, поднять с пола двумя ракетками мяч. Добежать до старта, положить мяч в ведро.

«Передай мяч на ракетку».

Участники распределяются на команды и встают по кругу на расстоянии вытянутых в стороны рук. У каждого ракетка, а мяч один на круг. Нужно положить мяч на ракетку, передать его на ракетку стоящего рядом. Тот удерживает мяч, считая до условного числа, и также передает мяч следующему игроку. Игра продолжается до тех пор, пока мяч не побывает на ракетке у каждого в кругу.

«Мяч в корзину».

Участники становятся в два-три круга (*команды*). В середине корзина. Нужно бросить мяч об пол так, чтобы он попал в корзину. Мячи бросают по очереди. Команда, забросившая наибольшее количество мячей в корзину, получает очко.

III. Заключительная часть.

«Чемпион». Изображение пьедестала 1-е, 2-е, 3-е места, смайлики из бумаги (*улыбающиеся и грустные*) по кол-ву участников. Если вам сегодня было интересно, и вы со всем справились, то можете приклеить своего человечка на первое место, он молодец и одержал победу. Если вам было интересно, но не всё получалось легко, то приклейте вашего человечка на вторую ступеньку, он будет еще учиться. А если вам сегодня было не очень интересно, вы испытывали трудности при выполнении заданий, то приклейте вашего человечка на третье место, не расстраивайтесь, ведь у вас обязательно всё получится в следующий раз!

Дискуссия по результатам совместной деятельности Мастера и участников мастер-класса.

МАСТЕР - КЛАСС «ИГРЫ НА КОМАНДООБРАЗОВАНИЕ, КАК СРЕДСТВО СПЛОЧЕНИЯ ДЕТСКОГО КОЛЛЕКТИВА»

**Е.Ю. Пирогова, инструктор по физической культуре,
МБОУ Нердвинская СОШ СП «Детский сад» Карагайский МО**

В настоящее время, большое внимание уделяется позиции индивидуализму и личному успеху дошкольника. Но мы педагоги, должны учить детей играть в команде, достигать общих целей и побед. Воспитывать в подрастающем поколении командный дух.

В связи с чем, становится актуальным поиск новых форм и методов, с помощью которых, в итоге из дошкольников с разнообразными индивидуальными особенностями, формируется уверенная, надежная и сплочённая команда.

Здесь на помощь педагогу придет тимбилдинг - технология командообразования, благодаря которой дети сближаются и эффективно выстраивают общение между собой в коллективе.

Цель и задачи моей работы в данном направлении:

Цель: Формирование у детей старшего дошкольного возраста умения взаимодействовать в команде, посредством использования элементов спортивного тимбилдинга.

Задачи:

1. Учить детей взаимодействовать в группе, в команде, в паре.
2. Развивать навыки командной работы, совершенствовать двигательные навыки детей в ходе выполнения согласованных действий.
3. Воспитывать нравственные качества детей, такие как взаимопомощь, взаимоконтроль, желание помогать друг другу для достижения единой цели;

Для решения данных задач, я систематически использую подвижные игры на командообразование. Такие игры относятся к технологии тимбилдинга.

Выделяют следующие основные виды тимбилдинга:

1. Спортивные тимбилдинги (направлены на физическую активность участников, своеобразные игры и соревнования и т. д.).
2. Логико-психологические тимбилдинги (направлены на интеллектуальную активность участников, задания с логическим уклоном, тесты и т. д.).
3. Творческие тимбилдинги (направлены на эмоциональную активность участников, квесты, флешмобы и т. д.).

Спортивный тимбилдинг включает игры на командообразование, квесты, упражнения на сплочение, тренинги. История детского тимбилдинга, берет свое начало со времен пионерских лагерей, походов и дворовых игр.

В работе со старшими дошкольниками, игры на командообразование использую на занятиях, в студии дополнительного образования, а также во время активного отдыха, в том числе и в походах.

Упражнения и игры на командообразование, позволяют в игровой форме обучить детей навыкам работы в команде, лидерству, общению, принятию решений и разрешению различных задач. Чтобы достичь успеха в командообразующих играх детям приходится учиться взаимодействовать друг с другом, внимательно слушать других, самим изъясняться четко и понятно, мыслить творчески и нестандартно, действовать сообща.

Вывод: Игры и упражнения на командообразование – это детям интересно и весело, но это не просто веселье. Это целенаправленная работа в игровой форме. Такие игры сплачивают детей, учат разговаривать, добиваться вместе побед, обучают взаимопомощи.

Список литературы:

1. Жуков Ю. М., Журавлев А. В., Павлова Е. Н. Технологии командообразования. – М.: Аспект пресс, 2008.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Фролов Д.Ф., Грабенко Т. М. Теория и практика командообразования. Современная технология создания команд. –СПб.: Речь, 2011.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЯГКИХ РАЗМЕТОЧНЫХ ФИШЕК НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

**Н.А Усанина, инструктор по физической культуре,
МБДОУ «Солнышко», Пермский край, г. Красновишерск**

Как цветные фишки могут преобразовать занятие и сделать его интересным и эмоциональным?

Вообще разметочная фишка используется для установления границ (разметки) игрового пространства, как на улице, так и в спортивном зале, и на любом покрытии (снег, трава и т.д.). По форме они напоминают усеченные конусы. Фишки изготовлены из пластика, поэтому не только легкие, но и прочные. Форма и размеры разметочных фишек позволяют их легко транспортировать и хранить. Но как оказалось, данный материал даёт

ещё больше возможностей для творчества и вариативности. Всего лишь один набор фишек, может обеспечить занятия различными вариантами игр.

Во что сейчас играют современные дети? Да, детей окружает изобилие игр и игрушек, которые не всегда несут в себе нужную психологическую и педагогическую информацию. Сегодня остро стоит проблема, связанная с организацией игровой деятельности современных детей. Поэтому большое внимание в дошкольном образовании уделяется инновационным методам и приёмам в развитии игровой деятельности. Перед нами всегда стоит проблема, как сделать образовательную среду такой, чтобы интерес детей не угасал, а наоборот, способствовал развитию.

Игры с фишками помогают детям развивать моторику рук, координацию движений, скорость, ловкость, а также улучшает их внимание и концентрацию, так как игроки вынуждены быстро адаптироваться к новым условиям игры. Кроме того, фишки могут быть использованы для изучения цветов и их названий. А также обеспечивают развитие игровых навыков.

Использование фишек на занятиях по физической культуре прошло более чем успешно. Детям нравятся (яркие), не скользят, не мешают под ногами. Никто об них не запинаялся, на них не поскользнулся. Их можно применять в эстафетах, в самостоятельных играх, выполнять с ними ОРУ. Да и то, что они цветные, уже привлекает внимание учащихся, делает занятие эмоциональнее и интереснее. Фишку можно использовать как для занятия, так и для совместной со взрослым и самостоятельной деятельности детей.

МАСТЕР – КЛАСС
«АЛЬТЕРНАТИВА»
(ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННОГО ОБОРУДОВАНИЯ ДЛЯ
РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ)

М.В.Дружинина, инструктор по физической культуре,
МАОУ «Троельжанская СОШ» структурное подразделение для детей дошкольного
возраста, Пермский край, Муниципальный Кунгурский округ

Цель: Представление опыта работы по использованию нестандартного оборудования на занятиях физкультуры.

Задачи:

- 1.Познакомить педагогов с использованием нестандартного оборудования на занятиях физкультуры.
2. Сформировать у участников мастер-класса мотивацию на применение в образовательном процессе опыта работы.
3. Развивать творчество и фантазию, при практическом применении нетрадиционного физкультурного оборудования.

Актуальность

Потребность детей дошкольного возраста в двигательной активности очень высока, но не всегда она реализуется на должном уровне. В современном обществе приоритетным становится интеллектуальное развитие ребенка. Дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», в результате: увеличивается статистическая нагрузка на

определенные группы мышц; снижается сила и работоспособность мускулатуры; нарушаются функции организма. Поэтому необходимо вести поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям физкультурой и спортом, развитию двигательной активности в течение дня.

Использование нетрадиционного физкультурного оборудования в системе работы по формированию двигательной активности детей способствует более быстрому и качественному формированию двигательных умений и навыков, повышению интереса к физкультурным занятиям.

Сегодня я хочу поделиться с вами своим опытом, который мне помогает заинтересовать детей на занятиях физкультуры, укрепить здоровье дошкольников, повысить двигательную активность и физическое развитие:

мышцы рук и ног, координацию движений, меткость, ловкость и внимание.

Предлагаю вашему вниманию свой мастер класс

«Альтернатива» - Использование нетрадиционного оборудования для развития двигательной активности дошкольников.

Эта тема для меня очень интересна, так как оборудование можно изготовить из бросового материала своими руками, подарить вторую жизнь ненужным вещам и использовать их на занятиях физической культуры многофункционально, творчески проявляя свою выдумку и фантазию.

ФОП ДО оставляет за организацией право самостоятельного проектирования РППС.

С учетом возможности реализации образовательной программы организации в различных организационных моделях и формах РППС должна соответствовать: требованиям ФГОС ДО; материально – техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОО; возрастным особенностям детей;

Предметно – пространственная среда в Организации должна соответствовать санитарно-гигиеническим правилам, обеспечивать условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогов.

Наше нетрадиционное оборудование соответствует всем нормам ФГОС ДО:

1. безопасно
2. трансформируемо;
3. удобно к применению;
4. доступно;
5. эстетично.

Сейчас предлагаю применить на практике моё оборудование.

«Массажеры»

Материал: - пластмассовые капсулы, ручки, от пластиковых пятилитровых бутылок и шнура.

Массажеры используем для укрепления спины, груди и ног, снятия усталости, улучшение циркуляции крови.

Мы можем применять для выполнения ОРУ, использовать как ориентиры в прыжках в длину с места, в эстафете в паре «Самая быстрая пара»

«Бабочки»

Материал: верёвочки, сплетены из капронового шнура, деревянные палочки, на конце бабочки из бумаги.

Развивают мелкую моторику, ловкость и быстроту реакции

- мы можем использовать, для прыжков в высоту и для дыхательного упражнения.

«Бильбоке»

- Игрушка бильбоке рассчитана на любой возраст, начиная с 4-5 лет. На первый взгляд игрушка-забава бильбоке очень простая, задача играющего состоит в том, чтобы попасть шариком, привязанным на шнурке, в чашечку, прикрепленную к концу того же стержня. Но на самом деле она достаточно разнообразна в правилах игры. Количество участников может быть не ограничено - интересно будет и одному ребенку, и двум, и пяти. Можно играть одновременно в несколько бильбоке, а можно и в один по очереди.

Данная игра очень полезна для развития у детей ловкости, глазомера, скорости реакции, координации и настойчивости.

Материал: пластиковые бутылочки, верёвка, капсулы от киндеров, цветная изолента.

«Скакалка – развивалка»

Материал: шнур капроновый и капсулы от киндеров, ручки.

- Скакалку мы можем использовать для прыжков, можно использовать как палочку для подлезания, перешагивания и, перепрыгивая через неё и даже использовать как сетку для перебрасывания мячей, метания снежков или мешочков. Можно использовать для разных эстафет.

«Пляжный волейбол»

Материал: большое полотно из укрывного материала и лёгкий мяч.

Используем для подвижной игры «Пляжный волейбол» игры двумя командами, перебрасывая и ловя мяч полотном. А можно использовать и для игры «Пляжный футбол».

28 июля 1923 года – День рождение Российского волейбола

Именно в этот день в Москве на Мясницкой улице состоялся первый официальный матч между командами Высших художественно-технических мастерских и Государственного техникума кинематографа.

2023 году отмечен 100 летний юбилей Российского волейбола, к этому событию были проведены мероприятия, где мы использовали игру «Пляжный волейбол»

Вывод: Важным направлением в развитии двигательной активности детей дошкольного возраста и формированием основ ЗОЖ является правильно организованная предметно-пространственная среда. И в этом нам поможет нетрадиционное оборудование.

Список литературы:

1. Грядкина Т.С. Тренажеры для дошкольников /Т.С. Грядкина/,СПБ 1992г. с.58
2. Доронина М.А. Роль нестандартного оборудования в физическом развитии детей дошкольного возраста /М.А.Доронина// Дошкольная педагогика – 2012-285с.
3. Зеленин В. Применение на физических занятиях нестандартного оборудования /В.Зеленин/, //Дошкольное воспитание,1987 №7 с.30-32
4. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2019/04/10/proekt-ispolzovanie-netraditsionnogo-oborudovaniya-v-fizkulturno>
5. <https://www.maam.ru/blogs/download37988.html>

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОЦИО –ИГРОВОЙ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА – КАК УСЛОВИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО И ФОП

Г.А. Кононова, методист,

МАДОУ «Детский сад № 407», г.Пермь.

Т.Р. Кузнецова, инструктор по физической культуре,

МАДОУ «Детский сад № 407», г.Пермь.

Л.В. Романова, инструктор по физической культуре,

МАДОУ «Детский сад № 407», г.Пермь.

Цель: презентация современного педагогического опыта по применению социо-игровой технологии в работе с дошкольниками в области «Физическое развитие», направленного на реализацию требований ФГОС ДО и ФОП.

Задачи:

1. В процессе активного педагогического общения познакомить участников мастер-класса с методами социо-игровой технологии, применяемыми в физическом развитии дошкольников.
2. Содействовать повышению профессиональных компетенций, творческому развитию и самореализации педагогов, мотивации их на системное использование в практике инновационной социо-игровой технологии.

Актуальность. ФГОС ДО впервые определяет создание образовательной среды с позиции поддержки детской инициативы, индивидуализации и коммуникации (п. 1.4, 2.8), акцентирует внимание на построении образовательной деятельности на основе развивающего взаимодействия взрослых с детьми, на создании условий для выражения чувств и мыслей, для добровольного выбора участников совместной деятельности, развития умения работать в группе, инициативности и самостоятельности.

Одним из сквозных механизмов развития ребенка в период дошкольного детства является – игра. (п 2.7 ФГОС ДО).

У классика П. И. Чайковского в опере «Пиковая дама» есть такие слова: «Что наша жизнь? – игра!». Взяв это утверждение за основу, мы нашли такой современный «инструмент» взаимодействия с дошкольниками. Это инновационная **социо-игровая технология**, которая предполагает интеграцию всех видов деятельности, что в практике дошкольных учреждений наиболее ценно и актуально. Основная идея заключается в организации собственной деятельности детей. Собственная деятельность – это та деятельность, которой ребенок хочет заниматься и в которой он: делает, слушает, смотрит и говорит.

Авторы СИТ: Букатов Е., Ершова А.П., Шулешко Е.Е.

Цель технологии: развитие социальных качеств личности, формирование коммуникативной культуры детей через использование игры как основной формы организации жизни детей дошкольного возраста.

Принципы, которые лежат в основе данной технологии, в высокой мере актуальны для современного воспитания и обучения дошкольников:

1. Педагог – равноправный партнёр. Он умеет интересно играть, организует игры, выдумывает их.
2. Снятие судейской роли с педагога и передача её детям предопределяет снятие страха ошибки у детей.

3. Свобода и самостоятельность в выборе детьми знаний, умений и навыков. Свобода не означает вседозволенность. Это подчинение своих действий общим правилам.
4. Смена мизансцены, то есть обстановки, когда дети могут общаться в разных уголках группы.
5. Ориентация на индивидуальные открытия. Дети становятся соучастниками игры.
6. Преодоление трудностей. У детей не вызывает интереса то, что просто, а что трудно – то интересно.
7. Движение и активность.

Сегодня просто необходимо наличие у педагога нового взгляда на ребёнка как на субъект (а не объект) воспитания, как на партнёра по совместной деятельности:

Как можно применить данную технологию в физическом развитии дошкольников?

Для создания социо-игрового стиля обучения и развития детей используются игры социо-игровой направленности:

1. Игры-задания для рабочего настроения. Главная задача игр – пробудить интерес детей друг к другу, поставить участников игры в какие-то зависимости друг от друга, обеспечивающие общее повышение мобилизации внимания и тела.
2. Игры-разминки – объединяются своей всеобщей доступностью, быстро возникающей азартностью и смешным, несерьёзным выигрышем. В них доминирует механизм деятельного и психологически эффективного отдыха.
3. Игры для социо-игрового приобщения к делу, во время выполнения которых выстраиваются деловые взаимоотношения педагога с детьми, и детей друг с другом.
4. Игры для творческого самоутверждения – развивают умение выражать свои потребности и чувства с помощью вербальных и невербальных средств. Эти игры способствуют развитию воображения, наблюдательности, творчества, служат для обогащения выразительных средств общения - пластики, мимики, жестов, развивают умение владеть своим телом.
5. Игры вольные, выполнение которых требует простора и свободы передвижения. Они интересны детям, лаконичны, выразительны, доступны. В них много юмора, шуток, соревновательного задора.

Такая последовательность игр и составляет содержательную основу социо-игрового сеанса. Социо-игровой сеанс (СИС) – основная форма организации образовательной деятельности с детьми, которая имеет чаще всего определенную тематику. В зависимости от темы, возраста, уровня развития их коммуникативных способностей педагог ставит задачи познавательного, коммуникативного развития и, в нашем случае, задачи развития движений и физических качеств.

Результаты реализации социо-игровой технологии в физическом развитии детей дошкольного возраста:

- у детей развивается речевое взаимодействие, коммуникативные способности и качества;
- формируется умение выражать свои потребности и чувства с помощью вербальных и невербальных средств;
- обогащается двигательный опыт через командные игры и упражнения;
- дети умеют отстаивать свою позицию, разумно и доброжелательно возражать сверстникам и взрослым;
- дети умеют слушать и слышать друг друга, договариваться, приходить к согласию, взаимодействовать и сотрудничать;
- сформировано позитивное отношение к окружающему миру, другим людям, самому себе, к сверстникам.

Практическая часть. Социо игровой сеанс с педагогами «Палочка-выручалочка».

№	Этап СИС	Задачи	Варианты игр	Методические рекомендации
---	----------	--------	--------------	---------------------------

1	Игры для создания рабочего настроения	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать умения согласовывать свои действия с действиями остальных участников; - Активизировать знания о признаках (характеристиках) гимнастической палки. 	«Волшебная палочка»	Педагоги встают в круг. Ведущий передаёт палку участнику справа и просит сказать одним словом, какая палка (прилагательное), далее палка передаётся следующему по кругу с аналогичным заданием. Ответы не должны повторяться.
2	Игры - разминки	<ul style="list-style-type: none"> - Побудить в проявлении своих индивидуальных двигательных умений с гимнастической палкой и развитии двигательной памяти. - Поддерживать желание помочь друг другу. - Учить оперативно выполнять задание для объединения в команды. 	«Движения по-памяти»	Игроки встают в полукруг. Ведущий предлагает всем участникам вспомнить разные упражнения (движения) с гимнастической палкой. Первый игрок выполняет одно движение с палкой, второй участник повторяет первое движение и добавляет свое. Третий участник выполняет первые два и добавляет свое и т.д. Самая сложная задача у последнего игрока, которому нужно выполнить все движения в правильной последовательности. Далее ведущий предлагает игрокам объединиться в две команды. Варианты: расчёт на первый-второй, «кустик-ягодка».
3	Игры творческого самоутверждения	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать умение выразить свою индивидуальность при решении совместных задач. - Побуждать в проявлении творческих способностей в изображении воображаемого действия с несуществующим предметом. 	«Превращение предмета» (гимнастической палки)	Команды строятся напротив друг друга. Ведущий даёт командам 30 сек. для совместного обдумывания, какие знакомые в быту действия можно совершить с гимнастической палкой («удочка», «ружьё», «лопата» и др.) Далее команды по очереди показывают эти движения. Чья команда больше покажет движений, та и выигрывает.
4	Игры социо-игрового приобщения	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать опыт взаимодействия в парах, преодоление 	«Дружно шагай, палку не теряй»	Команды строятся парами в две колонны. По сигналу первая пара кладет гимнастическую палку на ступни ног (свою и соседа).

	ия к делу	тактильного контакта. -Развивать ловкость и быстроту.		Задача – пройти паре с палкой на ногах до конуса, обратно и передать палку следующей паре. Если палка упадёт с ног, её нужно вернуть обратно и продолжить движение. Учитывается скорость выполнения задания.
5	Игры вольные	- Развивать чувство удовлетворенности и от совместной деятельности.	«Не урони!»	Участники встают в круг (на расстоянии шага друг от друга), держат по одной палке в руке в упоре на полу. Ведущий даёт 30 сек., за которое команда должна переместиться по кругу до отправной точки, не уронив палки.

Рефлексия. Подведение итогов. Игра: «Волшебный микрофон»

Участники мастер-класса передают по кругу «Волшебный микрофон» и отвечают на вопрос ведущего:

- какое сегодня у вас настроение после участия в мастер-классе?
- для вас актуальна тема мастер-класса?
- что для вас было интересным?
- что нового вы сегодня узнали?
- вы открыли для себя что-то новое?
- тот опыт, с которым вы сегодня познакомились вызвал у вас интерес?
- есть ли у вас желание апробировать эту технологию на практике?

Вывод: Реализация социо-игровых технологий обеспечивает интеграцию всех видов деятельности и образовательных областей, стимулирует проявление детской инициативы и обеспечивает свободу самостоятельного детского выбора, что становится надежной предпосылкой успешной социализации детей на следующих ступенях образования и жизни.

Список литературы:

1. Герасимова Е.Н. «Педагогические основы построения образовательного процесса в разновозрастной группе детского сада» Автореферат докт. диссертации СПб 2002.
2. Игры для детского сада. Развитие талантов ребенка через игру. Иллюстрированный словарь игровых приемов / Под общей ред. В. М. Букатова. СПб.: Речь; Образовательные проекты; М.: Сфера, 2009. – 189 с.
3. Карманная энциклопедия социоигровых приемов обучения дошкольников: справочно-методическое пособие для воспитателей старших и подготовительных групп детского сада / Под общей редакцией В.М. Букатова – СПб: Образовательные проекты; М: НИИ школьных технологий, 2008.
4. Ершова А.П., Букатов В.М. Возвращение к таланту: Педагогам о социо-игровом стиле работы. — Красноярск, 1999. — 221 с.
5. Социально-личностное развитие дошкольников: программа, планирование, занятие, дидактические материалы. Старшая группа/ авт. -сост. Л.А. Загуменная. Волгоград: Учитель, 2012. – 231с.
6. Хабарова Т.В. «Социоигровая технология в работе со старшими дошкольниками. Издательство Детство-Пресс: ФГОС»,

МАСТЕР – КЛАСС
«ПРАВИЛЬНАЯ ОСАНКА – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ И УСПЕХА»

Безгодова Татьяна Владимировна, воспитатель,
МБОУ «ВОК» СП Детский сад 2 корпус 2

Ситникова Екатерина Павловна, воспитатель,
МБОУ «ВОК» СП Детский сад 2 корпус 2

Шестакова Елена Рудольфовна, воспитатель,
МБОУ «ВОК» СП Детский сад 2 корпус 2

Цель: Демонстрация опыта работы с детьми дошкольного возраста по формированию правильной осанки.

Задачи:

- Погрузить педагогов в проблему по формированию правильной осанки.
- Показать систему педагогической работы с детьми старшего дошкольного возраста.
- Отрефлексировать практическую деятельность с участниками мастер – класса.

Оборудование: электронная презентация, доска, мел.

Методы и приёмы работы с аудиторией: методы наглядные, словесные, практические: проблемная ситуация, упражнения по профилактике нарушения осанки.

Ход мастер – класса:

Обоснование проблемы.

Упражнение «Воздушный шар» (о ценности здоровья для человека). [4]

Нарисуйте воздушный шар, который летит над землей. Дорисуйте человечка в корзине воздушного шара. Это Вы. Вокруг Вас голубое небо, ярко светит солнце. Напишите, какие 9 ценностей важные для Вас настолько, что Вы взяли бы их с собой в путешествие (например, деньги, здоровье, семья, работа, любовь и др.). А теперь представьте, что ваш воздушный шар начал снижаться и грозит скоро упасть. Вам нужно избавиться от балласта, чтобы подняться вверх. Сбросьте балласт, то есть вычеркните 3 (а потом еще 3) слова из списка. Что вы оставили в списке?

Все зачитывают по кругу свои жизненные ценности (ведущий записывает их на доске). Если слова повторяются, то ставятся плюсы. Затем определяется рейтинг жизненных ценностей по количеству плюсов и по важности для присутствующих. Например, 1 место – здоровье, 2 место - семья и т.д.

«Здоровье - не все, но все без здоровья – ничто» **слова** Сократа актуальны и сегодня. На протяжении последних десятилетий в нашей стране сложилась тревожная тенденция ухудшения физического развития и состояния здоровья всего населения, в том числе детей

Одна из важнейших проблем, требующих решения, – это проблема ориентации системы образования на здоровьесберегающее обучение и воспитание.

Актуальность. Важная роль взрослых заключается в том, что мы формируем практический опыт ребёнка по сохранению и укреплению здоровья. В детском саду, дома, в школе дети большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, у телевизора, с гаджетами, и т. д.). Отсюда снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, зрения, появление плоскостопия, возможна задержка возрастного развития, и формирования физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Учитывая эти факты, считаем, что предупреждение нарушений опорно-двигательного аппарата и снижение зрения возможно в педагогической практике дошкольных учреждений, поскольку большую часть времени ребенок проводит в группе. Поэтому от того, насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации

двигательного режима детей, зависит сохранение и укрепление здоровья наших воспитанников.

Вопрос: Что такое осанка?

Обобщение ответов: По мнению Степаненковой Э.Я. «Правильная осанка – это не только внешний вид, это и хорошее здоровье» [6]

Вопрос: Назовите причины иметь правильную и здоровую осанку. [5]

Обобщение ответов:

Чем красивее спина, тем увереннее личность.

Хорошая осанка повысит уверенность в себе. Попробуйте это: вдохните и стойте прямо. Вы чувствуете себя лучше? А более уверенно?

Дыхание становится легким и более глубоким.

Попробуйте сделать следующее: сядьте и сгорбитесь. Сделайте вдох. Заметьте, что так тяжелее дышать. Это пример того, как наши мышцы и сухожилия сковываются и вызывают затруднения в дыхании.

Улучшается дыхание и пищеварение.

Хорошая осанка улучшает увеличивает вместимость легких, помогая обращению кислорода и пищи в организме.

Вы выглядите более стройными и молодыми.

Имея хорошую осанку, вы будете выглядеть стройнее и моложе. А настроение может отразиться на осанке. Когда вы счастливы, вы хорошо себя чувствуете – осанка прямая. А унылые люди часто стоят или сидят с сутулившейся.

Помогает мышцам и суставам.

Хорошее положение позволяет мышцам работать более эффективно, позволяет телу использовать меньше энергии и тем самым, предотвращая усталость.

Улучшает мышление.

При не правильной осанке снижаются окислительные процессы в организме, что и ведет к понижению физической и умственной работоспособности как ребенка, так и взрослого.

Здоровый позвоночник

Правильная осанка – простой, но очень важный способ для поддержания позвоночника. Есть такая поговорка: «Человек настолько молод, насколько молод и здоров его позвоночник».

Вопрос: Причины и факторы, способствующих нарушению осанки: [3]

Обобщение ответов:

1. Наследственная предрасположенность (болезнь внутренних органов, травмы).
2. Неправильная поза при выполнении различных видов деятельности с использованием инвентаря, не отвечающего возрастным особенностям детей
3. Ношение тяжестей
4. Неправильная организация ночного сна детей, неудобная мебель
5. Плоскостопие
6. Гиподинамия (недостаток двигательной активности)
7. Плохое освящение,

Вывод: «Ничто так не истощает и не разрушает человека, как продолжительное физическое бездействие» Аристотель.

Современные технологии воспитания, должны быть ориентированы на охрану жизни и укрепление здоровья детей

В нашем дошкольном учреждении профилактическая работа осуществляется через различные виды специально организованной деятельности с обязательным включением корректирующих элементов на укрепление и сохранение правильной осанки по двум направлениям, с детьми и родителями:

Работа с детьми:

Работу по формированию навыков правильной осанки мы проводим постоянно со всеми детьми. Самое эффективное средство профилактики нарушений осанки – это физические

упражнения и гимнастика. Физические упражнения очень хорошо развивают и укрепляют опорно-двигательный аппарат, для того, чтобы упражнения воздействовали достаточно точно, они должны выполняться интенсивно, то есть выше обычного уровня возможности детей. Сначала даем более легкие упражнения с постепенным переходом к более трудным. Систематические занятия играми, разными видами гимнастики, спортом, закаливающие процедуры тонизируют нервную систему, снижают утомляемость и повышают общую работоспособность детского организма. [1]

- Гимнастика (утренняя, просыпательная)
- Подвижные спортивные игры
- Физические упражнения на прогулке
- Двигательные паузы, физминутки
- Оздоровительный бег
- Физкультурно-массовые мероприятия
- Прогулки-походы (пешие, лыжные)
- Самостоятельная двигательная деятельность
- Закаливающие процедуры

Работа с родителями:

Чтобы выявить общую информированность родителей по вопросу формирования правильной осанки у детей дошкольного возраста нами было проведено анкетирование. По результатам анкетирования можно сделать следующий вывод- для всех родителей данная проблема актуальна; все понимают, что правильная осанка – залог здоровья и красоты; но нет семейного опыта в организации профилактики дома. Совместно с инструктором по адаптивной физкультуре мы организовали консультацию-практикум «За здоровьем становись», где рассказали родителям о главных этапах формирования осанки у ребенка, а также об основном средстве профилактики её нарушения. Также у нас активно ведется **пропаганда здорового образа жизни: в группах оформлены папки – передвижки; проводятся оздоровительно-спортивные праздники, досуги, походы, семейные вечера отдыха и др.** Мы получили только положительные отзывы от родителей. Посещаемость утренней зарядки в группе заметно возросла.

Древнегреческий философ Сократ опроверг высказывание **«В споре рождается истина» Он считал, что только в диалоге или в дискуссии равных людей возможен поиск истины. Дискуссия предполагает совместный поиск наиболее верного решения.**

Мы вам предлагаем вступить в дискуссию и ответить на вопрос «Что мешает ребёнку быть здоровыми и сохранить правильную осанку?» с позиции воспитателя, родителя и администрации.

Участники делятся на 3 команды: «Воспитатели», «Родители», «Администрация»

Участникам каждой группы необходимо в письменном виде определить те причины, которые с их точки зрения, мешают ребёнку, посещающему детский сад, быть здоровым и иметь правильную осанку.

В ходе дискуссии мы выявили причины, которые мешают ребёнку в детском саду быть здоровым и сохранить правильную осанку.

Для устранения данных причин следует найти верное решение. Продолжается работа в группах.

С позиции воспитателя: систематическое использование разработанных комплексов упражнений, которые способствуют формированию правильной осанки и рекомендации родителям.

С позиции родителей: прописать создание условий дома для сохранения здоровья и правильной осанки.

С позиции администрации: разработать план мероприятий по сохранению здоровья и формированию правильной осанки.

В нашей совместной работе мы выявили истину: здоровье детей – это цель, где, безусловно, сходятся интересы семьи и учреждения. Прививая ребенку любовь к физической культуре, не будет необходимости исправлять у него осанку.

Список литературы

1. А.С. Галанов «Игры, которые лечат» Москва «Просвещение» 2008
2. О.В. Козырев «Лечебная физкультура для дошкольников» Москва «Просвещение» 2003
3. Ю.А. Кириллова «О здоровье всерьез. Профилактика нарушения осанки и плоскостопия у дошкольников» изд. Детство – Пресс 2015
4. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/03/18/delovaya-igra-s-elementami-treninga-dlya-pedagogov>
5. <https://ergostol.ru/blog/pochemu-vazhno-imet-khoroshuyu-osanku/?ysclid=lu10hagqh973456103>
6. <https://nsportal.ru/vuz/pedagogicheskie-nauki/library/2015/12/13/vkr-vliyanie-fizicheskogo-vospitaniya-na-formirovanie>

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ ЗАНЯТИЯМИ СПОРТОМ СРЕДИ ВСЕХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

МАСТЕР КЛАСС ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «БАЛАНСИР- НЕЙРОТРЕНАЖЕР ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА»

Е.Ю. Бражникова, инструктор по физической культуре
МБДОУ «Детский сад №11» г.Лысьвы

Е.А. Булатова, инструктор по физической культуре
МБДОУ «Детский сад №11» г.Лысьвы

Цель: Повышение родительской грамотности по вопросам коррекции речевых и психических процессов, развития физических качеств и укрепление здоровья детей средствами упражнений и игр с использованием нестандартного оборудования – балансира.

Задачи:

- познакомить родителей с нестандартным оборудованием-балансирами;
- актуализировать значение физических упражнений на балансирах для укрепления физического и психического здоровья и развития ребёнка.
- обучить приемам занятий на балансирах;

Ход мастер класса:

Здравствуйте уважаемые родители!

Сегодня мы хотим вас познакомить с нестандартным оборудованием (показываем балансиры) Вы знаете, что это и для чего применяется?

(Высказывания родителей)

Это балансир – нейротренажер, который учит ребенка чувствовать расположение и вес тела, контролировать равновесие.

Доски для балансировки представляют собой лишенную устойчивости поверхность, на которой необходимо удержаться. Такой тренажер многие используют для отработки основных движений в серфинге и сноуборде.

Польза от занятий на балансирах:

- развивается координация;

- укрепляются все мышцы тела, опорно-двигательный аппарат;
- улучшается осанка
- улучшается мозговая деятельность;
- вырабатывается чувство равновесия;
- развиваются умственные способности, внимание, память, речь;
- занятия на балансирах положительно воздействуют на мозжечок, отвечающий за эмоции.

Приступать к занятиям на тренажере можно уже по достижению ребенком 1 года.

Начинать тренировку необходимо с легких упражнений; не следует делать резкие движения или выполнять их в быстром темпе; необходимо использовать дополнительную опору (это может быть стол или стул).

В настоящее время существует огромное количество балансиров, отличающихся по форме, высоте, устойчивости, набору функций и т.д. Балансир может быть деревянным или пластиковым. Использование балансира для взрослых не всегда может принести пользу ребенку. Именно поэтому, при выборе балансира, необходимо руководствоваться возрастом ребенка, а также его физическими особенностями.

Сегодня мы предлагаем вам ознакомиться с некоторыми упражнениями на балансирах. Задания эти направлены на синхронизацию двигательных и познавательных навыков, развитие зрительно-моторной координации. Для каждого ребенка разрабатывается индивидуальная программа, при этом учитывается возраст ребенка, его возможности и особенности.

Приглашаем 4-ех родителей, встаньте на балансир, что вы чувствуете?

(Родители высказываются о своих ощущениях). Мы покажем для вас упражнения на развитие равновесия, координации движений рука-глаз и укрепление мышц туловища.

Педагог показывает упражнения, родители повторяют упражнения за педагогом:

1. Залезть и слезть с доски: а) спереди; б) сзади; в) с обеих сторон.
2. В положении сидя «по-турецки», раскачивая доску удерживать равновесие.
3. Сидя на доске, выполняем упражнение для рук «Имитация плавания».
4. Ребенок в положении стоя медленно покачивается вперед-назад.
5. Положение то же. Круговые вращения ладонями, сжатыми в кулаки, а затем выполняем движения руками вперед, а затем назад:
8. Положение: стоя на балансирах
 - а) Обе руки положить на грудь
 - б) Поднять руки над головой
 - в) Прямые руки в сторону
 - г) Нагнуться, достать пальцы ног

Далее задания усложняются: Например, обмениваясь мячом, называем буквы алфавита, домашних и диких животных и т.п., дни недели, сосчитать до 10 в прямом и обратном порядке, назвать 10 слов на звук Л, 5 прилагательных о нашем мастер-классе.

Подводя итог нашего мероприятия, хотелось бы поблагодарить вас за участие и услышать мнение об использовании балансира, в качестве тренажера для занятий с детьми и общее впечатление от прошедшего мастер-класса. Продолжите фразу, которая начинается со слова БАЛАНСИР. Например, балансир – это трудно, но интересно и полезно. Балансир помогает развить координацию движений. Балансир – это следующая покупка в нашей семье. Балансир - незаменимая вещь для развития ребёнка и т.д.

Список литературы

1. Педяш Н.А. Мозжечковая стимуляция – метод двигательной нейропсихологической коррекции. URL: <https://www.b17.ru/article/113707/>
2. Помазкова Н.А. Мозжечковая стимуляция как эффективный метод речевого развития (авторская разработка) / Н.А. Помазкова, О.В. Усманова. – Текст: непосредственный // Вопросы дошкольной педагогики. – 2020. - №8. – С. 54-61.

3. Сиротюк А.Л., Сиротюк А.С. Роль мозжечковой стимуляции в психическом развитии детей дошкольного возраста // Вестник экспериментального образования. 2015. №3.
URL: <http://www.ppsacade>.
4. Чиркина Г.В., Русецкая М.Н. Визуальный тренажёр: Альбом для занятий с детьми 5-7 лет. — М.: АРКТИ, 2007. — 72 с.

НЕТРАДИЦИОННОЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ СВОИМИ РУКАМИ МАССАЖЁРЫ ДЛЯ СТОП И КИСТЕЙ РУК

Л. Г. Антипина, воспитатель,
МБДОУ «Радуга» здание 5, Пермский край, г. Красновишерск

Актуальность В нашей стране свалки сейчас занимают десятки тысяч гектаров земли. Ежедневно люди выбрасывают много мусора: пластиковые бутылки, различные упаковки, капсулы от киндер сюрпризов, пенопласт, пластмассовые крышки, фантики от конфет и т. д. Много из этого мусора может получить вторую жизнь, став нестандартным спортивным оборудованием. А если меньше выбрасывать мусора, значит и окружающая среда будет более экологически чистой. Наш коллектив очень заинтересовал этот вопрос, и мы увлеклись конструированием из бросового материала. Постепенно в это занятие вовлекли и детей, и их родителей. Изготавливая очередной инвентарь, мы испытываем массу удовольствия. Но ещё больше радуется, когда видишь, что наши поделки находят применение в образовательной деятельности и в жизни детей в детском саду.

Цель: внести в воспитательно–образовательный процесс по физическому воспитанию элемент новизны, с помощью яркого нестандартного оборудования. Вызвать у детей интерес к занятиям физкультурой. Задачи: Повысить интерес детей к выполнению основных движений и игр. Способствовать формированию интереса к нестандартному оборудованию. Способствовать развитию творчества, фантазии при использовании нестандартного оборудования. Мотивировать детей на двигательную активность, через использование нестандартного оборудования в самостоятельных видах деятельности. Способствовать развитию мышц рук и ног, координации движений, развитию меткости, ловкости, внимания.

Нестандартное оборудование обеспечивает:

1. Развитие интереса у детей к физкультурным занятиям.
2. Улучшение качества выполнения упражнений.
3. Формирование правильной осанки и профилактики плоскостопия.
4. Улучшение координации движений, увеличение силы и выносливости мышц.
5. Установление контакта между педагогами и родителями.

Нестандартное оборудование используется:

1. На утренней гимнастике.
2. На корригирующей гимнастике.
3. На физкультурных занятиях.
4. На праздниках и развлечениях.
5. В дыхательной гимнастике.

6. В упражнениях в релаксации.
7. На прогулках.
8. В индивидуальной работе с детьми.
9. В самостоятельной деятельности детей.

Нестандартное оборудование должно быть:

- безопасным;
- удобным к применению; компактным;
- универсальным;
- технологичным и простым в применении;
- максимально эффективным;
- эстетичным.

Что такое нестандартное оборудование? Это не что иное, как дополнение, доработка, фантазия взрослых и детей. Нестандартное оборудование - это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. Разработанные в нашем детском саду пособия и нестандартное оборудование - несложные и недорогие. Использование этих пособий и оборудования увеличивает кол-во упражнений для разных групп мышц, а также позволяет применять дифференцированный метод работы с ребятами. Изготовление этого оборудования не занимает много времени и средств так как используется бросовый материал. Применение этого оборудования позволяет в значительной мере повысить моторную плотность занятий, исключить простои детей при выполнении основных видов движений., снизить или повысить нагрузку, поднять настроение у детей. Преимущество этого оборудования в том, что его можно использовать многопланово, и для развития основных видов движений на занятиях, при выполнении упражнений в самостоятельной двигательной деятельности, во время прогулок, для выполнения ОРУ, при проведении развлечений, праздников, игр, эстафет, с целью профилактики различных заболеваний (плоскостопия, нарушении осанки), как средство закаливания, для развития внимания, быстроты реакции, ловкости, Можно ли без особых затрат обновить игровой спортивный инвентарь? Если у вас есть желание что-то сделать своими руками и немного фантазии, вы легко справитесь с этой задачей. Сегодня мы покажем нетрадиционное физкультурное оборудование, созданное своими руками для проведения физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.

Цель: Стимулирование и совершенствование двигательных способностей и физических качеств у детей посредством использования нестандартного оборудования.

Задачи:

- формировать интерес к нетрадиционному оборудованию;
- приобщать родителей к изготовлению пособий для физического развития детей своими руками;
- развивать творчество, фантазию при изготовлении нетрадиционного оборудования;
- мотивировать детей на двигательную активность, через использование нетрадиционного оборудования в самостоятельных видах деятельности;
- развивать ловкость, глазомер, равновесие, координацию движения.

Ход выступления:

Одна из приоритетных задач по укреплению здоровья ребенка - привить навыков здорового образа жизни, создание мотивации для занятий физической культурой. Далеко не последнюю роль в этом вопросе играет правильно организованная предметно-пространственная среда. Она должна быть интересной, развивающей и располагающей к физической активности.

Представляю вашему вниманию нетрадиционное оборудование из бросового материала, созданное в рамках проекта «Бережливый детский сад».

Нетрадиционное физкультурное оборудование - это оборудование, сделанное своими руками из подручных средств и материалов.

Новизна заключается в необычной форме и красочности нестандартного оборудования, которые привлекают внимание детей и повышают их интерес к выполнению основных движений и упражнений и способствуют высокому эмоциональному тону во время занятий.

Описание: массажёры для стоп изготовлены из картонных цилиндров, обтянуты сверху флисом. Украшены тесьмой. Сверху на цилиндры надеты цветные резинки-пружинки для волос.

«Массажеры» Цель: укрепление мышц спины, груди и ног . Помогают оказывать позитивное влияние на рост и развитие детского организма, снимают усталость, улучшают циркуляцию крови, успокаивают нервную систему дошкольников. Массаж проводится для повышения общего тонуса организма, для укрепления иммунитета и улучшения эмоционального состояния ребёнка.

Список литературы

1. Андреев Л.И. Двигательные возможности детей и подростков // Проблемы возрастной физиологии. - М: Педагогика, 2011. - 361 с.
2. Бабина, К.С. Утренняя гимнастика в детском саду М.: Физическое воспитание, 2012. - 189 с.
3. Богина, Т.Д. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. - М.: Мозаика - Синтез, 2012. - 312 с.
4. Богданов, Т.П. Физическая нагрузка при развитии выносливости и быстроты в беге // Физкультура в школе. - 2012. - 187 с.
5. Бальсевич, В.Х. Физическая культура для всех и каждого. - М.: Физкультура и спорт. - 2011. - 208 с.
6. Велитченко, В.К. Физкультура для ослабленных детей: методическое пособие. М.: Терра-Спорт, 2011. - 320 с.

МАСТЕР - КЛАССА:

«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦВЕТНЫХ ОРИЕНТИРОВ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ И ЛОВКОСТИ У ДОШКОЛЬНИКОВ»

И. А. Дерендяева, инструктор по физической культуре
*Структурное подразделение – Детский сад МБОУ «Сивинская СОШ»,
Сивинский муниципальный округ*

Цель: Создать условия для повышения педагогической компетентности участников мастер-класса по использованию цветных ориентиров, для развития координации и ловкости у дошкольников.

Задачи:

- Познакомить участников мастер – класса с приёмами развития координации и ловкости у детей дошкольного возраста, через использование цветных ориентиров;
- Совершенствовать практические умения и навыки педагогов, необходимых при использовании цветных ориентиров;
- Выполнить совместно предложенные мастером упражнения с цветными ориентирами;
- Вызвать положительные эмоции и желание применить полученные знания и умения в своей работе.

Участники: педагоги – участники конференции

Актуальность

Подготовка к обучению в школе требует от детей значительного психофизиологического напряжения, поэтому особую значимость приобретают вопросы повышения общей физической подготовленности, развития основных физических качеств. Современные образовательные программы и требования к содержанию и методам работы, осуществляемые в ДОУ, нацелены на формирование двигательной культуры у дошкольников. В период дошкольного детства происходит быстрое изменение строения и функций организма, активно развиваются физические способности, среди которых ведущее место занимает координация движений и ловкость.

Вот что об этом важном физическом качестве говорил ученый Николай Александрович Бернштейн: «Координация движений есть преодоление избыточных степеней свободы движущегося органа, иными словами, превращение последнего в управляемую систему».

Координационные способности - это способность быстро, точно, экономно решать двигательные задачи. В свою очередь ловкость выражается в умениях быстро овладевать новыми движениями, точно дифференцировать различные характеристики движений и управлять ими, импровизировать в процессе двигательной деятельности в соответствии с меняющейся обстановкой.

В сложившихся современных условиях очевидна необходимость поиска более эффективных способов развития координационных способностей у детей дошкольного возраста. То есть, использование современного спортивного оборудования, является перспективным средством повышения качества образовательной деятельности ДОУ. Использование на физкультурных занятиях нетрадиционного современного спортивного оборудования воспитывает у дошкольников интерес к двигательной деятельности. Одним из таких оборудований является – цветные ориентиры: фишки, сигнальные конусы, плоские кольца.

Что же такое цветные ориентиры и для чего они нужны? Это фишки для футбола, цветные сигнальные конусы, плоские кольца диаметром 30 см и другие.

Цветные ориентиры предназначены для развития ловкости, скоростных качеств, баланса тела в движении, тренировки ускорений; они развивают координацию движений, позволяет отрабатывать технику основных двигательных действий.

Среди характерных особенностей ориентиров можно выделить такие как:

- вариативность (например, в применении: в разных видах двигательной активности, различных упражнениях; в изготовлении: из разнообразных материалов),
- мобильность (компактные, легкие),

- доступность (используется детьми всех уровней физической подготовленности, с детьми разного возраста),
- безопасность и простота в использовании.

При выполнении упражнений с цветными ориентирами на занятиях по физической культуре, необходимо соблюдать основные педагогические принципы обучения. Лучше начинать с простых и примитивных упражнений, постепенно усложняя и добавляя задания, для формирования соответствующих навыков.

Цветные ориентиры можно использовать в любой структурной части физкультурного занятия, как для разминок, утренней гимнастики, выполнения основных видов движений, так и в подвижных играх.

В заключении хотелось бы сказать, что в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования выделены основные линии личностного развития ребенка дошкольного возраста: самостоятельность, инициативность, творчество.

Для поддержания инициативы и самостоятельности в различных видах деятельности, в том числе и двигательной детям необходима поддержка педагогов. Поэтому цветные ориентиры необходимы в каждом физкультурном зале или в спортивном уголке, чтобы ребенок имел возможность взять их, выбрать упражнение или придумать свое, найти партнера для игры, научить другого тому, что умеет сам.

МАСТЕР-КЛАССА «ТРИ ШАГА К ФОРМИРОВАНИЮ «ПОЛЕЗНОГО» ДВИЖЕНИЯ

**Е.В. Суханова, инструктор по физической культуре,
МАДОУ «Академика», г. Пермь**

Здоровье должно быть в приоритете для каждого человека.

Начинать работать в направлении укрепления, сохранения и формирования здоровья необходимо с дошкольного возраста.

В детских садах ведется работа по организации оптимального двигательного режима. Очень часто, в погоне за большим объемом движений мы упускаем качество двигательного действия.

Качество освоения техники двигательного действия будет формироваться успешнее, если ее освоение будет включать: анализ контрольных точек, оценку и самооценку движения, контроль и самоконтроль.

Любое движение имеет контрольные точки, для ребенка это опорные сигналы, от которых зависит логика и результат двигательного действия. Необходимо четко обозначать детям контрольные точки в каждом упражнении. Детям старшего дошкольного возраста не всегда можно давать «готовые образцы», а создавать проблемную ситуацию для поиска контрольных точек. Частично-поисковый метод учит детей «слушать» свое тело: различать напряжение и расслабление, различать величину прилагаемых усилий.

На этапе углубленного разучивания движения, параллельно с работой над техникой, необходимо учить детей комментировать выполняемое движение и оценивать сначала одну контрольную точку в двигательном действии, затем несколько.

На основе оценки и самооценки постепенно формируется умение контролировать свои движения. Разберем несколько видов контроля: зрительный, мышечный, слуховой.

Наблюдая за техникой выполнения движений друг друга, и научившись ее оценивать, ребенок может оценить свою. На основе самооценки возникает регуляция собственной деятельности, самоконтроль.

Устойчивость овладения различными параметрами движения связана с многократными повторениями. Детям предоставляется возможность брать на себя роли исполнителя, консультанта, судьи, а также проявлять себя в различных видах двигательной деятельности, индивидуальных стартах, эстафетах, играх.

МАСТЕР – КЛАСС «РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЧЕРЕЗ ОРГАНИЗАЦИЮ КВЕСТ ИГРЫ»

**Н.А. Малахова, инструктор по физической культуре,
МБДОУ «Детский сад «Березка», Пермский край,
Нытвенский го, п. Уральский**

Когда к Вам в голову пришла
хорошая идея,
действуйте незамедлительно.
Билл Гейтс

Цель: Сформировать у участников мастер-класса представления о использовании квест - технологии с детьми дошкольного возраста.

Задачи:

1. Способствовать развитию у педагогов умения составлять квест-игру, направленную на физическое развитие старших дошкольников.
2. Содействовать практическому освоению навыков проектирования образовательной деятельности с применением квест – технологии для совершенствования двигательной активности у детей.

Ход мастер класса

Уважаемые коллеги! Представляю Вашему вниманию мастер-класс: «Развитие двигательной активности детей дошкольного возраста через организацию квест игры» Педагоги постоянно в поиске методов и приёмов, позволяющих заинтересовать детей, активизировать не только познавательную, но и двигательную деятельность, сформировать потребность играть.

Сегодня я поделюсь с вами опытом своей работы по использованию квест технологии в физическом развитии дошкольников.

Квест — это цепочка заданий, связанная между собой какой-либо тематикой, общей целью.

В процессе квеста дети сталкиваются с различными проблемами или персонажами, создающими проблемы, придумывают, как с ними справиться и в конце игры подходят к определенному результату.

Проводить игры можно в группе, в помещениях детского сада, во время прогулок, дома.

В своей работе я использую два вида квеста.

Первый - круговой квест. Он представляют собой замкнутый круг. Где старт и финиш находятся в одной точке. В ходе игры дети получают карту, двигаются по заданному маршруту, выполнив одно задание, получают следующее.

Второй квест – линейный. Его особенность в том, что игра построена по цепочке: выполнив одно задание, дети находят подсказку для следующего задания, тем самым приближаясь к цели.

При этом дети находятся в постоянном движении.

Сегодня я предлагаю вместе составить линейный квест на тему «Космос», направленный на физическое развитие детей старшего дошкольного возраста и приглашаю вас принять в нем участие.

(приглашение педагогов для участия в мастер-классе)

Реализация квеста осуществляется в несколько этапов.

Первый этап квеста – происходит знакомство с сюжетом, и распределение ролей. Воспитатель настраивает детей на игру, старается заинтересовать, заинтриговать, направить внимание на предстоящую деятельность.

Второй этап: постановка проблемы, для того, чтобы заинтересовать детей. Использовать **мотивационный прием** (телеграмму от героев, с прописанной инструкцией.)

В нашей квест игре мотивационный момент, следующий.

Детям в детский сад пришло интересное письмо, вот его содержание:

«Я космический путешественник, приветствую юных исследователей. Я очень рад, что вас заинтересовало мое письмо, и вы хотите узнать новое о космосе. Я приготовил для вас подарок, он находится на флешке».

«Детям нужно отгадать пароль, а для этого им нужно выполнить задания и найти подсказку».

Вот вам первая подсказка.

1 задание

Космонавтом чтобы стать,

Надо очень много знать.

Быть проворным и умелым,

Очень ловким, очень смелым.

Рано утром просыпаться

И зарядкой заниматься.

Космический путешественник предлагает нам сделать зарядку.

Выполняют музыкальную зарядку.

Песни к музыкальной зарядке: Алина Бостынец «Лунатики» - подсказка на картинке «Лунатики»

Третий этап: выполнение детьми различных заданий, при решении которых мы будем приближаться к цели.

Сегодня вам нужно будет придумать, разработать задания для этого этапа в виде эстафет или подвижных игр.

Я предлагаю вам картинки-подсказки и начало текста к подсказке. Участникам мастер класса предлагаются предметные картинки: солнце, лунатики, тубик, звезда, ракета, метеорит, планета, космонавт.

Варианты подсказок:

1. Подготовьте космонавта к полету и...

2. Постройте космическую...

3. Облетите вокруг...

4. Пройдите по ...

На последнем этапе: подводятся итоги квест игры и награждение победителей.

Давайте и мы подведем итоги нашего мастер класса. Сегодня мы составили разные варианты квест игры, представьте их, пожалуйста.

(выступление участников)

Молодцы. Наш квест подошел к концу, дети разгадали пароль и узнали, какой сюрприз находится на флешке. Их ждет мультфильм о космосе и интерактивная игра «Телескоп».

В заключении хочется сказать, что квест не только развивает детей физически, но и учит их работать в команде, решать задачи, достигать поставленных целей. Это отличный способ вовлечь детей в активную физкультурную деятельность и сделать занятие интересным и увлекательным.

Рефлексия:

А теперь подведем итоги нашей встречи

«Оценка»

Выберите звездочку.

И продолжите фразу, которая написана на обратной стороне звезды

«Незаконченное предложение»

- сегодня я узнал (а)...
- было интересно...
- я понял, что...
- теперь я могу...
- я приобрел...
- я попробую...
- меня удивило...
- мне захотелось...

Список литературы:

1. Электронный ресурс
2. Норкина О.С. Квест-моделирование как эффективная инновационная модель формирования системных представлений детей старшего дошкольного возраста (almanah.su)
3. Осяк С. А., Султанбекова С. С., Захарова Т.В., Яковлева Е. Н., Лобанова О. Б. Образовательный квест – современная интерактивная технология // Современные проблемы науки и образования. -2015.-№1-

**МАСТЕР-КЛАСС
ТИМБИЛДИНГ КАК ТЕХНОЛОГИЯ КОМАНДООБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКОГО И ВЗРОСЛОГО КОЛЛЕКТИВА В ДОУ**

И.В. Казакова, педагог-психолог,

МБОУ «Верецагинский образовательный комплекс» СП Вознесенская школа

Т.А. Какзакова, инструктор по физической культуре,

МБОУ «Верецагинский образовательный комплекс» СП Вознесенская школа

Цель: Повышение профессионального мастерства педагогов через ознакомление с технологией тимбилдинга.

Задачи:

- 1.Познакомить педагогов с технологией тимбилдинга, как средством формирования детского и взрослого коллектива.
3. Продемонстрировать игры на командообразование и сплочение коллектива.
3. Способствовать сохранению эмоционального благополучия участников мастер- класса.

Участники: педагоги ДОУ

Оборудование: ноутбук, проектор, мячи – 3 шт., тонкие карандаши или деревянные палочки по количеству участников.

Организационная часть.

Добрый день, уважаемые коллеги! Рады приветствовать Вас на нашем мастер-классе. И начать наш мастер-класс я бы хотела с одной популярной арифметически выраженной метафоры: $1+1=5$. Что означает, что два человека вместе могут сделать гораздо больше, чем каждый из них поодиночке. А теперь представьте, если это будет не два человека, а целая команда.

Коллеги, знакомо ли вам понятие «Тимбилдинг»? (Ответы участников)

Абсолютно, верно. В переводе с английского «Тимбилдинг» означает «командообразование», «построение команды». В литературе сложно найти единую дату первого упоминания этого термина. Но большинство ученых склонны считать родоначальником концепции тимбилдинга американского профессора социологии и психологии Элтона Мейо.

Изучая влияние различных элементов на производительность труда он доказал, что социально-психологические факторы оказывают более сильное воздействие на производительность персонала, чем комплекующие физической среды.

В настоящее время данная технология широко используется в мире спорта, в практике корпоративного менеджмента. Её давно используют военные, охранные, пожарные и прочие экстренные службы многих стран мира. Родоначальницей же детского тимбилдинга можно считать нашу страну. И берет он свое начало со времен пионерских лагерей, турслетов, походов.

В силу специфики своей работы, мы с вами знаем, какую важную роль в организации образовательного процесса играют взаимоотношения в педагогическом, детском, родительском коллективе. Поэтому перед нами встает задача, как построить доброжелательные, позитивные отношения среди участников образовательного процесса. И здесь на помощь нам приходит технология командообразования.

Тимбилдинг способствует формированию и укреплению детского и взрослого сообщества. Через игры и игровые упражнения мы учимся взаимодействовать, договариваться друг с другом, устанавливать контакты.

Главная задача тимбилдинга - сплотить коллектив

Таким образом тимбилдинг - это не просто развлекательные мероприятия, направленные на веселое времяпрепровождение. Это целенаправленные задания в игровой форме, которые призваны сплотить любой коллектив, научить общаться и договариваться между собой, дружить и поддерживать друг друга, обучить взаимопомощи и взаимовыручке, где каждый может проявить себя и свои способности.

Выделим основные виды тимбилдинга:

1. Спортивный тимбилдинг (направлен на физическую активность участников, своеобразные игры и соревнования и т. д.).
2. Логико-психологический тимбилдинг (направлен на интеллектуальную активность участников, задания с логическим уклоном, тесты и т. д.).
3. Творческий тимбилдинг (направлен на эмоциональную активность участников, квесты, флешмобы и т. д.).

Как любая технология тимбилдинг подразумевает наличие основных принципов и правил.

При организации любого мероприятия с использованием данной технологии необходимо пройти 6 этапов.

- Эту технологию с успехом можно использовать как в детской среде, так и в среде взрослых.

- Детский тимбилдинг можно применять во всех образовательных областях: социально-коммуникативной, познавательной речевой, художественно-эстетической и в физическом развитии.

Практическая часть.

- Как говорил великий русский полководец Александр Суворов: «Теория без практики мертва», поэтому настало время окунуться в увлекательный мир технологии тимбилдинга.

Ход: Начнем с приветствия.

- Здравствуйте те, у кого сегодня хорошее настроение;
- Похлопайте в ладоши те, кто сегодня позавтракал;
- Потопайте ногами те, кто пришел сегодня пешком;
- Помашите мне рукой те, кто готов работать в нашей команде;

Я рада, что вы все готовы работать

1. Упражнение «Говорящие руки»

Участники образуют два круга: внутренний и внешний, стоя лицом друг к другу. Ведущий дает команды, которые участники выполняют, молча в образовавшейся паре. После каждой команды ведущего внешний круг двигается вправо на шаг. Варианты инструкций образующимся парам:

Поздоровайтесь с помощью рук.

Помирите руки.

Пожалейте с помощью рук.

Попрощайтесь руками.

2. Упражнение «Карандаши в кругу»

Участники встают в круг. Стоящие рядом должны удерживать подушечками указательных пальцев карандаши или палочки. Я буду давать Вам задания. Вы должны синхронно выполнять эти задания, не роняя карандаши. Обращаю Ваше внимание на то, что все эти упражнения не на скорость, а на логику, внимание и смекалку. Все готовы?

Первое задание: нужно всем вместе поднять руки вверх. Теперь опустить вниз

Второе задание: нужно наклониться вперед, выпрямиться (назад). Молодцы! Третье

задание: присесть всем вместе, а затем встать, не уронив карандаши. В дальнейшем можно усложнить и разнообразить упражнения.

3. Упражнение «Мячи».

Нужно перекидывать мяч друг другу в кругу. В течение игры количество мячей увеличится. Ваша задача, чтобы ни один мяч не упал на пол. Повторяю - это задание не на скорость, самое главное нужно установить стратегию Вашей командной игры, нужно быть внимательными и сосредоточенными. Все готовы?

4. Игра «Дударь»

Выбирают «Дударя», ходят по кругу, взявшись за руки, и поют. Пропев песню, спрашивают:

-Дударь, Дударь, что болит?

-Рука (нога, уши, голова, спина, пятка соседа, нос соседа и т.д.)

Все находящиеся в хороводе берутся за «больное» место и опять идут по кругу с песней.

Игра повторяется 3-4 раза. Когда в очередной раз у «Дударя» спрашивают: «Что болит?», он отвечает: «Здоров»!

Дударь, дударь, дударище.

Старый, старый старичище

Его..под колоду, его под гнилую.

-Дударь, дударь что болит?

-Рука (нога, голова, правое ухо, нос соседа, пятка соседа слева и т. д.)

Итог:

Коллеги, сегодня мы с Вами познакомились с технологией тимбилдинга. Благодарим каждого из Вас за активное участие и желание взаимодействовать друг с другом. Поделитесь своими впечатлениями.

Рефлексия «Мишень»

НЕЙРО-ТРЕНАЖЕРЫ - КАК СОВРЕМЕННОЕ И ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОВЗ

Л.А. Боронина, педагог-психолог,
МАДОУ «Центр развития ребенка-детский сад № 47» г. Перми,
О. А. Останина, учитель-логопед,
МАДОУ «Центр развития ребенка-детский сад № 47» г. Перми,

Аннотация. В данной статье описывается использование нейро-тренажеров и упражнений с ними на занятиях учителя-логопеда и педагога-психолога. Обосновывается важность влияния данного оборудования и упражнений на организм дошкольника.

Ключевые слова: ограниченные возможности здоровья, нейротренажеры, нейроупражнения, координация, ловкость, память, внимание, двигательная активность, моторное планирование, оздоровительная работа.

Сегодня активно идет процесс смены образовательных стандартов, меняются способы и средства обучения детей. Человек, вступающий в жизнь должен увидеть, услышать, понять, запомнить и усвоить, большой объем информации. Естественно, что данный процесс запрашивает от детей большего напряжения, усилий, концентрации внимания, выносливости, физического развития. Далеко не все дети могут справиться с данными требованиями, а что говорить о детях с ограниченными возможностями здоровья, количество которых с каждым годом увеличивается.

Ежегодно наше дошкольное образовательное учреждение посещают более 60 детей с ограниченными возможностями здоровья разных нозологий. Как правило, у них наблюдаются такие трудности как: отставание в развитии двигательной сферы, недоразвитие общей и мелкой моторики, нарушение координации движений рук и ног, отсутствует плавность и четкость, нарушена ритмическая структура движений, рассеяно внимание, дети не могут создать образ упражнения, наблюдается неуверенность в выполнении упражнений и ухудшение психоэмоционального состояния, затруднена познавательная деятельность.

Взаимосвязь умственного и физического развития очевидна и не единожды доказана учеными. Научные труды Л.С. Выготского, М. М. Кольцовой и других отечественных и зарубежных авторов свидетельствуют о первостепенной роли движения в становлении психических функций ребенка [6].

Поэтому именно двигательная активность, стимулирующая развитие всех систем и функций организма, коррекцию, компенсацию и профилактику двигательных и психических нарушений, воспитание личности, является основным механизмом развития ребенка.

Работая с данной категорией детей, видя их трудности и нарушения, мы начали искать новые, действенные и современные инструменты, которые помогли бы глубже воздействовать на проблему и конечно, дать стойкий положительный результат, как в физическом, так и в интеллектуальном развитии.

Для нас первым таким инструментом стала методика bal-a-vis-x , которая была разработана Биллом Хьюбертом. Ее суть заключается в выполнении специальных ритмичных упражнений с резиновыми мячиками (мячи – скакуны) и небольшими мешочками [7]. Мы адаптировали данную методику для детей дошкольного возраста и стали активно применять в своей работе.

Мячи – скакуны очень приятные тактильно и абсолютно не скользкие, поверхность мячей шорховатая, что дает идеальное сцепление с рукой. Размер мяча очень удобен для

детской руки, что позволяет тренировать правильность захвата, мелкую моторику, подвижность кисти, выравнивает тонус мышц в руке. Мячики очень легкие и обладают высокой прыгучестью, поэтому при выполнении серий различных движений с мячиками происходит развитие концентрации и сосредоточенности, что позволяет ребенку дольше удерживать внимание и не отвлекаться.

В результате занятий с мячами у детей:

- ✓ развивается ловкость;
- ✓ происходит мозжечковая стимуляция;
- ✓ улучшается взаимосвязь мозг-тело;
- ✓ развивается чувство ритма и зрительно – моторная координация.

Мешочки выполнены из нескользящего материала, одинаковые по размеру. Наполняемость мешочков может быть разной: песок, натуральный кварцевый грунт, и если вы шьете мешочки сами – это могут быть различные крупы (рис, гречка, фасоль).

В чем польза применения данного оборудования в работе?

- ✓ При взаимодействии с ними обогащается двигательный опыт детей, развивается двигательная сноровка;
- ✓ ходьба с мешочком на голове помогает сохранять правильную осанку, что немаловажно для общего здоровья детей;
- ✓ они очень хороши для мозжечковой стимуляции и для наращивания новых нейронных связей;
- ✓ мешочки помогают развивать зрительно- двигательную координацию, межполушарные связи;
- ✓ происходит выравнивание тонуса мышц кистей, а значит подготовка руки к письму;
- ✓ развитие внимательности и сосредоточенности, воспитывается острота мышечных ощущений;
- ✓ способность управлять движениями и дифференцировать усилия;
- ✓ происходит развитие пространственного восприятия.

Игры и упражнения, с такими мешочками, полезны как для физического, так и для психического развития ребенка.

Чем больше мы погружались в данную тему, тем больше мы узнавали о различных нейро-тренажерах и их влиянии на общее развитие детей, которые мы так же активно используем на своих занятиях.

Координационная лестница, которую применяют для детских физических занятий, для тренировок спортсменов любых дисциплин.

Какие плюсы мы видим для себя при использовании координационной лестницы:

- ✓ Занятия на данном тренажере вырабатывают привычку мозга и нервной системы к точным и быстрым движениям.
- ✓ На этом тренажере легко моделировать разные виды упражнений:
 - со сменой направления;
 - с использованием музыкального сопровождения;
 - ее можно использовать в сочетании с различным дополнительным оборудованием (мячики, мешочки и другое).

При использовании данного тренажера:

- ✓ развиваются межполушарные связи;
- ✓ улучшаются координационные способности;
- ✓ улучшается общее функциональное состояние организма;
- ✓ развиваются навыки саморегуляции и самоконтроля;
- ✓ ориентирование в пространстве;
- ✓ развивается зрительно-двигательную ориентировку и многое другое.

Нейро-кольца – так же дают положительный результат в оздоровительной работе с детьми. Нейро-кольца мы используем для ритмичных прыжков различных видов. Кольца могут выкладываться по кругу, в виде квадрата, линейно и т.д. Рисунки прыжков подбираются и придумываются, в зависимости от осваиваемых движений, начиная с самых простых и постепенно усложняются.

При использовании данного тренажера развиваются:

- ✓ межполушарные связи;
- ✓ общее функциональное состояние организма;
- ✓ развиваются навыки саморегуляции и самоконтроля;
- ✓ ориентирование в пространстве;
- ✓ обогащается двигательный опыт детей;
- ✓ моторное планирование, переключаемость с движения на движение.

Нейро-восьмерка - еще один очень действенный в развитии детей тренажер. Нейровосьмерка — тренажер для развития координации движений, баланса во всем организме, а также активации мыслительных способностей и развития интеллекта ребенка. В упражнениях с тренажером участвуют одновременно руки и глаза, задействованы оба полушария, мозжечок. Координированные движения стимулируют рост нервных клеток, увеличивают число нервных связей в мозге и улучшают межполушарное взаимодействие.

В своей работе с детьми мы используем:

- Оптические нейровосьмерки. Рисование в воздухе бесконечной восьмерки правой рукой, левой рукой, двумя руками. Лежа на полу, правой ногой, левой ногой, двумя ногами. Стоя, делаем восьмерку тазом в правую сторону, в левую сторону.

- Деревянный тренажер классическая нейровосьмерка. Катание шарика по желобку, сидя, стоя на одной ноге на двух ногах, на балансире.

- Выкладывание из «Брейн-веревки» бесконечной восьмерки на полу. Хождение босиком или в носочках по веревке с мешочками на вытянутых руках или на голове в прямом направлении или боком приставным шагом.

«Брейн-веревка» - это тренажер для мозжечковой стимуляции, координации, моторного планирования, общего праксиса, межполушарного взаимодействия, улучшения мыслительных способностей ребенка. Длина веревки, не менее 8 метров. Толщина, примерно 8мм для комфортности стопы ребенка. Мы используем на занятиях с детьми веревку для: хождения по ней с мешочками на вытянутых руках; на голове; перепрыгивания через веревку с утяжелителями на ногах; хождение перекрестным шагом и т.д.

Балансир – представляет собой неустойчивую поверхность, изготовлен из дерева.

Предназначен для стимуляции:

- ✓ деятельности вестибулярного аппарата;
- ✓ развития навыков проприоцепции (мышечное чувство — ощущение положения частей собственного тела относительно друг друга и в пространстве);
- ✓ развития мозжечка, который отвечает за координацию движений, помогает планировать сложные и последовательные действия, участвует в формировании речи и т.д

Выполнение различных упражнений на балансировочной доске позволяет улучшить синхронизацию и взаимодействие полушарий мозга, в результате повышается эффективность работы мозговых функций, связанных с процессом обучения, укрепляются и расширяются нейронные связи в этих областях мозга, что и приводит к улучшению координации и баланса, а также к развитию когнитивных функций, таких как концентрация, память, внимание, восприятие и ориентация в пространстве.

Упражнения на балансировочной доске выполняются с применением дополнительного оборудования (сенсорных мешочков, нейро-мячей, кольцеброса, сенсорной мишени и другого). За счет выполнения упражнений с дополнительным оборудованием на балансировочной доске происходит комплексное воздействие на дефицитные участки головного мозга.

Применяя нейро-тренажеры в работе с дошкольниками уже не первый год, мы можем сделать вывод, что использование этих инструментов является достаточно эффективным методом, который способствует в более короткие сроки достигнуть качественные стабильные результаты в развитии детей. Так как комплексы упражнений имеют широкий спектр действия, они несут в себе большие возможности развития интеллекта, физического и психического здоровья.

Используя упражнения на нейро-тренажерах, в организме детей происходят положительные структурные изменения: сила, равновесие, саморегуляция, праксис, скоординированность движений, развитость познавательных процессов так же достигает более высокого уровня развития.

Ну и просто такие занятия очень нравятся детям, они интересны, увлекательны, всегда проходят в игре форме. Дети сами того не замечая, развиваются – играя...

Список литературы

1. Гончарова, К., Черткова, А. Нейропсихологические игры. 10 волшебных занятий на развитие памяти, внимания, моторики. – Изд-во Феникс, 2020. – 47 с.
2. Зайцев, Г.К. Школьная валеология: Педагогические основы обеспечения здоровья учащихся и учителей. – СПб: «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2001 – 157 с.
3. Марычева, О. И., Габараева, К. А. Гимнастика для ума. Сборник упражнений для активизации умственной деятельности. / под ред. Рябовой О. А. – Карпогоры, 2020. – 162 с.
4. Методические рекомендации по физкультурно - оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии; под ред. - М.: Советский спорт, 2001. - 152 с.
5. Трясорукова, Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у детей: нейродинамическая гимнастика. – Ростов-на-Дону: Изд – во «Феникс», 2019 – 110 с.
6. <https://studfile.net/preview/7004874/page/7/>
7. <https://brain-board.ru/blog/detail/metodika-bal-a-vis-x/>

ЭФФЕКТИВНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЛЕГЕНД ПЕРМСКОГО КРАЯ В ПОВЫШЕНИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И РАЗВИТИИ КОГНИТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Е.А. Кропанцева, инструктор по физической культуре,
МАДОУ «ЦРР – детский сад № 13», Кунгурский муниципальный округ, г. Кунгур.

В. М. Дементьева, инструктор по физической культуре,
МАДОУ «ЦРР – детский сад № 13», Кунгурский муниципальный округ, г. Кунгур.

М.Н. Денисова, инструктор по физической культуре,
МАДОУ «ЦРР – детский сад № 13» Кунгурский муниципальный округ, г.Кунгур.

Цель мастер - класса: повышение профессиональной компетентности коллег в вопросах внедрения этнического эпоса, как средства повышения двигательной активности детей.

Задачи:

1. Познакомить педагогов с использованием легенд, подвижных игр народов Прикамья.
2. Сформировать у участников мастер-класса мотивацию на применение в образовательном процессе опыта работы.
3. Формировать рефлексивную культуру педагога.

Оборудование: веревка длинная, 2 короткие веревки, 10 мячей d- 7мм, нитки шерстяные разного цвета, указка, ножницы, телефон, раздаточный материал (медальки по количеству участников, «человечки» для рефлексии, буклеты)

Технология: интерактивная

Метод: словесный, наглядный, практический.

Приемы: «Погружение» в заданную ситуацию, поручение, проблемно – игровые, беседа, рассказ, практические задания, изобразительные, конструктивные, кинезиологическое, когнитивное, коммуникативное упражнения с правилами.

Целевая аудитория: педагоги ДОУ.

Формы взаимодействия с целевой аудиторией:

Формы взаимодействия с педагогами направлены на практическое освоение игровых упражнений, народных игр, решение проблемных ситуаций в процессе педагогического общения.

Планируемый результат: повысить профессиональную компетентность коллег.

«Дайте ребенку немного подвигаться, и он одарит вас десятью минутами внимания, а десять минут живого внимания, если вы сумели ими воспользоваться, дадут вам в результате больше целой недели полусонных занятий» К.Д. Ушинский

Предлагаем вам, методы и приемы, которые помогут повысить двигательную активность детей и будут способствовать развитию когнитивной сферы у старших дошкольников в процессе образовательной деятельности. Для достижения этой цели можно использовать легенды Пермского края и прием «погружения» в прошлое.

Наш Пермский край славится своей природой, бытом, традициями. Знакомясь с малой Родиной, ребенок начинает узнавать и любить ее.

Пермский край по-настоящему волшебная территория. Всякому, кто хоть раз побывал здесь, вряд ли удастся забыть красоту здешних мест древние уральские горы, дремучие леса, издавна манили путешественников из самых разных городов и стран. Величественная природа края во все времена завораживала человека. Почти у каждой реки, горы, пещеры в Пермском крае есть своя, мистическая история.

Отправляемся в прошлое, на несколько веков назад, где нас ждет Парма в своей первозданной красоте, и герой легенды богатырь Полюд.

Для начала выберем место, где сегодня побываем.

Следим глазами за передвижением точки на экране.

Первый маршрут, гора Ветлан, гора Ермак, гора Полюд, каменный город.

Глазодвигательная игра. «Следи за точкой»

Мы сегодня пройдем по третьему маршруту точки, отправляемся к горе Полюд.

О Полюдовом камне сложено много легенд и преданий. Пожалуй, наиболее известная повествует о том, что на вершине горы стояла застава, оберегающая город Чердынь от внезапных нападений неприятеля. Во главе заставы был богатырь Полюд. Предупреждая об опасности, он разводил большой костёр на вершине камня.

Есть много способов передвижения. Мы отправимся на Алтайских маралах (Оленях), но прежде нужно их поймать, игра «Ловля оленей». Участники встают все в очерченный круг. Выбирается два пастуха. «Пастухи» становятся за кругом, напротив друг друга. По сигналу ведущего: «Раз, два, три – лови!» «пастухи» по очереди бросают мяч в «олений», а те убегают от мяча. «Олень», в которого попал мяч, считается пойманным и выходит из круга.

Правила игры:

- начинать игру только по сигналу;
- бросать мяч только в ноги играющих;

- засчитывается только прямое попадание, а не после отскока.

Вот мы с вами у горы Полюд. Полюбуемся Пармой. На вершине горы нас богатырь Полюд встречает, с дороги привичает, того рыбой угостит, кто ловкость и быстроту проявит.

Игра «Рыба»

Участники игры встают по кругу, около веревки, в центр круга «вбивается» кол, привязывают к нему веревку. Около колышка разложены кубики - это рыба. Выбирают водящего, по желанию. Водящий берет в одну руку свободный конец веревки, а в другую руку, другую веревку и становится стеречь «рыбу». Играющие, обступают водящего и ведут с ним разговор: «*Поспела ли рыба?*» - «*Кипит!*» - «*Поспела ли рыба?*» - «*Кипит, шевелит, продаваться велит!*» При последнем слоге начинается расхищение рыбы. Водящий, бегаёт за расхитителями на вытянутой верёвке, старается изловить, задеть веревкой. Кто получит удар веревкой, тот заступает на место водящего.

Предлагаем закрепить полученные знания в продуктивно-творческой деятельности, рисование на фланелеграфе нитками, для непосед театр движений.

Каждый участник берёт медальку. У кого изображено дерево – проходит к фланелеграфу, и приступает к рисованию картины нитками. Изображаем гору. У кого на медальке изображен ребенок, идет в театр движений. Участники проходят в центр зала, становятся актерами и выполняют задание:

- точка, выбор маршрута. олени. Парма;
- изобразить цвет: Парма зимой, весной, осенью, летом;
- высокая гора, цвет - коричневый.
- по узкой, обрывистой тропе поднимается вверх (назвать ИО);
- на вершине;
- богатырь Полюд, рыба;
- мы дома (путешествие закончилось).

Работают группой и индивидуально.

Путешествие подошло к концу.

Рефлексия.

Для того, чтобы узнать, насколько заинтересовал вас наш опыт работы, воспользуемся горой на фланелеграфе. Участники берут со стола человечков и размещают их на горе:

Если вы на вершине горы значит: принято, понято, нашли момент, который готовы забрать с собой и использовать в своей деятельности.

На середине: ещё есть над чем подумать, это интересно, но пока не готовым включить в свою работу.

Около горы: думаю брать/не брать, надо/не надо. Оказалось, ненужным, бесполезным.

Обратная связь на рефлексю. По размещению человечков, вижу, что цель нашего мастер – класса достигнута.

Список литературы:

1. Подюков, И. О нынешнем состоянии эпических преданий о Пере-богатыре // АРТ: литературно-художественный журнал Республики Коми. – Реж. доступа: <http://artlad.ru/magazine/all/480/510/537/541>;

2. Ён да тōдысь йōз йылысь висьтъяс=Предания о местных силачах и знахарях // Коми йōзкостса важ висьтъяс = Коми легенды и предания / сост. Ю.Г. Рочев. – Сыктывкар: Коми кн. изд-во, 2006. – С. 55-113;

3. Легенды нашего края: Герой сказок Пера победил лесного духа – лешего // Портал PROгород– Реж. доступа: <http://progorod11.ru/news/12719>

4. Пера и Шайтан-Арба: [комикс по мотивам коми предания] // Арт. – 2016. - №4.- С. 113-129;

5. На страницах журнала «Арт» вышел комикс по мотивам коми предания //БНК: информационное агентство. – Реж. доступа: <https://m.bnkomi.ru/56900/>
Легенда о Кудым-Оше
6. цифровые ресурсы <https://vocabulary.ru/termin/kognitivnaja-dejatel'nost.html>
<https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-podvizhnye-igry-narodov-permskogo-kr.html>
7. Ширинкин П.С. «Книга легенд. Туристские легенды Пермского края»
8. Холодная М.А. Когнитивные стили. О природе индивидуального ума. 2-е Изд. — СПб.: Питер, 2004.
Сказка записана Черных А.В. и Муруевой Т.В. в 2002 г. в п.Мутиха у Филиппович Т.Е., 1921 года рождения,

ДЕТСКИЙ ТИМБИЛДИНГ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ ДЛЯ УСПЕШНОЙ ИНТЕГРАЦИИ РЕБЕНКА СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОВЗ В СРЕДУ СВЕРСТНИКОВ

Е.В. Майорова, воспитатель,

МАДОУ «Лобановский детский сад «Солнечный город»

М.В. Черанёва, инструктор по физической культуре,

МАДОУ «Лобановский детский сад «Солнечный город»

В последние годы умение работать в команде имеет большое значение практически во всех сферах деятельности современного общества. Команды сопровождают деятельность человека изо дня в день, и для многих областей производственной и частной жизни они становятся неотъемлемой их частью.

Работая с детьми старшего дошкольного возраста с ОВЗ, было замечено, что многие дети при проведении спортивных игр не умеют работать в команде, договариваться, соблюдать правила при выполнении различных заданий, неточно воспринимают предложенную инструкцию.

Так возникла идея внедрения элементов тимбилдинга в физкультурно-оздоровительную деятельность с детьми логопедической группы.

Тимбилдинг (англ. Team building) — построение команды или командообразования – мероприятия игрового, развлекательного и творческого характера, направленные на улучшение взаимодействия между участниками, повышение сплоченности коллектива на основе осознания общих ценностей и представлений.

Упражнения и игры на командообразования позволяют в игровой форме обучить детей навыкам работы в команде, лидерству, общению, принятию решений и разрешению различных задач. Чтобы достичь успеха в командообразующих играх детям приходится учиться взаимодействовать друг с другом, внимательно слушать других, самим изъясняться четко и понятно, мыслить творчески и нестандартно. Тимбилдинг для дошкольников – это командная игра, направленная на сплочение коллектива.

Цель использования тимбилдинга с детьми с ОВЗ: снятие эмоционального напряжения, тревожности, агрессии, повышение уровня доверия и взаимопомощи в коллективе.

Задачи тимбилдинга:

1. Способствовать повышению интереса детей и взрослых к занятиям физической культурой, используя упражнения и игры на командообразования.
2. Формировать умения работать в команде, посредством использования элементов тимбилдинга.

Основные принципы организации игр.

- Игра должна быть подобрана грамотно, в соответствии с индивидуальными потребностями, с учетом индивидуальной коммуникативной активности ребенка с ОВЗ.
- Анализ используемых в процессе общения неречевых средств, невербальных коммуникативных средств (мимика, жесты).
- Анализ речевых средств, уровень общей речевой активности ребенка (виды коммуникативных высказываний, имеют ли вопросы познавательную направленность).

В своей работе выделили этапы развития навыков общения:

1 этап (4-5 лет) - освоение элементарных форм сотрудничества. Задачи этого этапа: вызывать у ребенка интерес к партнеру по общению, развивать умение вступать в контакт и вести диалог.

- «Пожелание», «Чей голосок?», «Ласковое имя», «Угадай, кто это?»
- «Как говорят части тела?», «Вопрос-ответ», «День наступает, все оживает», «Ручеек», «Рисунок на спине»

2 этап (5-6 лет) - освоение правил взаимодействия со сверстниками в процессе сотрудничества. Задача этого этапа: развивать способности к согласованности действий с партнером.

- «Удержи предмет вместе», «Руки-ноги», «Змейка»
- «Эхо», «Возьмемся за руки, друзья!»

3 этап (6-7 лет) - самостоятельный выбор детьми формы организации для достижения результата. Задачи: сплотить детский коллектив, совершенствовать умения работать в команде, оказывать поддержку товарищам

- «Танцы на газете», «Квадрат», «Встаньте те, кто...»
- Игры: «Коридор приветствий», «Заколдованная тропинка»

Интересной находкой в технологии Тимбилдинга стали для нас игры с использованием разнообразного физкультурного оборудования: обручей, мячей, гимнастических палок, спортивного мата, шагоходов, и др. Эти игры привлекают детей простотой правил, но в то же время достаточно сложно выполнимой задачей.

Сегодня хотели бы предложить вам необыкновенные игры с обыкновенным обручем. Обруч – очень интересный спортивный снаряд, хотя и не такой популярный, как мяч или скакалка. Но с ним можно организовать увлекательные игры с элементами тимбилдинга.

1 игровое упражнение «Хрустальный обруч». Цель игры: формирование умения двигаться сообща, не роняя обруч. Игровая задача: двигаться с обручем, не роняя его с пальцев.

2 игра «Игольное ушко». Цель игры: развитие умения взаимодействовать с партнером по игре для быстрого достижения результата. Игровая задача: передача обруча по кругу, не расцепляя рук, пока он не вернется к исходной точке.

3 игра «Успей поймать». Цель игры: формирование умения выполнять задание сообща в одном темпе с партнерами по игре, не роняя обруч.

4 игра «Три в ряд». Цель игры: формирование нестандартного мышления, умения быстро принимать решение, стремления выиграть. Игровая задача: собрать три одинаковых предмета по вертикали, горизонтали или диагонали.

5 игра «У кого больше». Цель игры: развитие умения находить партнера и взаимодействовать с ним в игре, соблюдая правила. Игровая задача: взаимодействуя с игроками, собрать как можно больше обручей.

В результате такой работы ребёнок с желанием вступает в общение, успешно участвует в коллективных делах, умеет уладить конфликт, уступить или настоять на своем, адекватно выполняет правила, предложенные взрослыми, заботливо относится к миру чувств людей и предметному миру, владеет адекватными способами выражения своего внутреннего состояния.

Умение работать и быть в команде с другими людьми помогает достигать больших целей, конкурировать и договариваться, развивает лидерство и коммуникацию. Работая в команде, ребенок не боится принимать правила игры, старается выполнить свою роль в соответствии с правилами и получить удовольствие от результата.

МАСТЕР-КЛАСС «С МЯЧОМ ИГРАЕМ-ЛОВКОСТЬ РАЗВИВАЕМ»

О.Б. Меркурьева, инструктор по физической культуре,
МБДОУ «Добрянский детский сад №21», Пермский край, г. Добрянка
И.Б.Черепанова, инструктор по физической культуре,
МБДОУ «Добрянский детский сад №21», Пермский край, г. Добрянка

Цель: повышение компетенции педагогов в вопросах применения мяча в играх и упражнениях на развитие ручной ловкости, двигательной активности, мелкой моторики, научить приемам владения мячом.

Задачи:

- Систематизировать знания по приоритетному направлению деятельности;
- Заинтересовать педагогов использовать в работе с детьми новые игровые задания, игры и упражнения с мячом.

Время: 20 минут (7 мин. вводная часть+13 мин. практическая часть)

Участники: педагоги

Оборудование:мячи малые

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Актуальность проблемы: В общей системе всестороннего и гармоничного развития человека, физическое воспитание ребенка дошкольного возраста занимает важное место. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы физического здоровья, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания психофизических качеств.

В настоящее время наблюдается снижение двигательной активности у детей, что отрицательно сказывается на здоровье.

Для того, чтобы мотивировать детей заниматься физическими упражнениями, спортом, мы считаем, что необходимо научить ребенка играть в разнообразные игры с мячом.

Игры с мячом – одни из самых интересных, любимых у детей всех возрастов. Однако это одни из самых сложных игр, требующих концентрации внимания, ловкости, точности движений, уверенности в своих силах, хорошей координации движений, определенной силы рук и умения рассчитывать свои силы правильно.

Петр Лесгафт

«Ребенок, играя, выполняет разнообразные манипуляции с мячом: целится, отбивает, подбрасывает, перебрасывает, соединяет движения с хлопками и т. д.

Подобные движения с мячом развивают глазомер, координацию движений, силу, ловкость, быстроту реакции, развивают мышечную силу, улучшают обмен веществ и работу основных органов, формируют умения и навыки, необходимые в повседневной жизни. Игры с мячом важны и для развития руки ребенка. Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга ребенка. И чем они разнообразнее, тем больше «двигательных сигналов» поступает в мозг, тем...»

Упражнения с мячом являются эффективным средством развития ловкости.

Ловкость- это сложное координированное качество, она необходима ребенку для успешного использования своего двигательного опыта.

К показателям ловкости относятся следующие факторы: способность быстро обучаться, использовать двигательный опыт, быстро реагировать на изменение ситуации, например, в подвижной игре координированно выполнять двигательные действия.

Упражнения с мячом развивают не только крупную, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для детей 6-7 лет готовящихся к обучению в школе.

В разделе «Физическое развитие» основной общеобразовательной программы нашего дошкольного учреждения игры и упражнения с мячом включены начиная со 2-го года жизни детей. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания. И усложняются от группы к группе за счет введения дополнительных заданий. А также более сложных способов выполнения.

Мы, хотим поделиться опытом работы нашего дошкольного учреждения, по развитию ручной ловкости у детей старшего дошкольного возраста, с помощью игр и упражнений с мячом.

У нас разработана система упражнений и игр с мячом, которая так и называется «С мячом играем-ловкость развиваем».

Задачи при обучении играм с мячом:

- Заинтересовать детей упражнениями и игрой с мячом;
- Формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину, ворота, умение применять их в игровой ситуации.
- Научить детей передавать, ловить и бросать мяч, сочетать эти действия между собой, а также с другими действиями с мячом и без мяча.
- Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.
- Развивать глазомер, координацию, ритмичность, согласованность движений.
- Развивать физические качества: быстроту, силу, выносливость и ловкость.

Тематическая программа «Школа мяча»:

В которую входят игровые упражнения с мячом по возрастам.

Квартальный план:

Для каждой возрастной группы на основе тематического плана.

Конспекты занятий и развлечений с мячами;

Подвижные игры и игровые упражнения с мячом;

Загадки, стихи и сказки про мяч.

Этапы процесса обучения играм и упражнениям с мячом у дошкольников можно условно разделить на следующие этапы:

1-ЭТАП: Первоначальное обучение. (от 2 до 5 лет)

На этом этапе дети упражняются в разнообразных действиях, а также стимулируются свободные игры с мячом в самостоятельной двигательной деятельности, без отработки техники этих действий.

На этом этапе обучения учим детей правильно держать мяч. И.П. мяч на уровне груди двумя руками, при этом руки должны быть согнуты, локти опущены вниз, пальцы широко расставлены.

При ловле мяча учим овладевать кистью рук пальцев при прикосновении с мячом. Также учим встречать мяч как можно раньше, образуя из пальцев половинку полого шара («чашечку») в которой должен поместиться мяч.

При передаче мяча учим передавать мяч двумя руками разными способами. А в дальнейшем и в движении.

II-ЭТАП: Углубленное разучивание. После овладения основными элементами изучаемого действия осуществляется углубленное разучивание. На данном этапе обучения отрабатываем точность выполнения движений с мячом, исправляются имеющиеся ошибки, формируется правильное ощущение навыка. У детей начинает формироваться «чувство мяча». На этом этапе уже можно применять упражнения с элементами соревнования, подвижные игры.

III-ЭТАП: Закрепление и совершенствование движений. Основная задача этапа закрепления и совершенствования действий с мячом заключается в создании устойчивых, достаточно автоматизированных и вместе с тем гибких навыков. Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляется в основном в подвижных играх, включающих эти действия. В подвижных играх соблюдаем постепенное усложнение.

Ручная ловкость накапливается с двигательным опытом, и каждый новый усвоенный двигательный навык повышает уровень развития ловкости.

При поддержании интереса детей к работе с мячом в практике используем мелкий спортивный инвентарь: мячи разного размера, колечки, кубики, палочки и др. А также даем задания придумать упражнения самостоятельно, а затем его продемонстрировать.

Таким образом развитие ручной ловкости в старшем дошкольном возрасте происходит при соблюдении следующих условий:

- 1) Использование в упражнениях различных предметов;
- 2) Изменение скорости выполнения упражнений, способов и амплитуды движения;
- 3) Усложнение и варьирование упражнений с мячом;
- 4) Включение в физкультурно-оздоровительную работу упражнений и подвижных игр с мячами.

Диагностические исследования и контрольные тесты проводим с целью выявления первоначального и итогового уровня развития физических качеств для старшего дошкольного возраста детей, два раза в год. Все показатели фиксируем в протоколе, в конце года подводим итог и анализируем свою работу.

Итоги сравнительной диагностики усвоения двигательных умений и навыков

движений с мячом детей 5-7 лет за три учебных года (2020-2021, 2021-2022, 2022-2023), выявили положительную динамику высокий и средний уровень развития:

2020/2021-**73 %** - детей;

2021/2022-**83 %** -детей;

2022/2023- **98 %** детей.

Наблюдается значительное повышение интереса к упражнениям играм с мячом у большинства воспитанников.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

1-я часть: Упражнения с малым мячом для детей старшего дошкольного возраста.

Обучение жонглированию начинается с ознакомления детей с основной стойкой жонглёра. Одна нога чуть выставлена вперёд. Руки согнуты в локтях под углом 90*, ладони развёрнуты вверх. Необходимо учить детей встречать мяч, образовывая из пальцев и ладони чашечку, в который должен поместиться мяч. Ребенок следит за полетом мяча, и как только мяч прикоснется к руке, он должен захватить его. При этом одновременно надо координировать работу рук и ног так, чтобы была возможность достать мяч, если он движется в сторону. От точности бросков мяча будет зависеть точность его приземления.

1.Подбрасывание и ловля одного мяча одной рукой.

2.Подбрасывание одного мяча одной рукой, ловля другой рукой.

3.Подбрасывание одного мяча на заданную высоту.

- 4.Подбрасывание – хлопок – ловля.
- 5.Подбрасывание – поворот – ловля.
- 6.Подбрасывание и ловля двух мячей поочередно.

2-я часть: *Подвижные игры с мячом для детей старшего дошкольного возраста.*

1.Игра с мячом «Защита башенки»

Цель: тренирует реакцию, внимание, точность броска, умение ловить и бросать мяч.

Правила игры: игрокам, пытающимся разрушить башенку запрещается отбивать мяч ногами; водящий может отбивать мяч любым способом; игрокам не рекомендуется долго удерживать мяч в руках.

Ход игры: На игровой площадке чертят круг, внутри строится башенка (из кубиков или пирамидки.) Ведущий- «защитник башенки» выходит в центр. Все остальные игроки встают вокруг него и начинают перебрасывать друг другу мяч, ожидая момент, когда ведущий зазевается и разрушить башенку мячом. Ведущий старается все время быть начеку и оборонять башенку, отбивая мяч любыми способами. Но если башенка разрушена, то бросавший мяч игрок становится ведущим.

2. Игра с мячом «Пленники»

Цель: упражнять детей в умении ловить и бросать мяч двумя руками, регулировать силу и точность броска, развивать глазомер, ловкость, быстроту реакции.

Воспитывать чувство коллективизма.

Правила игры:

- 1.Бросать мяч двумя руками снизу, от груди;
- 2.Нельзя долго задерживать мяч;
- 3.Игрок не сумевший поймать мяч, обязан перейти в команду соперника и играть в его пользу.
- 4.Если игрок поймал мяч, но не смог его удержать, считается что мяч не пойман, игрок переходит в другую команду.
- 5.Нельзя специально не ловить мяч, или бросать его неправильно, необходимо бросать мяч точно в руки игроку стоящему, напротив.
- 6.Дети, нарушившие правило выбывают из игры.

Ход игры: Участники строятся в две шеренге, напротив друг друга, на расстоянии примерно -2 метра. Можно придумать название команды. В каждой команде одинаковое количество участников.

В конце подводиться итог-в какой команде больше игроков, та и победила.

РЕФЛЕКСИЯ:

Мяч-это рука ребенка, развитие её напрямую связано с развитием интеллекта.

Мяч-круглый как Земля, и в этом его сила!» С.А.Шмаков

Зачем ребенку уметь владеть мячом? (первый участник берет в руки мяч отвечает на вопрос и передает следующему...)

На мольберте размещены три больших мяча смайлика (грустный, веселый, равнодушный). Мы предлагаем всем участникам выбрать смайлик-мяч, соответствующий качеству проведенного мастер-класса, вашему настроению и разместить на соответствующих больших мячах-смайликах.

Список литературы

1. Адашквичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» - М.: Просвещение, 1992г.
2. Вавилова Е.Н.; Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. Сада. - М.: Просвящение, 1983.

3. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие. -М.: АРКТИ,2005.
4. Николаева Н.И. Школа мяча: Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений. СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС,2012.
5. Нестерова З.И. ВЫШЕ, ДАЛЬШЕ, ТОЧНЕЕ: Учебно-методическое пособие для студентов, учителей начальных классов, педагогов дошкольных образовательных учреждений. -Шадринск: Изд-во ШГПИ,1997.
6. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 368 с. С. 239-240.

МАСТЕР – КЛАСС «НЕЙРОТРЕНАЖЕРЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ»

Л.В. Нефедова, учитель-дефектолог,
МАДОУ детский сад №1, Пермский край, г. Нытва

«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННОЙ ЛЕСТНИЦЫ В ДОУ»

Цель: повышение уровня компетенции педагогов при использовании нового спортивного оборудования – координационно-скоростной лестницы для развития скоростных навыков, координации движения и ориентации в пространстве у детей дошкольного возраста.

Задачи:- достижение максимального взаимодействия и взаимопонимания педагогов в вопросах развития координационных способностей у детей дошкольного возраста;
-совершенствование практических умений и навыков педагогов (в ходьбе, беге в разном темпе, прыжках, с разной частотой работы ног в ограниченном пространстве), необходимых в работе с детьми при использовании координационной лестницы;
-рефлексия собственного профессионального мастерства всеми участниками мастер-класса.

Ход мастер-класса

Здравствуйте уважаемые коллеги, вашему вниманию предлагаю мастер-класс по теме «Использование координационной лестницы для оптимизации двигательной активности детей в условиях детского сада».

Одной из главных задач нашей работы, является сохранение и укрепление здоровья детей.

Ребёнок 21 века, по мнению академика Н.М. Амосова, сталкивается с тремя пороками цивилизации: накоплением отрицательных эмоций без физической разрядки, неправильным питанием и гиподинамией. Как следствие возникают разного рода отклонения и заболевания.

В области физической культуры в детском саду можно использовать современное нестандартное спортивное оборудование «Координационная (скоростная) лестница», помогающее преодолеть недостатки физического развития детей. Использование современного спортивного оборудования, является перспективным средством повышения качества образовательной деятельности ДОУ.

Координационная лестница – это тренажёр, состоящий из прочных нейлоновых лент и пластиковых реек, а также может быть сделан из подручных средств, как у меня. Она позволяет развивать скоростные навыки при выполнении движений, для развития манёвренности, силы, выносливости, координации движений, укрепляет осанку детей, способствует развитию быстроты реакции, памяти внимания, мышления и воображения.

Этот инвентарь лёгкий в хранении и транспортировке, что позволяет нам разнообразить занятия по физкультуре в зале и на улице, а также возможно использование в группах и дома.

Применение скоростной лестницы в детском саду имеет большие возможности: от изучения различных видов упражнений до использования в играх и эстафетах, как основного или вспомогательного инвентаря.

Цель - развитие координационных и скоростных способностей у детей дошкольного возраста.

Задачи - приобретать и совершенствовать навыки в ходьбе, беге в разном темпе, прыжках, с разной частотой работы ног в ограниченном пространстве. Совершать движение с изменением направления.

Упражнений, выполняемых на координационной лестнице множество. В основном практически все направлены на улучшение координации и скорости работы ног, техники движений и баланса, развития чувства ритма тела и координации, что очень подходит для ОФП от дошкольников до людей любого возраста.

При тренировках с лестницей используются 4 основных навыка:

приставные шаги; прыжки; бег; бег вприпрыжку, ползание, пролезание.

Применение координационной лестницы: утренняя гимнастика; занятия по физической культуре; самостоятельная деятельность детей; физкультминутки; развлечения, спортивные праздники, проведение эстафет, подвижные игры.

Практическая часть

Уважаемые коллеги, а сейчас предлагаю вам практически познакомиться с техникой выполнения разминочных и игровых упражнений на координационной лестнице.

Прошу подойдите несколько человек и встаньте в одну колонну за мной и выполняем движения сначала по показу на лестнице:

ходьба с продвижением вперёд, высоко поднимая колени, начиная с правой ноги - в первую клетку, а левой ногой - во вторую клетку, разноимённый мах руками, до конца лестницы 2-3 раза («Марш в колонне»);

ходьба с продвижением вперёд приставным шагом, начиная с правой ноги, на середине лестницы начинаем ходьбу с левой ноги, руки на поясе, до конца лестницы 2-3 раза;

прыжки с продвижением вперёд, мягко приземляясь на полусогнутые ноги, попеременно на двух ногах, через одну клетку лестницы, руки на плечах, до конца лестницы 2-3 раза (и/у «Лягушки»);

прыжки с продвижением вперёд, мягко приземляясь на полусогнутые ноги, попеременно с начало в первую клетку одной ногой, затем ноги врозь за пределы (между) второй клетки, руки в стороны, до конца лестницы 2-3 раза (и/у «Классики»);

прыжки на двух ногах попеременно, мягко приземляясь на полусогнутые ноги, с начало в первую ячейку лестницы с поворотом на 180 С, затем во вторую тоже с поворотом на 180 С, руки согнуты в локтях, до конца лестницы 2-3 раза (и/у «Повороты»);

прыжки на двух ногах попеременно из клетки в клетку, с зажатым между коленей мячом, мягко приземляясь на полусогнутые ноги, руки на поясе, до конца лестницы 2-3 раза (и/у «Пингвины»);

бег вприпрыжку с высоким подниманием колена, руки на плечах, до конца лестницы 2-3 раза (и/у «Лошадки»);

спокойная ходьба из клетки в клетку, с упражнениями на дыхание, до конца лестницы 1-2 раза.

Также возможно использованием лестницы с выполнением нейроупражнений с карточками и по схемам, сейчас мы с вами также попробуем выполнить их.

«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БАЛАНСИРОВОЧНОЙ ДОСКИ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ»

Что такое БАЛАНСИР и почему его так ценят нейропсихологи?

Балансировочная доска или кочка (она же «балансир») — незаменимый помощник в играх и занятиях с детьми, который через движение развивает вестибулярный аппарат, внимание, речь и даже интеллект! Как это возможно? Всё дело в том, как движение воздействует на мозг!

Удержание равновесия на неустойчивой опоре — это «задача со звездочкой»:

- на уровне периферии активизируется работа мышц-стабилизаторов и нервных окончаний, которые отвечают за проприоцепцию — ощущение тела в пространстве
- на уровне центральной нервной системы требуется активная работа мозжечка
- Мозжечок — наш древний мозг, — как центр управления полётами: он координирует движения всего тела, отвечает за скорость работы мозга
- влияет на речевую активность и способность к саморегулированию
- контролирует мышечное напряжение, а потому от него зависит даже почерк человека, отвечает за способность держать равновесие, по результатам свежих исследований влияет на память.

Поэтому, когда нейропсихологи работают с поведенческими проблемами детей, сложностями в интеллектуальном развитии, импульсивностью и истериками, они подключают упражнения на балансировочной доске. Стимулируя работу мозжечка через мускулатуру и «включение» мышц-стабилизаторов, мы воздействуем на все сферы жизни ребёнка, от сна до учёбы.

Ставить ребенка на балансир — конечно же с поддержкой и страховкой взрослого, — можно с 9 месяцев. Для начала просто раскачиваясь, например, в такт музыки. Чем старше ребенок, тем шире спектр упражнений.

В арсенале нейропсихологов таких упражнений целая группа: для развития концентрации, контроля импульсивных движений, моторного планирования, визуального контроля. На видео вы как раз видите несколько из них.

Принцип методики: регулярные занятия с использованием балансировочной доски напоминают особую лечебную физкультуру. Они включают упражнения на равновесие, координацию движений, развитие зрительно-моторной координации. Во время сеанса ребенок должен, балансируя на доске, удерживать положение своего тела и выполнять

определенные задания. Эти задания постепенно становятся сложнее. В структуру занятия включаются упражнения с другими атрибутами: мяч-маятник, мячики, мешочки и т.д.

Практическая часть. А теперь, давайте попробуем выполнить задания на доске. Так мы сможем почувствовать то, что чувствуют и ощущают дети, работая по данной методике. Доска предназначена не только для того чтобы на ней держать равновесие, но и для выполнения заданий, которые мы вам сейчас хотим показать. Работа на балансировочной доске делится на несколько этапов:

1. Начальный этап (освоение). Маленькие дети 1.5 - 2х лет могут просто играть с доской: залезть и слезть с нее в свободном режиме, рассаживать на них игрушки уравнивая их, скатывать машинки как с горки.

2. Простой уровень.

1. Слезть спереди, сзади, с обеих сторон (т.е выполнять любые упражнения которые нравятся).

2. Упражнение «Маятник». Аккуратно встать на балансир, расставить ноги и покачиваться на балансире. Развести руки в стороны и попробовать удержать балансир в горизонтальном положении удерживая равновесие, затем осторожно сойти с балансира.

2. Упражнение «Кораблик» Повторить предыдущее упражнение зайдя на доску с боку. После того как баланс найден, можно попробовать ноги сместить к краям балансира и слегка покачаться на нем как на кораблике.

3. Упражнение «Мостик» Перейти через балансир маленькими шагами с одного края на другой и обратно.

4. Упражнение «Неваляшка». Сесть на балансир поджав ноги под себя и расставить руки стараясь удержать балансир в горизонтальном положении, максимально держа спину правильно.

3. Продвинутый (усложненный) уровень.

Когда дети уже освоили балансир, задания усложняются с помощью предметов. В комплекте с балансировочной доской идет и дополнительные материалы. И так как полного комплекта у нас нет, то вместо них предлагаем ребенку выполнить эти же упражнения с другими предметами в руках (с игрушкой, любыми мячами и мешочками с разными наполнителями). Мы предлагаем вашему вниманию комплекс упражнений с мячом (массажный либо с набивным), при этом можно использовать разные мячи.

Сенсорика + артикуляционное упражнение. Стоя на доске, ощупывание мяча, догадываясь, что внутри (бусы, крупа и т.д) Затем перекалывание мяча с одной руки на другую.

Выполнение артикуляционных упражнений, балансируя на доске.

Автоматизация звука.

1. С мешочком в руке, отведение сначала в одну, затем в другую сторону, произнося автоматизируемый звук.

2. Подкидывание мяча и его ловля (можно с хлопками), называя слог на заданный звук.

3. Бросание мяча в мишень (корзину): придумывание слова с заданным звуком (в начале слова, середина, в конце слова)

* удары мяча об пол, называя слово, ловля его двумя руками.

Составление предложений. Попадание в мишень из рисунков: попасть мячом в определенный рисунок, и придумать с данным словом предложение. Это же можно использовать при работе со звуками – например, попади в рисунок, в названии которых звук «Р» находится в начале слова (в середине, конце).

Текст. Рассказывание стихотворных, чистоговорок, текстов подкидывая мяч друг другу. Осуществление массажа кистей рук, стоя на доске, как массажными шариками, так и шарами СУ- Джок и колечками из этого же набора, проговаривая различные стихотворения.

Йога на балансирах - например упражнение “Цапля”, “Журавль” и другие.

Вывод. Выполняя простейшие упражнения с балансирами, постепенно можно добиваются хороших результатов в обучении и развитии ребенка. Данная методика используется недавно с детьми со сложными дефектами и нарушениями речи, но систематизированные результаты можно будет увидеть уже через 5-6 месяцев.

Рефлексия подведение итогов мастер-класса

Уважаемые педагоги, надеюсь, представленный вам метод нестандартного оздоровления детей был вам интересен и полезен. Применение лестницы и балансира служит прекрасным дополнением к занятиям по физической культуре и использованию её в самостоятельной деятельности в группах. Успех от занятий по физической культуре будет только в том случае, если они будут разнообразными.

РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ И РЕЧЕВОЙ АКТИВНОСТИ У ДЕТЕЙ С ТНР СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ПОМОЩЬЮ ПОДВИЖНЫХ ИГР

О. В. Белокурова, инструктор по физической культуре,

МБДОУ ЦРР – детский сад № 16 г. Нытва

И. Г. Балакина, музыкальный руководитель,

МБДОУ ЦРР – детский сад № 16 г. Нытва

Неполноценная речевая деятельность накладывает отпечаток на формирование двигательной, сенсорной, интеллектуальной сферы у детей. Часто речевые расстройства сопровождаются нарушениями слухового внимания, общей и мелкой моторики, дискоординацией движений, их несогласованностью и неточностью. Игровая деятельность способствует совершенствованию двигательных умений и навыков, доставляет радость от процесса и результата игровых действий.

Проект «Игротека» содержит совместную организацию игровых занятий для детей 5-6 лет с ТНР в совместной работе инструктора по физкультуре и музыкального руководителя.

Цель проекта: Повышение речевой и двигательной активности детей с ТНР.

Задачи:

Развивать двигательные умения и координацию движений.

Развивать чувство ритма и слухового восприятия.

Активизировать словарный запас.

Используем следующие виды подвижных игр:

1. П/И на развитие общей моторики с речевым сопровождением.
2. Игры музыкальные, в том числе хороводные.
3. Игры на развитие ориентировки в пространстве.
4. Игры на развитие внимания.
5. Игры на развитие согласованности действий.
6. Игры на расслабление.

Речь, музыка и движение должны быть взаимосвязаны, дополнять друг друга. Благодаря этим 3 компонентам, повышается двигательная активность ребёнка, развивается слух и внимание.

Список литературы:

- 1.Боромыкова О. С. «Коррекция речи и движения с музыкальным сопровождением» С-П., 1999 г.
2. Ю.А.Кириллова. «Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 5 до 6 лет». С-П., 2018г.
3. Ю.А.Кириллова. «Физическое развитие детей с ТНР (ОНР) с 3 до 7 лет». Парциальная программа. С-П., 2021г.
3. Сафронов А.И. «Организация занятий физической культурой с детьми с ТНР в условиях ДОУ». Орехово-Зуево, 2022г.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ФУНКЦИЙ, ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНИК В СПЕЦИАЛЬНО ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Т.А. Медведева, воспитатель

МАОУ «Гимназия №5» СП «Детский сад №44»

В последнее время большую актуальность получила проблема сохранения здоровья дошкольников. Данные медицинских осмотров свидетельствуют о том, что здоровье детей ухудшается.

В тексте письма министерства образования РФ говорится: «Сохранение и укрепление здоровья обучающихся, формирование у них потребности в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни является одной из основных задач образовательных учреждений всех типов».

Важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка, развития у него физических навыков и умений является дошкольное детство. Гармоничное физическое развитие решается через реализации задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Возможный путь решения части этой проблемы — организация малых форм физической активности воспитанников. По-нашему мнению, недостаточное внимание уделяется оптимизации содержания малых форм физкультурно-оздоровительной работы, таким как физкультминутки, а ведь именно они при умелом подходе и организации могут дать большой оздоровительный эффект.

Оптимизация – это решение максимального количества задач за минимальный отрезок времени.

Оптимизация может проходить по двум направлениям:

- 1- оптимизация содержания физкультурминутки;
- 2- изменение формы организации.

Именно этим требованиям отвечает система работы в парах и малых групп, которую использую в своей практике. Так же в парах использовать стретчинг, дыхательные гимнастики, массаж. Её высокая эффективность определяется коррекционными возможностями работа в парах во время физкультурминутки.

Уникальное сочетание физических упражнений, музыки, проговаривание стихов в ритме движений развивает ритмическое чувство, координацию, речь, равновесие, а также вызывает эмоциональный подъем, чувство радости и удовольствия. Она способствует воспитанию познавательной, волевой сфер личности, гармоничному физическому и художественному развитию детей, памяти, выразительности движений, формирует музыкально-ритмическое чувство.

Роль партнеров в этих упражнениях бывает различна:

- оба партнера выполняют совершенно одинаковые по форме и характеру движения (зеркально или одноименными частями тела);
- партнер оказывает помощь, поддержку или сопротивление основному исполнителю.

Ценность упражнений в парах или малыми группами также несомненна и для развития ряда навыков, имеющих прикладное значение. С этой целью применяются упражнения в перетягивании, элементы ловля мяча, передача предметов и другие, способствующие специальной подготовке детей к овладению более сложными двигательными навыками, а также общему физическому развитию.

Список литературы

1. Е.В. Сулим «Занятия по физкультуре в детском саду: игровой стретчинг»
2. Е.В. Сулим «Детский фитнес»
3. А.Н. Стрельникова «Дыхательная гимнастика»
4. Игровой массаж интернет ресурсы

ПРОЕКТ ИННОВАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ «СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ»

О.П. Хабарова, методист

МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 161» г. Перми

С.А. Нилова, инструктор по физической культуре,

МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 161» г. Перми

А.В. Овчинникова, инструктор по физической культуре

МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 161» г. Перми

Проект инновационной деятельности по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья «Спорт для всех» направлен на воспитание гармонично развитой личности с устойчивой системой

социальных, нравственных и физических качеств. Делает образовательную систему ДОО открытой для активного участия родителей.

Цель проекта: привлечение детей старшего дошкольного возраста, имеющих ограниченные возможности здоровья и их родителей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, приобщение к здоровому образу жизни.

Социализация детей с ОВЗ состоит из многих аспектов и достигается благодаря массовым социальным мероприятиям и акциям. В таких мероприятиях дети с ОВЗ чувствуют свою значимость для общества, имеют возможность проявить себя, создается ситуация успеха. Здоровье является неотъемлемым компонентом развития ребенка и его социализации. Но, как правило, физическое развитие детей с ОВЗ не соответствует физическому развитию детей общеразвивающих групп. И в спортивных соревнованиях дети с ОВЗ как правило не участвуют.

Спортивные мероприятия с адаптивными спортивными упражнениями и эстафетами призваны решить эту проблему. Дети с ОВЗ соревнуются в равных категориях и имеют возможность проявить себя. Создается ситуация успеха для них. К этому приобщаются семьи воспитанников, что способствует принятию родителями особых детей, повышает родительскую компетентность в области физического развития детей.

Реализация обозначенной цели предполагает решение ряда задач:

1. Организовать подготовку педагогов ДОО к реализации проекта инновационной деятельности по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья;
2. Сохранять и укреплять здоровье, обеспечить функционирование всех органов и системы организма;
3. Способствовать формированию компетентности родителей в области физического воспитания;
4. Развивать личностную заинтересованность, ориентированную на сохранение собственного здоровья;
5. Повышать интерес к здоровому образу жизни путём привлечения к участию в спортивных мероприятиях;
6. Формировать единый детско-взрослый коллектив.

Актуальность:

В современном обществе сохранение и укрепление здоровья человека является актуальной проблемой. К сожалению, уже в дошкольном возрасте дети имеют в своем развитии те или иные отклонения. В последнее время все чаще отмечается рост числа дошкольников с нарушениями в психическом и соматическом развитии. Одну из таких групп составляют дети с задержкой психического развития. Психологи рассматривают их состояние как пограничное между нормой и патологией, которое при отсутствии коррекционно-профилактических мероприятий может привести к необратимым последствиям.

У таких детей наблюдаются специфические недостатки моторики и психомоторики, которые являются следствием раннего органического поражения центральной нервной системы или ее функциональной незрелости. В первую очередь страдают двигательные качества. Слабо развита координация движений, недостаточно сформирована пространственная организация.

Сохранение и укрепление здоровья особенно важно для детей с ограниченными возможностями здоровья, поскольку они соматически ослаблены, многие имеют хронические заболевания, кроме того, по сравнению со сверстниками, испытывают повышенную интеллектуальную нагрузку.

Важным компонентом является включение родителей в совместную деятельность со специалистами, педагогами. Обучить родителей педагогическим технологиям по организации жизни ребенка в обществе и осуществление комплексной оздоровительной работы во взаимодействии со специалистами – основная задача педагогов.

Чтобы сохранить и улучшить здоровье детей в один из самых ответственных периодов жизни, необходима огромная работа с семьей. Задача педагога – своевременно и поэтапно включать родителей в совместную деятельность со всеми специалистами образовательной организации.

Ни одна, даже самая лучшая физкультурно - оздоровительная работа не будет эффективной без взаимодействия с родителями, которое осуществляется с помощью, консультаций, бесед, совместных мероприятий. Систематически родители посещают дни открытых дверей в детском саду, родительские собрания, вместе с ребятами активно принимают участие в развлечениях, спортивных праздниках.

Эффективность сотрудничества зависит от наличия определенных условий:

- ориентации на здоровый образ жизни;
- компетентности специалистов и педагогов ДОО и СОШ в области занятий физкультурой и здорового образа жизни;
- активности участников;
- разработки проектов сотрудничества специалистов и педагогов ДОО и СОШ на основе подготовки и проведения мероприятий по пропаганде здорового образа жизни.

В целях повышения эффективности реализации государственной политики в области физической культуры в нашем ДОО возникла идея создания и реализации такого проекта, который бы учитывал выше приведенные аспекты приобщения к здоровому образу жизни.

Проблема физического воспитания детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья актуальна.

Таким образом, наблюдаются ряд противоречий:

- между необходимостью решения проблемы физического воспитания детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья в практике дошкольного образования и недостаточностью инновационных проектов в области физического воспитания;
- изученностью в процессе инновационной деятельности в дошкольном образовательном учреждении.

Проектная идея: создание системы работы по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья.

Основными целевыми группами, на которые направлен проект, являются дети старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья - ОВЗ (ТНР, ЗПР, интеллектуальные нарушения, нарушения слуха, зрения).

В процессе проведения Спартакиады «Спорт для всех» дети учатся быть более внимательными, ловкими, быстрее находят контакт со сверстниками и получают больше удовлетворения от участия в спортивных мероприятиях вместе с родителями.

Совместная деятельность детей, родителей и педагогов помогает преодолеть в команде различные трудности, достичь общего командного результата. Как дети, так и их родители радуются достижениям, учатся стремиться, не только к индивидуальным, но и к командным победам. Родители в свою очередь осознают и понимают важность оздоровительных мероприятий.

У каждой семьи есть свои традиции: путешествия, экскурсии, турпоходы. Мероприятия, подчиняющие свою жизнь интересам спорту.

Вследствие совместной работы всех участников образовательного процесса (дети, родители, педагоги) вырабатывается устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой, спортом и участие в спортивных мероприятиях. Они ориентированы на здоровый образ жизни и укрепления здоровья.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ С ОВЗ СРЕДСТВАМИ МУЛЬТСТУДИИ

Ю.Ю. Романова, инструктор по физической культуре

МБДОУ «Детский сад «КАЛЕЙДОСКОП» г. Краснокамска Пермского края

Л.Н. Бражкина, воспитатель

МБДОУ «Детский сад «КАЛЕЙДОСКОП» г. Краснокамска Пермского края

Мультстудия является одним из образовательных модулей парциальной модульной программы «STEM-образование детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста», которую мы реализуем в рамках инновационной площадки.

Основной педагогической ценностью использования мультстудии является комплексное развитие детей. Данная технология способствует развитию ребёнка во всех образовательных областях, определенных во ФГОС и ФОП ДО.

В процессе придумывания сюжета мультфильма развивается творчество и связная речь, в ходе озвучивания персонажей - диалогическая и монологическая речь; интонационная культура.

Создание мультфильмов вызывает у дошкольников устойчивый интерес и способствует поддержанию познавательной мотивации. В процессе работы над мультфильмом дети уточняют представления об окружающем мире, о природе, о профессиях и труде людей, ищут решение проблемно-поисковых ситуаций, развивают творчество и воображение. При съёмке и монтаже у детей формируются специальные технические умения и навыки.

При оформлении декораций и персонажей или героев мультфильма дети применяют свои навыки в рисовании, лепке и аппликации. Придумывают, как озвучить шум ветра или воды, скрип шагов, голоса птиц и животных. Учатся подбирать музыкальное сопровождение, используя навыки пения, игры на музыкальных и шумовых инструментах.

В процессе общения и взаимодействия со взрослым и сверстниками дети учатся договариваться, распределять обязанности и т.д.

Через мультстудию повышаем интерес детей к физической культуре и спорту, здоровому образу жизни, укрепляем мелкую моторику рук.

В нашей группе комбинированной направленности дети с ограниченными возможностями здоровья: это дети с ТНР и ЗПР. Целостное развитие таких детей представляет собой многогранный процесс, в котором особую значимость приобретает личностный, умственный, речевой, эмоциональный, физический и другие аспекты развития. У данных детей проблемы не только в интеллектуальной деятельности, в речевом развитии, но и страдают зрительное и слуховое внимание, моторная координация, проблемы с ориентированием в пространстве, в освоении основных движений.

При создании мультфильма дети погружаются в мир фантазии и сказки, оказываются по ту сторону экрана и своими руками оживляют свои самые неожиданные и необычные сюжеты, получают новые знания, учатся планировать свои действия, работать в группе сообща.

По технологии Токаевой Т.Э. «Будь здоров, дошкольник!» эффективными приемами выступает мотивация физкультурной деятельности на основе игровых ситуаций «В стране физкультуры и здоровья». В планировании на каждый месяц существует определенная тема на развитие физических качеств: «Путешествие в страну Силы», «Царство Гибкости», «Царство осанки», города «Быстроты и выносливости, ловкости».

В феврале мы с ребятами изучали тему «Путешествие в город Равновесия», где познакомились с жителями этой страны и движениями, в которых необходимо равновесие. Вместе с ребятами создавали говорящую среду по этой теме в спортивном зале на плакате и решили придумать сюжет для спортивной сказки с декорациями по данной теме.

Для закрепления темы и дальнейшего использования полученных умений и навыков решили создать мультфильм с названием «Путешествие Степы и Даши в город Равновесия».

Мы только учимся создавать мультфильмы. Знакомим детей с этапами создания мультфильма:

- идея (выбор темы),
- сюжет,
- сценарий, раскадровка,
- создание персонажей,
- изготовление фонов и декораций,
- съёмка,
- озвучивание,
- монтаж,
- демонстрация мультфильма.

Схема помогает запомнить этапы и следовать им в процессе деятельности.

Изучаем искусство мультипликации: что такое мультфильм, кто и как его создаёт; виды мультфильмов и техники анимации. Просматриваем мультфильмы разных видов, сравниваем и выбираем нужный способ. Обсуждаем, что нужно мультипликаторам для создания мультфильма: сценарий, герои, декорации, слова по ролям, музыкальное сопровождение, артисты, которые озвучивают фильм.

Мультфильм начинается с идеи, которая творчески развивается в сюжет и фиксируется в сценарии. Важно выбрать такую тему мультфильма, чтобы она была интересна детям. В этом помогает Детский совет и голосование.

При составлении сценария важно понимать, что, как и когда происходит на экране. Дети придумывают, кто будет главным персонажем, а кто второстепенным, в каком месте это будет проходить и какие диалоги будут между героями. В нашем мультфильме это: дети Даша и Степа; принц и принцесса Равновесия.

Мы записываем за детьми придуманный ими сценарный план, чтобы в процессе ничего не перепутать. Помогаем наполнить диалоги познавательной информацией, дополняем рассказы детей. При создании персонажа учитываем, какие эмоции будет передавать герой – удивление, радость, грусть, восторг и т.д.

С помощью декораций передаём настроение и идею мультфильма. Оформляем декорации все вместе, делаем их мобильными и подвижными.

Когда подготовка практически закончена, переходим к распределению ролей: кто будет оператором, кто переставлять героев, кто отвечать за смену декораций, кто озвучивать текст и персонажей.

Сама съёмка – это покадровое перемещение предметов в пространстве. Обучаем детей умениям съёмки, созданию множества кадров с «оживлением» героев и персонажей: менять позы, положение героев по направлению задуманного движения.

Особое внимание уделяем озвучиванию, записи голоса и диалогов персонажей, текста под кадры (голос ребёнка - разный тон, выразительность, эмоциональность).

Значимым моментом является просмотр итогового медиапродукта (https://vk.com/wall-202616685_158). Это результат целой команды! В результате у детей сформировались обобщенные представления о движениях, способствующих развитию равновесия, как правильно выполнять то или иное упражнение. Готовый мультфильм вызвал у детей интерес к упражнениям на равновесие, желание повторять их в самостоятельной деятельности и контролировать правильность выполнения.

Мы планируем создать серию мультфильмов – путешествия по «Стране физкультуры и здоровья».

Таким образом, мультстудия является неоспоримой инновацией в деятельности ДОУ, универсальным образовательным пространством, внутри которого, благодаря

особой системе взаимоотношений взрослых и детей, происходит целостное развитие личности ребенка, раскрытие внутреннего мира каждого воспитанника.

Список литературы

1. Волосовец Т.В. СТЕМ-образование детей дошкольного и младшего школьного возраста. Парциальная модульная программа. – М.: БИНОМ, 2018.
2. Токаева Т.Э. Технология физического развития детей 5-7 лет. М.: ТЦ Сфера, 2018.
3. Муродходжаева Н.С. Мультистудия «Я творю мир». Методические рекомендации. М., 2018.

ПРОЕКТ: «РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ЗИМНИЙ ПЕРИОД С ДЕТЬМИ ОВЗ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПОЛИФУНКЦИОНАЛЬНОГО ПОСОБИЯ «РАЗНОЦВЕТНЫЕ ДОРОЖКИ»

О.В. Живага, инструктор по физической культуре

МАДОУ «Детский сад «Почемучка» г. Пермь

Т.Н. Коняева, воспитатель

МАДОУ «Детский сад «Почемучка» г. Пермь

О.О. Шестакова О.О. воспитатель

МАДОУ «Детский сад «Почемучка» г. Пермь

Описание материала: Методический материал будет полезен инструкторам по физической культуре и воспитателям детского сада, специалистам ДОУ, родителям.

Проблема: Как разнообразить прогулку и активизировать двигательную деятельность детей ОВЗ?

Актуальность: С наступлением зимы дети мало двигаются на свежем воздухе. Нередко, бывает так, что на заснеженном участке трудно организовать не то, что подвижную игру, но и саму прогулку, а заснеженный вид участка приводит к унынию и тоске. Используемая в настоящее время в дошкольных учреждениях для организации двигательной активности детей на воздухе предметно-развивающая среда не в полной мере обеспечивает физическое развитие дошкольников, что, в свою очередь, вызывает существенные трудности при разработке и использовании соответствующих приемов и методов физического воспитания. Вместе с тем, в условиях недостаточного финансирования, когда материальная база далека от совершенства, для решения задач физического воспитания детей важно использовать все ресурсы детского сада. При этом создаваемая предметно-развивающая среда должна соответствовать правилам охраны жизни и здоровья детей, требованиям гигиены и эстетики, отвечать анатомо-физиологическим особенностям ребенка, являться доступной, многофункциональной, практичной, экономичной и привлекательной для дошкольников. При организации двигательной активности детей ОВЗ на воздухе в качестве предметно-развивающей среды можно использовать игры с многофункциональными дорожками.

Игры с «Разноцветными дорожками»:

- не требуют специального оборудования и дополнительного места для проведения, их легко организовать там, где есть дорожки: на групповом участке, дорожки вокруг детского сада
- количество участников в играх на дорожках не ограничено
- предназначены для детей от 3 до 7 лет
- для развлечений, спортивных мероприятий

- проведения хоккейных матчей, тренировок юных хоккеистов
- проведения физкультурных занятий на улице
- подвижных игр, упражнений

Для игр и упражнений с «Разноцветными дорожками» понадобятся снежные тропинки, цветная вода в бутылке для рисования, желание внести ярких красок в прогулку и фантазия. А еще благоприятная погода и дружная компания.

Тип проекта: долговременный, познавательно–игровой.

Новизна проекта: Новый подход к развитию двигательной активности детей ОВЗ, направленный на активизацию свободных самостоятельных двигательных игр и упражнений с использованием многофункциональных «Разноцветных дорожек».

Цель: формирование самостоятельной двигательной деятельности детей ОВЗ дошкольного возраста на прогулке посредством игр с многофункциональными «Разноцветными дорожками».

Задачи проекта:

1. Сохранять и укреплять здоровье детей, посредством двигательной деятельности на свежем воздухе в зимнее время года.
2. Развивать у детей физические качества – быстроту, ловкость, силу, координацию, силовую выносливость, меткость через подвижные игры на прогулке.
3. Воспитывать у детей чувство коллективизма, доброжелательности, взаимовыручки, настойчивости, дисциплинированности во время подвижных игр и упражнений.
4. Привлекать родителей (*законных представителей*) к помощи в реализации теоретической и практической части **проекта**.

Сроки реализации проекта: ноябрь – февраль 2023 – 2024 г.

Участники проекта: дети дошкольного возраста ДООУ, родители (законные представители) инструктор по физической культуре, воспитатели групп.

Предполагаемый результат. У детей ОВЗ сформировано представление о том, зачем нужны прогулки на свежем воздухе, о влиянии двигательной активности на состояние здоровья. Знакомство с новыми разнообразными играми и упражнениями на воздухе. Воспитали у детей чувство коллективизма, доброжелательности.

Реализовать проект будут:

Руководители и разработчики проекта – инструктор по физической культуре – Живага Ольга Валентиновна, воспитатели Коняева Татьяна Николаевна, Шестакова Оксана Олеговна.

Продукт проекта:

1. Создание картотеки подвижных игры и упражнений с «Разноцветными дорожками».
2. Создание видеотеки «Игры с разноцветными дорожками».

Этапы реализации проекта:

I этап Организационный: (ноябрь)

1. Теоретическое изучение проблемы. Подбор методической литературы (схемы, игры, музыка).
2. Изготовление многофункциональных «Разноцветных дорожек» на территории ДООУ.
3. Разработка игр для детей разных возрастов с использованием «Разноцветных дорожек».
4. Подборка необходимого информационного материала для родителей.

2 этап – Практический (декабрь – февраль)

Месяц	Формы, методы	Ответственные
Декабрь – февраль	Занятия по физической культуре на воздухе	Инструктор по ФК: Живага О.В.

Декабрь февраль	- Разучивание и закрепление подвижных игр на прогулке с использованием «Разноцветных дорожек».	Воспитатели: Коняева Т.Н. Шестакова О.О. Инструктор по ФК: Живага О.В.
Декабрь февраль	- Тренировка юных хоккеистов (использование разметки, дорожек, игрового поля)	Инструктор по ФК: Живага О.В.
Январь	Памятка для родителей: «Подвижные игры на прогулке в выходной день»	Воспитатели: Коняева Т.Н.
Январь	Развлечение «День рождения Снеговика» (разметка поля для развлечения, стартовые линии для игр)	Воспитатели: Коняева Т.Н. Шестакова О.О. Инструктор по ФК: Живага О.В.
Январь	Спортивные соревнования в рамках Юниспорт «Лига» «Зимние забавы» (разметка для ориентиров, стартовая линия)	Инструктор по ФК: Живага О.В.
Февраль	Мастер – класс для родителей: «Играем вместе с детьми» («разноцветные дорожки» вокруг детского сада)	Воспитатели: Коняева Т.Н. Шестакова О.О. Инструктор по ФК: Живага О.В.
Февраль	Буклет для родителей «Зимние игры и забавы»	Воспитатели: Шестакова О.О.
Февраль	Хоккейный матч «Трус не играет в хоккей!» (разметка игрового поля)	Инструктор по ФК: Живага О.В.
Февраль	Обмен опытом (подготовительные группы №7, 8) «Предложи игру» дети предлагают свои варианты игр с «Разноцветными дорожками»	Инструктор по ФК: Живага О.В.

3 этап – заключительный

Ожидаемые результаты проекта:

✓ Создана картотека подвижных игр и упражнений по использованию полифункционального пособия «Разноцветные дорожки»

-конспекты занятий с использованием «Разноцветных дорожек»

- буклеты для родителей;

- схемы;

- видеотека «Игры с разноцветными дорожками»;

✓ Обогащение РППС

✓ Повысился интерес у детей ОВЗ к подвижным играм и упражнениям в зимний период.

✓ Родители стали организаторами, активными помощниками и участниками в проведении и организации игр с многофункциональными «Разноцветными дорожками».

✓ Участие с проектом в межрегиональном конкурсе методических и дидактических разработок для педагогов дошкольных образовательных учреждений, студентов «Зимний сезон» в номинации «Спортивный сезон» - Диплом 1 степени.

Дальнейшее развитие проекта:

На основе приобретенного опыта по реализации проекта:

1. С родителями снять видеофильм на тему «Использование Разноцветных дорожек в выходной день»

2. Опубликовать материал в сборниках, журналах.

3. Презентовать опыт работы ДОУ по данной проблеме коллегам города Перми и Пермского края.

Список литературы:

1. Бауэр, О.П. Подвижные игры // Теория и методика физической культуры дошкольников: учебное пособие для студентов / О.П.Бауэр; под ред. С.О.Филипповой, Г.Н.Пономарева. – СПб.: ВВМ, 2004. - С.331-332.
2. Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя детского сада / Е.Н.Вавилова. – М.: Просвещение, 1981. – 96 с.
3. Бабенкова Е., Параничева Т. // Подвижные игры на прогулке Сфера – 2015 С.-96
4. Нищеева Н.В. //Подвижные и дидактические игры на прогулке 2023 г. С.-176
5. Шапкова Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / Под общей ред. проф. Шапковой Л.В - М.: Советский спорт, 2002. — 212 с.

МЕТОДЫ РАБОТЫ В ДОУ С ДЕТЬМИ ОВЗ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗКУЛЬТУРЫ

А.А. Целикова, инструктор по физической культуре

МАДОУ «Детский сад «Волшебная сказка», Пермский край, г. Краснокамск

В последнее время в силу ряда объективных причин увеличилось количество детей с ограниченными возможностями здоровья.

Для детей с ОВЗ, характерны различные нарушения в развитии: нарушение речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, с выраженными расстройствами эмоционально-волевой сферы, с задержкой и комплексными нарушениями развития. Это дети с ослабленным здоровьем, они быстро утомляются, устают, они раздражительны или наоборот апатичны. При выполнении заданий у них возникают произвольные лишние движения, наблюдается поверхностное и неритмичное дыхание; проявляются нарушения общей моторики особенно во время выполнения основных видов движения: лазания, прыжков, метания. Таким детям свойственно неумение слушать, низкий уровень восприятия, слабая концентрация внимания.

Таким образом, на занятиях необходимо учитывать специфику психики и здоровья каждого ребёнка. Данные дети не имеют серьезных противопоказаний против занятий физической культурой и спортом, но требуют особый подход в работе с ними, в частности одним из важных условий является индивидуальный подход.

Необходимо учитывать возрастные особенности детей с ограниченными возможностями здоровья, так как они развиваются медленнее. Данные знания необходимы педагогу для того, чтобы не навредить здоровью, а также выявить потенциальные возможности ребенка, определить оптимальный путь развития и коррекции. Для более эффективной работы в данном направлении педагогу физической культуры необходимо постоянно взаимодействовать с другими специалистами образовательного учреждения, а именно с логопедом, психологом, воспитателями. Методы обучения дошкольников в процессе физического воспитания.

1. Информационно-рецептивный метод.

Характеризуется взаимосвязью и взаимозависимостью между деятельностью педагога и ребёнка. В этом совместном процессе он позволяет комплексно использовать различные способы обучения. Инструктору чётко, конкретно, образно донести знания, а ребёнку - осознанно их запомнить и усвоить.

2. Репродуктивный метод.

Обеспечивает полноценное усвоение двигательных действий воспроизведение способов деятельности. Инструктор по физической культуре продумывает систему физических упражнений на воспроизведение известных ребёнку движений, которые сформировались в процессе применения им информационно - рецептивного метода.

Метод проблемного обучения.

Ребенок переживает радость своих «открытий». Ребенок приобретает способность осуществлять творческие мысли, придумывать комбинации движений, выполнение которых предполагает не только индивидуальные, но и коллективные действия. В старшем дошкольном возрасте ребёнок придумывает варианты подвижных игр, учится их организовывать, сочиняет свои новые игры.

Метод творческих заданий.

Ребёнку предлагается придумать определённые физические упражнения. Он выполняет их один, с группой, в колонне, в шеренге, с предметами и без них. При этом, придумывая игровые сюжеты, ребёнок приобретает умение реализовать свой замысел.

Специфические методы.

Метод круговой тренировки заключается в том, что ребёнок передвигается по заданному кругу, выполняя определённые упражнения или задания, позволяющие разносторонне воздействовать на мышцы, различные органы и системы организма.

Игровой метод.

Игровые действия развивают познавательные способности, морально-волевые качества, формируют поведение ребёнка. Наиболее активно этот метод используется в младших группах, но и широко пользуются в работе так же и со старшим дошкольным возрастом.

Соревновательный метод.

Способствует практическому освоению действий физических упражнений и используется во всех возрастных группах. Перед малышами ставится задача: кто быстрее принесёт флажок, кто дальше бросит мяч. В старшей группе этот метод позволяет совершенствовать движения, эффективно развивать творчество.

ВЫВОД: У большинства детей с ОВЗ отмечается недостаточный уровень познавательной активности, незрелость мотивации к учебной деятельности, сниженный уровень работоспособности и самостоятельности. Поэтому поиск и использование активных форм, методов обучения является одним из необходимых средств повышения эффективности коррекционно-развивающего процесса в работе инструктора по физической культуре.

Список литературы

1. Бутко Г.А. «Физическое воспитание дошкольников с ОВЗ»
2. Токаева Т.Э. «Будь, здоров дошкольник. Программа физического развития детей 3 – 7 лет. – М.:ТЦ Сфера, 2022. -122 с. (Будь, здоров дошкольник!)

НЕЙРОИГРЫ В ПСИХОФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ С ОВЗ

Паляева С.А., инструктор по физической культуре
МАДОУ «Детский сад № 11», Пермский край, г. Краснокамск.

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед дошкольным учреждением. В дошкольном возрасте особенно интенсивно идет развитие психических функций личности. В этот период совершенствуется двигательная сфера. Движения становятся более координированными, ловкими, уверенными. Чем разнообразнее движения, тем больше информации поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие.

В последнее время в силу ряда объективных причин увеличилось количество детей с ограниченными возможностями здоровья, у которых часто ослабленное здоровье, они быстро утомляются, раздражаются, чересчур активны или наоборот апатичны. И меня, как инструктора, это не может не волновать. На сегодняшний день у дошкольников с ОВЗ выявлено достоверное отставание в уровне развития координационных, скоростно-силовых и скоростно-координационных способностей, гибкости, ловкости, а также нарушение мелкой и общей моторики.

Все мы, педагоги, не стоим на месте, ищем новые пути, технологии, не только оздоровления детей с ОВЗ, но и их развития. Изучив опыт педагогов-дошкольников, общаясь с инструкторами, меня заинтересовала тема нейропсихологических игр и упражнений, или новомодное сейчас и активно развивающееся направление, нейрофитнес. Что любят больше всего на свете делать дети? Конечно, играть!

Нейроигры являются прежде всего здоровьесберегающей технологией, способствующей развитию всех психических процессов.

Что такое нейроигры и зачем он нужен детям? Эта методика или технология включила в себя и умственное, и физическое развитие, игры и коррекционную работу с ребенком. А взаимосвязь умственного и физического развития очевидна и доказана учеными. Нейрофитнес или гимнастика мозга - научно обоснованная гимнастика для тренировки мозга и наращивания нейронных связей, позволяет развивать одновременно правое и левое полушария мозга, повышает нейропластичность. В век многозадачности и необходимости быстро реагировать на изменения, это особенно нужно.

Нейрогимнастика включает в себя дыхательную, глагодвигательную, пальчиковую гимнастики, массаж и самомассаж, упражнения на растяжку, перекрестные телесные, повышение энергии тела, позитивное восприятие, на пересечение средней линии тела, а также игры на освоение телесного пространства, на развитие координации и переключения с одного действия на другое. Она активно задействует все органы восприятия, причем необычным образом и в разных комбинациях.

Работая в этом направлении, я использую различное, как традиционное, так и нестандартное оборудование. Упражнения на координационной лесенке применяю давно, а если добавить одновременное использование различного оборудования (мячи, мешочки, обручи и др.), то такие упражнения можно отнести к нейроупражнениям.

Психофизические качества ребенка включают в себя такие понятия, как сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. Ребенку с ОВЗ всё дается сложнее и дольше: либо ОВЗ либо быстрая реакция, но неверное, неточное выполнение упражнения. При повторе забывает инструкцию или задание. Либо ему просто сложно повторить, не использует двигательный опыт. А эффективность использования теннисных мячей для коррекции моторики, ручной умелости известна давно. В психофизической коррекции детей с ОВЗ занятия с мячами могут осуществляться в разных формах.

Нейроигры с мячами или кинезиомячами провожу в непривычных ситуациях, необычной обстановке, например, упр. «Горошины» (с проговариванием или повтором слов за педагогом, на сигнал одновременная передача всеми детьми по кругу мяча правой рукой соседу слева, как усложнение с закрытыми глазами.). Либо серия беговых заданий с фишками и разнообразными действиями, типа «возьми-положи-забери», «бросай-лови-оббеги» и др. Упражнения сложны для детей, т.к. надо напрячь различные органы и системы организма, что как раз активизирует работу мозга через выполнение физических движений.

Нейроупражнение «Мяч, ухо, нос...» развивает внимание, ловкость, координацию, межполушарное взаимодействие (выполнение действий с мячом одной рукой плюс задания для другой руки). А в игре «Бросай-кати» дети в паре выполняют разные действия с мячом, причем мяч надо поймать, не отвлекаясь и концентрируясь на своем задании.

Главный принцип нейрогимнастики — постоянно изменять простые шаблонные действия, т.е. давать мозгу возможность решать привычные задачи непривычным образом.

В нейроигре «Берег-Река» дети учатся справляться с импульсивностью, поспешностью, трудностями переключения, развивается избирательность реакций и внимания. Самая популярная игра из детства многих - «**Резиночки**». Когда-то во дворах дети часами прыгали через резинки. Польза несомненна: развитие ловкости, координации, равновесия в удержании определенной позы, переключение внимания с позы на позу, логического мышления в регуляции и расчете силы прыжка. Мир нейроигр рассчитан на комплексную тренировку когнитивных способностей и высших психических функций: в игре «**Кто быстрее**» дети учатся концентрировать внимание, развивается переключаемость с одного действия на другое, быстро реагировать на сигнал. Упражнение с традиционным оборудованием, гим.палки и летающие тарелки, «**Необычные тарелочки**» развивают не только внимание, ловкость, гибкость мышления, но и пространственную ориентировку в ограниченном пространстве, координацию, зрительно-моторную функцию, межполушарное взаимодействие. В игре «**Кто больше соберет**» пластиковые стаканчики необходимо собрать гим.палкой в определенное место и время. Обычная игра «Классики» становится нейроигрой, «**Нейроклассики**», если использовать схемы и различное оборудование, те же мячи. В качестве классиков я использовала обручи, можно координационную лесенку, рисованные классики.

Через нейроигры ребенок учится:

- решать многие мыслительные и двигательные задачи;
- чувствовать пространство, свое тело;
- развивается зрительно-моторная (глаз-рука), перекрестная координация (рука-нога);
- формируется правильное взаимодействие ног и рук;
- ребенок учится последовательно выполнять действия;
- развивается слуховое и зрительное внимание.

Основные правила выполнения упражнений нейрогимнастики:

- должны быть задействованы не менее двух органов чувств;
- нужно концентрировать внимание на тех объектах или параметрах среды, которые ранее оставались незамеченными;
- следует менять привычные маршруты выполнения движения;
- необходимо выполнять упражнения регулярно.

Использование нейроигр позволяет, с одной стороны повысить эффективность коррекционно-образовательного процесса, с другой в большей степени применить индивидуальный подход в процессе обучения. Их можно использовать как на индивидуальных, так и на подгрупповых занятиях. Любые нейроигры и упражнения ориентированы на оптимизацию речи в ее взаимодействии с другими психическими функциями и пространственными представлениями, т.е. и речевое развитие, и интеллектуальное, и психофизическое.

Мой опыт работы с нейроиграми невелик, применяю их не только с детьми с ОВЗ, но и с нормотипичными детьми. Я заметила, что их воздействие имеет как немедленный, так и накапливающий эффект, в зависимости от нарушений ребенка, который способствует повышению умственной работоспособности, оптимизирует интеллектуальные процессы (внимание, память, мышление, воображение) и активизирует физический потенциал ребенка.

К каждому упражнению необходимо относиться сознательно, помня, что упражняя тело, мы влияем на мозг, ведь дети познают этот мир с помощью движения.

«Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы», - В.А.Сухомлинский.

Список литературы

1. Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. – М.: Просвещение, 1981.
2. Гаврючина, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. – М.: ТЦ Сфера. 2008.
3. Горбунов, Г.Т., Горшкова, А.Т. Взаимосвязь развития двигательных качеств и психических процессов у старших дошкольников. – Спб., 1996.
4. Деннисон, Пол Е. Гимнастика мозга. – Спб.: Весь Спб., 2000.
5. Педяш, Н. Что такое нейрогимнастика и зачем она нужна. [Эл/ ресурс]. -- Режим доступа: <https://www.b17.ru/article/117813/>, .2022.
6. Пирсон, А., Хокинс Д. Школа мгновенной реакции, ловких движений, быстрых ног и сильных рук. Физ.развитие детей 4-11 л. – М.: АСТ: Астрель, 2022.
7. Саксон, М.В. Будь в теме!. – М.: АСТ, 2022.
8. Сиротюк, А.Л. Нейропсихологические и психофизиологическое сопровождение обучения. – М.: Сфера, 2003.
9. Сиротюк, А.Л. Упражнения для психомоторного развития для дошкольников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2008.
10. Ханнафорд, К. Мудрое движение. – М., 2000.
11. Шапкова, Л. В. Средства адаптивной физической культуры. – М.: Советский спорт, 2001.

ПРИМЕНЕНИЕ АДАПТИРОВАННОЙ МЕТОДИКИ «СЕМЕЙНАЯ МЯГКАЯ ШКОЛА» ДЛЯ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ В РАМКАХ ИНТЕГРИРОВАННЫХ ЗАНЯТИЙ СО СПЕЦИАЛИСТАМИ

А.В. Ольхова, учитель-дефектолог,

МАДОУ «Детский сад №400», Пермский край, г. Пермь.

В.В. Сайтакова, инструктор по физической культуре,

МАДОУ «Детский сад №400», Пермский край, г. Пермь.

Т.М. Сырых, учитель-логопед,

МАДОУ «Детский сад №400», Пермский край, г. Пермь.

Авторская методика «Семейная мягкая школа» (далее СМШ) Эллы Глушковой представляет собой целостное развитие в виде системы игровых упражнений для семей с детьми любого возраста и любых особенностей развития, разработанная на основе мягких

стилей воинских искусств и направленная на последовательное раскрытие в человеке врождённой способности быть гибким, смелым, уметь адекватно реагировать на любую сложную ситуацию.

Основа всех игр и упражнений данной методики – это пять базовых упражнений, которые постепенно усложняются и комбинируются: акробатика (безопасные мягкие падения и кувирки), вылезание, толкание, выкручивание и прилипание.

Инструктор по физической культуре обучился этой методике у автора и начал внедрять её в свою работу.

В 2021 г. в МАДОУ «Детский сад №400» г. Перми начались занятия по СМШ для родителей и их детей раннего возраста. Применение методики на практике позволило выявить оптимальную организацию занятий.

После успешной апробации игр и приёмов на нормотипичных детях по инициативе инструктора по физической культуре с методикой Эллы Глушковой ознакомились учитель-дефектолог и учитель-логопед учреждения. Специалисты приняли решение о применении игр и упражнений с детьми с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) в рамках интегрированных занятий.

В 2023 г. благодаря взаимодействию специалистов ДОУ методика СМШ была адаптирована для занятий с детьми с задержкой психического развития (далее ЗПР) и началась её реализация.

Дети с ЗПР – это контингент, имеющий особенности развития и особые образовательные потребности. Темповое отставание развития психических процессов и незрелость эмоционально-волевой сферы у детей, недостаточный уровень развития моторики, речи, внимания, памяти, мышления, восприятия, регуляции, могут быть компенсированы с помощью специально организованного обучения и воспитания.

Целью интегрированных занятий является создание дополнительных условий для развития общей моторики, памяти, пространственных представлений и речи у детей с ЗПР.

Такие занятия проводятся 1 раз в неделю и состоят из 4 этапов, которые проводят разные специалисты. Занятия по мере необходимости проводятся как в парах, так и в небольших группах, с родителями и без их участия.

Этапы занятия:

1. Подготовительный этап – это разминка и проработка мышц, развитие двигательных навыков. Проводит инструктор по физической культуре.

Примеры упражнений: «Собачка» для развития подражательной деятельности и проработки всех групп мышц, «Бревнышко» для разминки мышц и развития контроля за собственным телом, «Привет, пятка» для развития координации и быстроты реакции детей.

2. Активизирующий этап – это активация межполушарного взаимодействия, развитие самоощущений для ориентирования в собственном теле и пространстве, развитие памяти и понимания инструкций. Проводит учитель-дефектолог.

Примеры упражнений: «Горка» для развития тактильных ощущений и правильного определения сторон, левой и правой частей тела, «Солдаты» для развития координации и понимания направлений «от себя» и «к себе», «Ракета» для развития понимания и следования инструкциям.

3. Речевой этап – это развитие компонентов речевой системы во время речедвигательных игр и приёмов. Проводит учитель-логопед.

Примеры упражнений: «Кукла» для автоматизации изолированных звуков, «Лодочка», «Канатоходец» для закрепления правильного произношения звука в числовых словах.

4. Заключительный этап – это методы и приёмы релаксации. Проводит инструктор по физической культуре.

Примеры упражнений: кинестетический массаж для снятия психофизических зажимов самого поверхностного уровня (толкание, выкручивание, прилипание).

Проводимая специалистами работа показала, что дети с ЗПР становятся менее застенчивыми и зажатыми. Система занятий помогает снять напряжение в теле, создать ситуацию успеха, развивать и совершенствовать двигательные навыки, пространственный гнозис, а также закреплять речевые умения детей, способствовать укреплению здоровья.

Таким образом, можно сделать вывод, что применение адаптированной методики «Семейная мягкая школа» показала свою эффективность в рамках интегрированных занятий с детьми с ОВЗ.

Список литературы

1. Бутко Г.А. Особенности формирования двигательной сферы дошкольников с задержкой психического развития. // Коррекционная педагогика, № 2. 2003.
2. Глушкова Э. Л. «Семейная мягкая школа», 2012 г.
3. Маркова Л.С. Организация коррекционно-развивающего обучения дошкольников с задержкой психического развития. М., 2002.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ БАЛАНСИРОВОЧНОЙ ДОСКИ БИЛЬГОУ КОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЯХ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

И.Ю. Шутова, учитель-логопед

МАДОУ «Детский сад № 418» г. Перми

Е.А. Бочкарева, учитель-дефектолог

МАДОУ «Детский сад № 418» г. Перми

Пояснительная записка

Успешность коррекционной работы во многом зависит не только от своевременной её реализации, но и от правильного подбора и использования логопедических технологий, пособий и развивающего материала. В настоящее время в логопедической практике активно используются разнообразные современные логопедические и педагогические технологии. Выбор средств и методов зависит от возраста детей, сложности и структуры речевого дефекта, а также от индивидуальных особенностей детей, посещающих логопедические занятия.

Специальные занятия по программе мозжечковой стимуляции рекомендованы детям, у которых есть нарушения координации, внимания, гиперактивность (СДВГ), выявлены аутичные черты, есть задержки устной, письменной речи, проблемы с учебой, ЗРР, ЗПР, ЗППР, последствия минимальной мозговой дисфункции, ДЦП.

Специалисты утверждают, что мозжечковая «гимнастика» также помогает увеличить эффект любых коррекционных курсов: логопедических, дефектологических, занятий с психологом и т. д. Сам Бильгоу отмечал, что после 15 минут занятий можно видеть сначала кратковременный, затем все более устойчивый эффект в улучшении концентрации внимания, скорости мышления, самоконтроле.

Прежде чем приступить к упражнениям на балансировочной доске, мы часть упражнений с мячом и мешочком отработывали на ровной поверхности. Мы описали используемые упражнения с вариативностью применения их в коррекционно-логопедической работе. Работа строится по этапам с постепенным усложнением упражнений.

Целевая аудитория:

Учителя-логопеды, педагоги-психологи, учителя-дефектологи, педагоги, осуществляющие образовательную деятельность с детьми с ограниченными возможностями здоровья, воспитатели частных детских садов, служб ранней помощи, родители.

Возраст:

Применение доски Бильгоу можно начинать с дошкольниками с раннего возраста и до окончания уровня дошкольного образования.

Примечание: Игры, представленные к картотеке, предусмотрены для детей старшего дошкольного возраста, с ограниченными возможностями здоровья.

Приложение 1

КАРТОТЕКА ИГР И УПРАЖНЕНИЙ с использованием балансировочной доски Бильгоу

Развитие реакции равновесия на балансировочной доске можно начинать с отработки стояния на четвереньках и при тренировке функций сидения – это подготовительные упражнения, которые вырабатывают вертикальную позу, помогают в овладении навыками самостоятельного сидения и защитную реакцию рук.

Упражнения на развитие эквилибристической реакции:

- Залезть и слезть с доски: а) спереди; в) сзади; с) с обеих сторон.
- Можно использовать массажные дорожки, например, пройти по дорожке до доски, залезть на доску, выполнить упражнение, сойти и вернуться по массажной дорожке до необходимого места.
- Ребенок в положении сидя «по - турецки». Раскачивая доску попросить ребенка удержать равновесие.
- Ребенок в положении сидя на доске. Упражнения для рук – имитация плавания. Можно двумя руками поочередно.
- Вращательные движения руками, двумя сразу и по очереди.
- Можно использовать упражнения на межполушарное взаимодействие, например, правой рукой взяться за левое ухо, а левой рукой взяться правое плечо и т. д.
- Слая на доске, держим перед собой палочку, делаем вдох и на выдохе начинаем прокатывать палочку между ладонями, произнося поставленный звук.
- Стоя на доске, переносим центр тяжести на левую ногу, произносим слог, затем на правую ногу, произносим другой слог или повторяем этот же.
- Стоя на доске, наклониться вперед, взять мяч, мешочек.
- Расположить мячи спереди и по бокам от доски, попросить наклонившись, взять в руки мяч определенного цвета.
- Беремся руками за концы гимнастической палки. Подняв руки вверх, произносим слог, например, «РА», опускаем руки, произносим «РЫ». Далее руки согнуты в локтях, палка расположена на уровне живота, поворачиваемся влево, вытягиваем руки и произносим слог «РУ», возвращаемся в исходное положение, аналогичное действие выполняем, повернувшись вправо и произносим слог «РО».

Затем используются разно весовые мешочки – от легкого к тяжёлому.

Упражнения с мячами. Можно использовать и мешочки.

- Подкидывание мяча и его ловля, называя автоматизируемый звук.
- Подкидывать мяч, хлопнуть в ладоши, назвать слог/слово на заданный звук, поймать мяч.
- Ударами мяча об пол, доску, стену, называя слово, делим его на слоги, ловим мяч двумя (одной) руками.
- Ударяем мяч об пол одной рукой, ловим другой, при этом называем слова или слоги на автоматизируемый звук.
- Попасть в мишень из геометрических фигур, например, попасть только не в зеленые фигуры, или только не в круги. Можно разместить картинки с автоматизируемым звуком на напольной доске и попросить попасть мячом в те картинки, в названии которых звук «Р» находится в начале слова.
- Попасть мячом в цифру на напольной доске с цифрой соответствующему количеству слогов в слове.
- Рассказывание стихотворных текстов или чистоговорок под ритм ударов мяча.
- Осуществлять массаж кистей рук, стоя на доске, как массажными шариками, так и шарами СУ- Джок и колечками из этого же набора, проговаривая различные стихотворения.
- Одновременное использование артикуляционных упражнений на смену артикуляционных позиций и раскачивания доски.
- Придумывание слов как на лексическую тему, так и на закрепляемый звук, попадаем кольцами на штатив, либо мячом в ведерко, корзину.
- Попасть мячом в разные корзинки при работе на дифференциацию звуков, звуковом анализе.
- Попасть мячом в квадрат соответствующем позиции звука в слове (начало/ середина/ конец).
- Соотнесение первого звука слова с названием цвета, используем напольную доску.
- «Повтори рисунок». Данное упражнение тренирует зрительную память и внимание. Предлагается схема рисунка, повторить ее ударами мяча по геометрическим фигурам на напольной доске.
- Отбивание мяча левой/правой рукой, называя слово с закрепляемым звуком, либо направить работу на словоизменение, либо согласование существительных с числительными.
- Перекрестное направление мяча друг другу, т.е. ребенку бросаете мяч левой рукой в направлении его правой руки, затем наоборот правой рукой кидаете мяч в направлении левой руки, проговариваете речевой материал. Ребенок должен вернуть вам мяч точно так же.

Следующим этапом было стоя на доске ловить и бросать мячик – маятник. В потолок вбили крючок, к нему привязали на тонкой верёвке резиновый мячик среднего размера на расстоянии 1 м 30 см от пола.

Дидактические игры для формирования грамматического строя речи с использованием балансировочной доски и атрибутов.

- «Подбери признак». Ребенку говорится слово, а он должен сказать 1-5 признаков. Например, слово «море»- глубокое, соленое, большое и т.д. Сколько требуется признаков, столько раз кидается мяч (мешочек, маятник) специалистом, когда у ребенка готов ответ, он делает действие (кидает, отталкивает и т.д.)

- «Назови ласково». Ребенку говорится слово, а он должен сказать его уменьшительно-ласкательно. Например, солнце- солнышко.
- «Кто где живет?». Ребенку говорится животное, а он должен сказать, где оно живет. Например, рыба- в реке.
- «Съедобное- несъедобное». Ребенку говорится слово, а он должен сказать, съедобное это или несъедобное. Мяч- несъедобное, хлеб – съедобное.
- «Продолжи перечисление». Ребенку говорится несколько слов, а он должен продолжить перечисление по смыслу. Например, ложка, кружку, нож- вилка, тарелка (посуда).
- «Обобщи». Ребенку говорится несколько слов, а он должен их обобщить. Например: солнце, облака, звезды- небо; тропинка, трава, деревья, звери- лес.
- «Маленький - большой». Ребенку говорится слово, а он должен с помощью суффиксов –ик, -ишк, -ище сказать восходящую степень. Например, дом- домик- домишко-домище.

Называя новое слово, можно отбивать мяч-маятник планкой новым цветом, подбрасывать мешочки, бросать их взрослому.

Несмотря на то, что вся программа в целом кажется довольно простым набором упражнений, однако не стоит забывать, что при этом ребенку надо пытаться постоянно балансировать на доске и не падать. Стимуляция базальных ганглий происходит за счет многозадачных упражнений: сначала на координацию движений, а для детей постарше — и в сочетании со звуковыми, речевыми упражнениями.

Игровая физкультура, полезна для развития ребенка во всех направлениях, в том числе для развития речи, а также интересному способу закрепления речевых навыков.

С помощью данного метода мы можем реализовать поставленные коррекционно-развивающие задачи, вовлекая в работу различные анализаторные системы, позволяющие достичь желаемого результата

Список литературы

1. Мозжечковая стимуляция (теория) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psy37.ru/mozzhechkovaya-stimulyatsiya/>
2. Мозжечковая стимуляция (практика) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://tomatis-spb.ru>

ЛЫЖНЫЙ СПОРТ ОБЪЕДИНЯЕТ, СБЛИЖАЕТ И ДЕЛАЕТ СИЛЬНЕЙ!

Е.В. Граевская инструктор по физической культуре,

МАДОУ «ЭКОСАД» города Перми.

Э.Ф. Ежова воспитатель,

МАДОУ «ЭКОСАД» города Перми.

С.Г. Вохмина воспитатель,

МАДОУ «ЭКОСАД» города Перми.

Актуальность: Физическое воспитание в детском саду в значительной степени обеспечивается различными видами физических упражнений. Среди них большое место

занимают и спортивные упражнения: ходьба на лыжах, катание на коньках и санках и др. При рациональном обучении дети сравнительно легко овладевают основами техники этих движений. В детстве имеются наилучшие возможности к усвоению новых двигательных навыков благодаря легкости образования условно-рефлекторных связей у детей, находящихся в прямой зависимости от высокой пластичности функций центральной нервной системы. Чем раньше научение, тем лучше сформируется у ребенка движение, тем прочнее будут навыки в нем. Поэтому-то и нужно начинать обучение детей естественным движениям (ходьбе, бегу, прыжкам, метанию, лазанию, плаванию, ходьбе на лыжах и т. п.) с дошкольного возраста.

Наиболее существенными особенностями спортивных видов физических упражнений являются: комплексный характер их воздействия на организм ребенка: одновременно развиваются и совершенствуются двигательные навыки; двигательные качества и функции организма, а также большая эмоциональная двигательная деятельность. Быстрое передвижение на свежем морозном воздухе укрепляет здоровье, закаляет организм, развивает быстроту, силу, ловкость, выносливость, помогает выработать хорошую согласованность движений. Коньки и лыжи принадлежат к числу естественных физических упражнений, близких по координации к движением ходьбы и бега. Этим и объясняется лёгкость освоения данных упражнений, доступность их для лиц, как с разной физической подготовкой, так и для занятий с детьми дошкольного возраста и их большое оздоровительное воздействие. Кроме оздоровительного, эти физические упражнения имеют большое воспитательное значение.

Среди многочисленных средств физкультурно-оздоровительной деятельности территориально-климатические условия Урала создают уникальные возможности для использования лыж и через них целого комплекса целительно-оздоровительных естественных природных факторов.

Ходьба на лыжах – один из самых привлекательных, доступных и эффективных видов спорта в зимний период, но в настоящее время в дошкольном образовании недостаточно уделяется этому внимание. Начальная лыжная подготовка включена в основную общеобразовательную программу дошкольного образования. Однако, практически в связи с организационными и методическими трудностями, систематические занятия начальной лыжной подготовкой часто заменяются подвижными играми и упражнениями или проводятся нерегулярно, что снижает их оздоровительную и развивающую эффективность.

Цель: Популяризация лыжного спорта, укрепление и сохранение здоровья посредством лыжной подготовки.

Задачи:

- Формирование у детей дошкольного возраста потребность в здоровом образе жизни и регулярных занятиях физкультурой и спортом.
- Создание условий для развития и поддержания лыжного спорта среди детей старшего дошкольного возраста.
- Совершенствовать навык выполнения ходьбы на лыжах в условиях игр соревновательного характера, игр - эстафет.
- Способствовать проявлению: волевых усилий в процессе выполнения физических упражнений, активности и инициативы в ходе двигательной деятельности;
- Закрепить правила безопасного поведения во время передвижения на лыжах, бережного обращения с физкультурным инвентарем.
- Вовлечение родителей к совместным проведением игр и прогулок на свежем воздухе.

В нашем детском саду мы стараемся создать все условия для обучения детей ходьбе на лыжах. Обучение передвижению на лыжах начинается со старшей группы. Еще в начале учебного года на родительском собрании в старших и подготовительных группах знакомяю родителей с занятиями по физической культуре и о предстоящих занятиях на лыжах в зимний период. Рассказываю родителям о важности лыжного спорта

для здоровья детей и их развития. Родители проявляют заинтересованность нашими занятиями, а ребята с удовольствием катаются на лыжах в детском саду и в выходные выходят с родителями на лыжню в ближайший лес.

Программа «Обучение детей ходьбе на лыжах» для детей старшего дошкольного возраста составлена в соответствии с ФООП ДО на основе программы Голощекина М.П. «Лыжи в детском саду». С детьми 5-7 лет занятия проводятся со всей группой, один раз в неделю, на тренировочной лыжне, когда дети овладеют всеми необходимыми навыками, занятия проходят на лыжне в лесу на территории лыжной базы «Южная». На прогулке в свободной деятельности, дети берут лыжи и тренируются. Продолжительность лыжных занятий зависит от возраста детей и степени овладения ими двигательным навыком передвижения на лыжах. В процессе формирования двигательного навыка исключительно большая роль принадлежит органам чувств. Они направляют движения, корректируют их в пространстве и времени, способствуют созданию комплекса различных ощущений. Кроме того, в ходьбе на лыжах особенно важно овладеть такими специфическими ощущениями для этого вида движений, как «чувство лыж», «чувство снега»;

- «Чувство лыж» в начале обучения определяется ребенком как непривычная тяжесть на ногах, тормозящая свободное передвижение вперед.

- «Чувство снега» характеризуется способностью определения состояния скользящей поверхности, качества снега.

Наблюдения, показали, что дети с первых же шагов на лыжах довольно четко определяют характер снежной поверхности: неровности, впадины, качество снега. Поэтому одной из важнейших задач обучения дошкольников ходьбе на лыжах является овладение этими новыми комплексами ощущений.

В детском саду дети катаются без палок, при ходьбе без палок легче сосредоточить внимание на положении ног, на координации движений, на сохранении равновесия. Раннее же использование палок приучает детей «висеть» на них. Прежде всего, надо научить детей принимать исходное положение для ходьбы на лыжах (стойка лыжника): ноги на ширине ступни и слегка согнуты в коленях, лыжи параллельно, туловище немного наклонено вперед, руки полусогнуты и опущены вниз, взгляд обращен вперед. Помогает освоению передвижения на лыжах выполнение подготовительных упражнений, как без лыж, так и на лыжах (поочередное поднимание ног с лыжами, переступание в стороны и т.д.). При обучении используем показ и объяснения. Кроме того, уточнению представлений о технике передвижения на лыжах помогает рассматривание рисунков, проведение бесед и т.д. Для закрепления приобретенных навыков проводятся подвижные игры, прогулки за пределы участка. Длительность прогулок на лыжах постепенно увеличивается (от 25 - 30 минут до 1-1,5 часа). Важно, чтобы приобретенные в детском саду навыки закреплялись в выходные дни под руководством родителей.

Ежегодно с 2019 года на базе нашего детского сада мы организуем соревнования «Лыжный старт». Командой неравнодушных педагогов было разработано положение соревнований.

Цель соревнований - популяризация лыжного спорта среди детей старшего дошкольного возраста ДОО Свердловского района г. Перми.

Основные задачи: - создать условия для развития и поддержания лыжного спорта среди детей старшего дошкольного возраста;

- способствовать повышению эффективности развития физических качеств и обогащению двигательного опыта у дошкольников;

- побуждать детей к взаимодействию в команде.

В соревнованиях вошло шесть этапов:

1 этап «Лыжная эстафета». Ходьба на лыжах скользящим шагом. Один из наиболее важных и сложных этапов соревнований для дошкольников, который показывает подготовку детей в этой дисциплине. Все участники команды находятся на расстоянии

15м. друг от друга. По команде первый участник скользит по лыжне до второго участника, передаёт эстафету касанием за ладонь второму, второй скользит до третьего и т.д.)

2 этап «Биатлон». Дети демонстрируют умение не только скользить на лыжах, но и метко кидать мяч в вертикальную цель.

3 этап «Спуск с горы». Одна из главных задач в обучении ходьбе на лыжах. Дети правильно в стойке лыжника спускаются с пологого склона и поднимаются «лесенкой», «ёлочкой».

4 этап «Эстафета парами». На этом этапе демонстрируют «чувство локтя» и слаженность действий.

5 этап «Олимпийский огонь». Традиционная эстафета проводится для командного «духа» и проявления здорового спортивного азарта.

6 этап «Школа лыжника». Владение техникой переступания, контроль положения лыж. Дети показывают своё умение обходить препятствие змейкой и выполнять упражнение «солнышко».

На соревнования мы ежегодно принимаем только 5 команд (наша команда шестая) из детских садов Свердловского района города Перми. Соревнования проходят на высоком уровне, дети и взрослые с азартом болеют за свои команды. Всем участникам и призёрам вручаются медали. Педагогов, подготовивших команды, отмечаем благодарственными письмами. В группе в ВКонтакте «Физинструктор ЭКОСАД», коллеги инструктора по физической культуре оставляют положительные отзывы о прошедших мероприятиях. В этих соревнованиях команда детей из нашего детского сада регулярно занимает первое место.

Совместно с МАОУ СОШ № 82 наш детский сад принимает активное участие в городском проекте «Детство равных возможностей». Целью которого является создание системы непрерывного образования, связь и согласованность целей, задач, методов и средств воспитания и обучения в детском саду и школе, обеспечение равных возможностей получения образования, всеми детьми. На базе школ и детских садов города создается единое сетевое образовательное пространство, в котором образовательные стандарты и программы взаимосвязаны и дополняют друг друга. «Детство равных возможностей» - проект, направленный на создание образовательной экосистемы в рамках одного микрорайона для обеспечения индивидуальных траекторий развития детей.

В проекте участвуют: 69 ДОУ, 48 СОШ, 14 УДО. Обучение детей ходьбе на лыжах входит в основную образовательную программу как в детском саду, так и в школе.

В феврале 2024 года были организованы и проведены соревнования «Лыжный старт» между воспитанниками подготовительных групп МАДОУ «ЭКОСАД», МАДОУ «детский сад № 369 и учениками первых классов школы № 82. Целью этих соревнований была популяризация лыжного спорта среди детей. Основная задача, создать условия для развития и поддержания лыжного спорта среди детей старшего дошкольного возраста и младшего школьного возраста. Место проведения стадион школы. Соревнования проходили в виде эстафет между командами. Размеры площадки для соревнований позволили расположить команды в один ряд. Спортсмены демонстрировали умение передвигаться на лыжах на скорость, в парах, змейкой (владение техникой переступания, контроль положения лыж). По итогам соревнований можно сделать вывод в каком образовательном учреждении уделяют должное внимание обучению ходьбе на лыжах. Команда детей нашего детского сада в сухую обыграла и школьников, и дошкольников. Родители, педагоги и администрация, присутствующие на соревнованиях сделали соответствующие выводы.

С 2018 года наш детский сад состоит в ДСК Лига «ЮниСпорт». Лига «ЮниСпорт» организована МКУ ДО «Центр по физической культуре, спорту и здоровьесбережению» г. Перми, при поддержке департамента образования. В клуб Лига «ЮниСпорт» входят детские сады, у которых есть все условия для привлечения детей дошкольного возраста к

занятиям физической культурой, укреплению физического здоровья, развитию основных необходимых физических качеств, формированию здорового образа жизни.

В соответствии с календарным планом департамента образования о физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях образовательных учреждений, наш детский сад участвует во всех соревнованиях, организованных ДСК Лига «ЮниСпорт».

Цели и задачи соревнований привлечение детей дошкольного возраста к занятиям физической культурой, укрепление физического здоровья, развитие основных необходимых физических качеств, формирование здорового образа жизни. Увеличить охват воспитанников подготовительного возраста в спортивно-массовом мероприятии.

Ежегодно в зимний период времени проводятся соревнования «Зимние старты» между детскими садами. В программу соревнований входит умение детей передвигаться на лыжах. За счет регулярных занятий по лыжной подготовке спортсмены нашего детского сада уже не первый год занимают призовые места.

Ежегодно на лыжной базе «Южная» проходит благотворительный забег «Лыжня добра».

Благотворительный забег «ЛЫЖНЯ ДОБРА» - общегородское мероприятие, приуроченное к Международному дню редких болезней, направленное на развитие благотворительности, на пропаганду здорового образа жизни среди людей вне зависимости от их возраста, пола, статуса, на пропаганду активного семейного отдыха. ЛЫЖНЯ ДОБРА — это не спортивное соревнование, а благотворительный проект, проводимый в поддержку детей, больных редким генетическим заболеванием муковисцидоз. Воспитанники, родители, педагоги нашего ДОУ неоднократно принимали активное участие. Мы не соревновались между собой, мы просто объединились ради детей, которым нужна помощь.

Дети и педагоги нашего детского сада ежегодно участвуют в открытой Всероссийской массовой лыжной гонке «Лыжня России».

С целью повышения результативности освоения детьми лыжной подготовки и учитывая пожелания родителей моих воспитанников мною проводится дополнительная услуга спортивный кружок «Юный лыжник».

В период дошкольного детства закладываются основы личностных качеств человека. В этот период закладывается позитивное отношение к природе, себе и другим людям. Приоритетным направлением, реализуемым в нашем дошкольном учреждении, является экологическое воспитание детей. Экологическое образование прослеживается во всех сферах образовательного процесса, интегрируется во все образовательные области и предполагает тесное сотрудничество всех специалистов ДОУ.

Экологическое просвещение детей и их родителей в купе с физической активностью может быть одним из путей сохранения здоровья дошкольников т.к. имеют общую цель: понимание ценности жизни и здоровья.

Близость нашего ДОУ к лесному массиву и находящимся там родникам, экологической тропы «Липовая гора» позволила разработать и регулярно проводить с детьми старшего возраста, экскурсии в лес, целевые прогулки в зимний период на лыжах.

Лыжные прогулки в лес, способствуют воспитанию у детей любви к природе, пробуждают чувства прекрасного и желания узнать что-то новое, интересное о своем родном крае.

Лыжные занятия способствуют воспитанию у детей морально-волевых качеств; смелости, решительности, приучают преодолевать трудности и препятствия, формируют выдержку, воспитывают чувство дружбы, взаимопомощи. Благодаря регулярным занятиям на свежем воздухе дети меньше болеют простудными заболеваниями. Занятия лыжной подготовкой повысили активность детей, у них появилось желание кататься на лыжах в любую погоду.

Хочется обратить внимание на следующее: родители интересуются успехами детей, помогают в ремонте спортивного лыжного инвентаря; участвуют в проведении занятий, сопровождают детей на соревнования.

Считаю, что правильная организация и методика занятия лыжами обладают большим оздоровительным эффектом, высокой эмоциональностью, служат прекрасным средством восстановления душевных и физических сил, поэтому в свою деятельность по физической культуре включаю обучение детей ходьбе на лыжах и рекомендую это своим коллегам.

Кроме, этого лыжный спорт позволяет объединить общей целью детей, педагогов, родителей, школы, общественные и спортивные организации и всех нас.

КОРРЕКЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ МЫШЦ НОГ, ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

А.И. Загумённова, инструктор по физической культуре

МАОУ Фроловская средняя школа «Навигатор», с/п детский сад «Галактика», с.Фролы

У всех детей с нарушениями в развитии имеет место та или иная моторная недостаточность, которая отражается на общем здоровье ребенка, снижает сопротивляемость организма к простудным и инфекционным заболеваниям, неблагоприятно влияет на развитие всех систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, желудочно-кишечной) и нервно-психической деятельности, поэтому развитие движений и коррекция двигательных нарушений составляют основу физического воспитания таких детей.

Физическое воспитание осуществляется в процессе всей жизнедеятельности ребенка: во время проведения режимных моментов, на всех занятиях, на прогулках. Своеобразие моторики у детей с нарушениями в развитии требует разработки специальных методов и приемов физического воспитания.

Физическое воспитание – это деятельность физической культуры, благодаря которой происходит превращение ценностей физической культуры в личное достояние человека. Это находит свое отражение в улучшении здоровья, повышении уровня развития физических качеств, двигательной подготовленности, более гармоничном общем развитии и т. п. [2, с.5].

Адаптивное физическое воспитание – вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к бытовой и трудовой деятельности, в формировании положительного отношения к адаптивной физической культуре. В процессе занятий адаптивным физическим воспитанием у людей с ограниченным здоровьем приобретает комплекс специальных знаний, двигательных умений и навыков, развиваются физические и психические качества, повышаются функциональные возможности организма, развиваются оставшиеся в наличии телесные двигательные возможности.

Основная цель адаптивного физического воспитания состоит в приобретении у занимающихся осознанного отношения к своим силам и уверенности в них; в готовности к выполнению физических нагрузок; в потребности в систематических занятиях физическими упражнениями. [2, с.9].

Начинать выполнять физические упражнения надо с первых же дней жизни ребенка. Основным периодом занятий является возраст от 1 года до 6 лет. Для оказания квалифицированной помощи и составления индивидуальных программ развития ребенка необходимо знание общих принципов развития моторики, таких как:

1. Становление двигательных навыков идет по пути преемственности и поэтапности. Для овладения тем или иным навыком в полном объеме развитие ребенка должно пройти несколько этапов, во время которых происходит закладка фундамента

будущих умений. Например, родители хотят, чтобы в возрасте 7-8 месяцев их ребенок мог самостоятельно сидеть, но этот навык формируется только после того, как малыш научится держать голову и выпрямлять спину. Индивидуальные сроки появления отдельных двигательных умений могут широко варьироваться, но последовательность их становления остается неизменной.

2. Последовательные стадии в развитии двигательных навыков перекрывают друг друга. Ребенок, совершенствуясь в выполнении одних двигательных навыков, одновременно начинает осваивать другие. Например, малыш тренируется в выпрямлении спины и в поворотах головы и в то же время пытается овладеть навыком сидения.

3. В ходе сенсомоторного развития возникает и далее реализуется возможность дифференциации и изоляции отдельных движений. Например, у ребенка постепенно формируется умение свободно поворачивать голову без участия в этом туловища.

4. Развитие и совершенствование движений начинается от головы к верхним, а затем к нижним конечностям. Координация двигательных навыков развивается поэтому же принципу, поэтому контроль за положением головы формируется раньше, чем за положением ног.

5. Развитие двигательных функций совершенствуется от проксимального к дистальному направлению, т.е. движения частей тела, расположенных ближе к средней линии тела, совершенствуются раньше, чем движения в более удаленных областях. Например, контроль над положением и движением плеч устанавливается раньше, чем контроль над движениями пальцев рук.

Адаптивная физическая культура является важнейшим компонентом всей системы реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, всех ее видов и форм. Она со всей очевидностью присутствует во всех сферах жизнедеятельности человека и поэтому составляет фундамент, основу социально-трудовой, социально-бытовой и социально-культурной реабилитации; выступает в качестве важнейших средств и методов медицинской, технической, психологической, педагогической реабилитации. Двигательная мобильность человека с ограниченными возможностями представляет собой один из важнейших критериев стадийно-уровневой характеристики процесса реабилитации. [1,с.36].

Блок коррекционной работы включен в любую адаптивную программу по ФИЗО и предусматривает следующие пункты:

- Коррекционные физкультурные занятия;
- Утренняя коррекционная гимнастика;
- Физкультминутки;
- Подвижные игры;
- Пальчиковая гимнастика;
- Оздоровительный бег. [4, с.10].

И мы уделим внимание более подробно такому коррекционному занятию по ФИЗО, как укрепление мышц свода стопы детям с ограниченными возможностями здоровья.

В растущем организме формирование сводов стоп и развитие их функций идет параллельно формированию и расширению общих двигательных координаций, становлению общих двигательных стереотипов. Такие дети отстают от сверстников в освоении бега и прыжков, упражнения в полной координации даются им с большими усилиями и смотрятся менее эстетично.

Современная жизнь не создает естественных условий для укрепления мышц и формирования сводов стоп у ребенка. Здоровые, правильно сформированные стопы позволяют человеку реализовать физические возможности, предохраняют другие части опорно-двигательного аппарата от травматизации, а ЦНС и внутренние органы от избыточных сотрясений.

Поэтому так важно проводить работу по профилактике формирования сводов стопы.

Основной компонент этой работы - организация и реализация физической активности детей, направленной на развитие функций и укрепление сводов стоп. Она может быть представлена в виде самостоятельной деятельности детей, войти как составная часть в занятие физической культурой, утреннюю гимнастику, физкультминутку. Важно, чтобы были решены следующие специальные задачи:

- развитие рессорной, толчковой, балансирующей функции
- обучение правильной постановке стоп при ходьбе
- повышение силовой выносливости мышц, обеспечивающих поддержание сводов стопы,
- укрепление мышц голени, связочного аппарата, увеличение подвижности в суставах
- улучшение кровообращения стоп
- улучшение равновесия общей координации движений.

Для повышения интереса детей занятия проводятся в игровой, сюжетно-ролевой форме. Проявляя интерес к занятиям, дети повторяют упражнения в процессе свободной игровой деятельности.

Стопы претерпевают изменения на протяжении всей жизни человека, но наиболее заметные происходят в первые 7 лет.

Так же обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и нуждающихся в тренировке мышц свода стопы, необходимо научить искусству расслабления.

Следует помнить, что *при коррекции расслабления* характерной особенностью движений ребенка с отставанием интеллектуального развития является избыточное мышечное напряжение, как во время выполнения физических упражнений, так и остаточный повышенный тонус после его окончания, особенно после метания, лазанья по гимнастической стенке, упражнений, выполняемых на высоте, неустойчивой опоре после и впрочем вновь изучаемых сложных движений.

Таким образом, стопа является опорой, фундаментом тела, поэтому естественно, что повреждение этого фундамента отражается на развитии растущего организма.

Изменение форм стопы не только вызывает снижение ее функциональных возможностей, но также, меняет положение таза, позвоночника. Это отрицательно воздействует на развитие многих движений у детей, приводит к уменьшению двигательной активности и может стать серьезным препятствием к занятиям многими видами спорта, поэтому укрепление опорно-двигательного аппарата и в частности стопы, имеет огромное значение.

Список литературы

1. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник. В 2 т. Т.1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. проф. С.П. Евсеева. — М.: Советский спорт, 2003. - 448 с
2. Теория и методика адаптивной физической культуры: учеб. пособие / Т.Н. Казакова. – Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2015. – 27с.
3. Организация занятий адаптивной физической культурой с детьми с ограниченными возможностями здоровья: Методическое пособие / Авторы-составители: Т.В. Насибулина, И.Д. Новикова. - г. Сыктывкар, 2016 – 61с.
4. Мастюкова Е.М. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с задержкой психического развития.: М.АРКТИ, 2002 г.-159 с.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ С ОВЗ В ДЕТСКОМ САДУ

**С.А. Зарубежная, старший воспитатель,
МАДОУ «Детский сад «Волшебная сказка», Пермский край, г. Краснокамск**

Физическое воспитание детей с ОВЗ в детском саду занимает особое место. В процессе физического воспитания и развития детей происходит не только становление двигательной сферы ребёнка, но и осуществляется формирование умственных способностей, нравственно-эстетических чувств, развитие речи, закладываются основы целенаправленной и организованной деятельности.

Целью физического воспитания с детьми ОВЗ является создание целостной системы педагогического процесса, обеспечивающего создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей и укрепления здоровья, учитывая возрастные и индивидуальные особенности дошкольников с ОВЗ, путём повышения физиологической активности органов и систем детского организма; коррекция двигательных нарушений; разработка и использование таких методов, приёмов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, в рамках реализации образовательных областей в соответствии с ФОП ДО.

Задачи физического развития и физического воспитания детей с ОВЗ:

- Формировать у детей интерес к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками;
- Охранять жизнь и укреплять здоровье детей;
- Формировать правильную осанку и содействовать профилактике плоскостопия;

Создавать условия и формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности;

Развивать у детей движения, двигательные качества, физическую и умственную работоспособность, учитывая возрастные и индивидуальные особенности;

Тренировать у детей сердечно-сосудистую и дыхательную системы, закаливать организм;

Создавать условия для эффективной профилактики простудных и инфекционных заболеваний;

Осуществлять систему коррекционно-восстановительных мероприятий, направленных на развитие психических процессов и личностных качеств воспитанников, предупреждать возникновение вторичных отклонений в психофизическом развитии ребёнка;

Учить детей выполнять движения и действия по подражанию действиям взрослого;

Учить детей выполнять действия по образцу и речевой инструкции;

Формировать у детей игровые двигательные действия.

На занятиях по физическому воспитанию решаем, как общие, так и коррекционные задачи.

Средства физического воспитания:

1. физические упражнения;
2. коррекционные подвижные игры, элементы спортивных игр;
3. спортивные тренажеры, спортивный инвентарь;

4. наглядные средства обучения.

Методы физического воспитания:

1. Метод практических упражнений основан на двигательной деятельности воспитанников. Чтобы совершенствовать у детей определённые умения и навыки, необходимо многократное повторение изучаемых движений.

Учитывая трудности в координации учебного материала, ребёнок с ОВЗ нуждается в особом подходе в процессе обучения: в подборе упражнений, которые вызывают доверие, ощущение безопасности, комфортности и надёжной страховки.

Необходимо выделить следующие направления использования метода практических упражнений:

- выполнение упражнения по частям, изучая каждую фазу движения отдельно, а затем объединяя их в целое;
 - выполнение движения в облегчённых условиях;
 - использование имитационных упражнений, подражательные упражнения;
 - использование страховки, помощи и сопровождения, которые дают уверенность ребёнку при выполнении движения;
 - использование изученного движения в сочетании с другими действиями;
 - изменение исходных положений для выполнения упражнения;
 - изменение внешних условий выполнения упражнений;
 - изменение в процессе выполнения упражнений таких характеристик как темп, ритм, скорость, направление движения, амплитуда, траектория и т. д.;
 - изменение эмоционального состояния.
2. Метод дистанционного управления (относится к методу слова), он предполагает управление действиями ребёнка на расстоянии посредством команд;
3. Метод наглядности занимает особое место, наглядность является одной из специфических особенностей использования методов обучения в процессе ознакомления с предметами и действиями.

В занятия по физическому воспитанию включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (метание, ходьба, бег, лазанье, ползание, прыжки), а также общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Стратегия организации физического воспитания базируется на физиологических механизмах становления движений в процессе развития растущего детского организма. В ходе утренней гимнастики и на занятиях в детском саду предлагаем детям основные виды движений в следующей последовательности: движения на растягивание в положении стоя/лежа; метание, ползание и движения в положении низкого приседа, на коленях; упражнения в вертикальном положении (ходьба, лазанье, бег) и подвижные игры. Также проводится работа по развитию мелкой моторики рук в ходе образовательной деятельности детей, одновременного выполнения движений пальцами и кистями обеих рук. Подобные движения выполняются с речевым сопровождением и опорой на зрительные и тактильные образы-представления.

Список литературы

1. Токаева, Т.Э. Будь здоров, дошкольник. Программа физического развития детей 3—7 лет. ФГОС ДО: моногр. / Т.Э. Токаева. - М.: Сфера, 2016. - 401 с.
2. Якубович, Михаил Алексеевич Коррекция двигательных и речевых нарушений у детей с

тяжелыми нарушениями речи (ТНР) методами физического воспитания. Методическое пособие для общеобразовательных организаций, реализующих ФГОС НОО ОВЗ и АООП НОО обучающихся с ТНР / Якубович М. А. - М.: Владос, 2017.

3. <https://dohcolonoc.ru/cons/9722-sovremennye-podkhody-k-ozdorovleniyu-detej.html>
4. https://www.nbcmedia.ru/upload/iblock/389/butko_fragment.pdf

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА. ЛАДОШКИ ЗДОРОВЬЯ.

Н.В. Седухина, старший воспитатель

МАДОУ «ЦРР-детский сад № 13», Пермский край, г. Кунгур

Ю.П. Подгорных, старший воспитатель

МАДОУ «ЦРР-детский сад № 13», Пермский край, г. Кунгур

В ФОП ДО главной задачей является: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Еще в XVIII веке французский писатель Ж. Руссо, говорил: «Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть работает, действует, бегаёт, кричит, пусть он находится в постоянном движении...»

Дети раннего возраста являются своеобразной группой риска в любом детском саду. Адаптация, смена режима, окружающей обстановки и прочие факторы неблагоприятно сказываются на здоровье малышей: дети часто и тяжело болеют. В связи с этим появляется необходимость профилактических мероприятий по охране и укреплению здоровья детей. Комплекс таких мероприятий получил название «здоровьесберегающие технологии» [3, с.59].

Ранний возраст – это в буквальном смысле – начало. Ребенок только входит в мир отношений, он не опытен и очень доверчив. Задача педагога – помочь ему сохранить эту доверчивость, полюбить тех, кто неустанно заботится о нем, создать бодрое, жизнерадостное настроение – все это необходимо для всестороннего и гармоничного развития в последующие годы.

Для охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, формирования здорового образа жизни с детьми раннего возраста мы используем следующие здоровьесберегающие технологии.

Закаливающие мероприятия – организация ходьбы по массажной дорожке после дневного сна. Обязательное проветривание групповой комнаты и спальни, умывание.

Динамические паузы – комплексы мини упражнений «Зоркие глазки», «Где же наши ручки», «Рыбки плавают в пруду», «Пальчики гуляют» и др.

Подвижные игры – развивают основные виды движений, выносливость, крупная моторика рук, координация движений, способность концентрировать внимание, память, наблюдательность, ориентировка в пространстве. («Воробушки и автомобиль», «Поезд», «Бегите ко мне», «Через речку», «По ровненькой дорожке», «Пузырь»).

Релаксация используется по мере утомляемости детей (минуты тишины, музыкальные паузы, слушание музыкальных произведений, звуки природы, шум воды, голоса птиц)

Гимнастика для глаз – проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности нагрузки. Можно использовать наглядный материал, показ. («Открываем – закрываем глазки», «Следим за предметом») [4, с.38].

Дыхательная гимнастика – оборудование для таких упражнений является частью предметно-развивающей среды (вертушки, султанчики, мыльные пузыри). Дети с удовольствием «дуют на снежинку», «нюхают цветочек».

Гимнастика пробуждения – проводится в постели: потягивание, поочередное и одновременное поднимание и опускание рук и ног, элементы самомассажа, гимнастики для глаз. Гимнастика направлена на постепенный переход ото сна к бодрствованию после дневного сна.

Арт-терапия – художественное творчество помогает ребенку погасить отрицательные эмоции, отвлечься и успокоиться. В течение дня можно включать в работу «Рисование пальчиками», «Рисование ладошками», «Рисование на большом листе бумаги».

Пальчиковая гимнастика – тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Простые упражнения рекомендуется родителям проводить с детьми дома [7, с.18].

Разновидностью пальчиковой гимнастики являются игры с различными мелкими предметами:

- резинки;
- прищепки;
- скрепки;
- пуговицы;
- счетные палочки.
- Су-Джок терапии
- камешки Марблс;
- Бусотехника

Работа с данными приемами может быть разной: индивидуальные, подгрупповые. Более подробно остановимся на нетрадиционных технологиях: Су-Джок терапии, игры с камешками МАРБЛС и Бусотехнике.

Что такое Су Джок?

В переводе с корейского языка «Су» - кисть, «Джок» - стопа. Этот метод основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах.

На кистях рук имеются точки и зоны, которые взаимосвязаны с внутренними органами и различными зонами коры головного мозга.

Су Джок – это в первую очередь самомассаж, который не только полезен, но и очень интересен детям и положительно сказывается на самочувствии [1, с.15].

Технология интересна тем, что подобные упражнения можно проводить не только специально обученным людям, но и педагогам в детском саду и дома самими родителями.

Если покатать его между ладонями – тут же ощущается прилив тепла и лёгкое покалывание. Его остроконечные выступы воздействуют на биологически активные точки, неизменно вызывая улучшение самочувствия, снимая стресс, усталость и болевые ощущения, повышая общий тонус организма, увеличивая работоспособность. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук.

Техника массажа проста: кольцо надевается на палец руки и прокатывается либо по всему пальцу, либо по его части до появления ощущения тепла в массируемой области. Процедура кольцевого массажа не требует больших усилий, безболезненна и приятна.

На занятиях используем различные формы работы с использованием су-джок:

1. Катать шарик круговыми движениями ладоней.
2. Прямыми движениями ладоней.
3. Прокатывать кольцо по каждому пальцу.
4. Сжимать шарик в кулачке.

Предлагаем вспомнить всем знакомые пальчиковые гимнастики при помощи шариков Су – Джок.

Этот шарик непростой, *(любую шариком на левой ладошке)*

Он колючий, вот какой. *(накрываем правой ладонью)*

Будем с шариком играть (*катаем шарик горизонтально*)

И ладошки согреть.

Камешки МАРБЛС – что это такое? Это универсальное пособие представляет собой готовые наборы стеклянных камешков разного цвета и различные задания с ними. Задания предназначены для детей от 2-х лет. Игры с камешками Марблс – это и физическое, и умственное развитие ребенка. Они тренируют мелкую моторику рук, ловкость, глазомер и координацию движений [2, с.223].

В процессе игры у детей формируется быстрота нервных импульсов от рецепторов руки к речевым двигательным центрам. Работа с разноцветными камнями так же по силе воздействия на ребенка вызывает положительную реакцию: радость, улыбку, положительные эмоции. Давайте посмотрим видео зарисовку об этом удивительном пособии.

Бусотехнология. Методы данной технологии заключаются в создании различных линий, дорожек, фигурок, букв, геометрических фигур, картин и много другого. Эта техника кропотливая, интересная, необычная и очень приятная. Применение данной технологии возможно, как в совместной, так и в самостоятельной деятельности детей. Активно применяются для развития двигательной активности детей. Из них можно сделать «домики» и прятаться в подвижной игре, с помощью бус можно сделать самомассаж, зарядку, динамическую паузу, гимнастику пробуждения, провести эстафеты и конечно огромную пользу приносят развитию мелкой моторики. С детьми проводятся игры малой подвижности: на внимание, на ориентировку в пространстве; упражнения на перешагивание, перепрыгивание дорожек, луж, ручейков, упражнения на равновесие, дети поднимают пальчиками ног бусы [5, с.44].

Совокупность Су-Джок терапии, камешков Марблс, Бусотехнологии – это новый подход в решении проблемы улучшения здоровья и является одним из эффективных приемов, обеспечивающих развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка и благотворно воздействует, на весь организм в целом.

Реализация этих методов и приемов осуществляется в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимных моментах и в свободной деятельности в ходе педагогического взаимодействия с детьми.

Каждая из технологий имеет оздоровительное направление, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в результате формирует привычку к здоровому образу жизни.

Таким образом, комплекс мероприятий современных здоровьесберегающих технологий, который проводится в раннем детстве, позволяет создать оптимальные условия для формирования культурного здорового образа жизни и улучшить качество здоровья каждого ребёнка.

Сухомлинский В.А. сказал: «Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

Список литературы

1. Авсюкевич, Н.И. Су-Джок терапия при коррекции речевых нарушений у детей / Н.И. Авсюкевич, И.А. Башкатова // Образование и воспитание. – 2017. – № 5 (15). – С. 16-18.
2. Берлина, В.С. Учебно-методическая разработка по использованию стеклянных камешков «Марблс» для развития мелкой моторики и мыслительных операций / В.С. Берлина, С.В. Чекалина. – С. 221-234.
3. Выготский, Л.С. История развития высших психических функций / Л.С. Выготский. – М., 1986. – С. 55-66.

4. Сиротюк, А.Л. Кинезиологические упражнения / А.Л. Сиротюк. – М., 2003. – С. 34-42.
5. Горбунова М.С. Игровая технология «Бусоград» в развитии инициативы, самостоятельности и творчества дошкольников // Воспитатель ДОУ. 2017. №12. С.41-47.
6. Родина М.И. Бусоград или волшебные игры Феи Бусинки: Методическое пособие по интеллектуально-творческому развитию детей 2-7 лет. - Санкт - Петербург: РЖ «Музыкальная палитра», 2014.
7. Светлана Большакова: Формирование мелкой моторики рук. Игры и упражнения.
7. Новикова О. Веселые пальчиковые игры.
- 8.

https://nsportal.ru/sites/default/files/2019/03/19/primenenie_tehnologii_busografiya_v_sisteme_razvitiya_rechi_detey_doshkolnogo_vozrasta.docx

ДВИГАТЕЛЬНАЯ И РЕЧЕВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

С.Б. Симанова, воспитатель,

МАДОУ «Детский сад «Волшебная сказка», Пермский край, г. Краснокамск

У детей раннего возраста отмечается огромный интерес к движениям. Каждое новое движение для ребенка загадка, которую он непременно хочет разгадать, т.е. проделать его. Исследовательский рефлекс в области движений проявляется у маленьких детей с особой силой.

Главная цель физического развития в детском саду состоит в том, чтобы, удовлетворяя естественную биологическую потребность дошкольников в движении, добиться хорошего уровня здоровья и всестороннего физического развития детей раннего возраста. Но, помимо развития физических качеств детей, не стоит забывать о развитии речи. С каждым годом число поздноговорящих детей возрастает, активный словарь детей крайне низок. Они стараются обходиться мимикой, жестами, но, никак не словесным выражением потребностей и просто общением.

Уже давно установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и развитием речи.

Такие учёные, как И. П. Павлов, А. А. Леонтьев, А. Р. Лурия изучили и подтвердили взаимосвязь общей и речевой моторики. Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь. Формирование движений происходит при участии речи. Точное, динамичное выполнение упражнений для ног, туловища, рук, головы подготавливает совершенствование движений артикуляционных органов: губ, языка, нижней челюсти и т.д.

Я, думаю, что как педагоги вы со мной согласитесь, что: «Неподвижный ребенок не обучается». Поэтому перед нами педагогами, работающими с детьми раннего возраста важно поддерживать и закреплять естественный интерес к движениям, организовать жизнь малышей так, чтобы они имели возможность двигаться по потребности, чтобы упражнения в движения способствовали не только физическому, но и умственному, эстетическому, речевому и эмоциональному развитию. Ведь мы прекрасно знаем, исходя из собственного опыта, - двигательная активность не будет так интересна для ребенка, если не использовать речь в утренней гимнастике, на занятиях физкультурой, в подвижных играх и т. д.

Развитие речи невозможно без его активного включения в различные виды деятельности. Одним из эффективных приемов развития речи детей раннего возраста, через двигательную деятельность является использование упражнений, где речь взаимосвязана с движениями. Эти упражнения можно использовать в различных формах физкультурно-оздоровительной работы, а именно:

в утренней гимнастике не только взбадривает ребенка, создает хорошее настроение на весь день, но и способствует выработке привычки и потребности ежедневного выполнения физических упражнений, а следовательно развитию физических качеств и совершенствованию двигательных способностей.

на физкультурных занятиях с детьми раннего возраста, мы используем такие формы и методы, способствующие развитию речевой активности малышей как: речь воспитателя, пальчиковые игры, считалочки, зазывалки, объяснение правила игры, различные виды игр с речевым сопровождением: игры с мячом, скакалкой, подвижные коллективные игры, народные игры, игры с цветом и т.д

на физкультурных праздниках и досугах. Эти мероприятия так же способствуют закреплению двигательных навыков у детей, создается эмоциональный фон с помощью игр и упражнений, который вызывают у малышей положительные эмоции.

на физкультминутках и во время прогулки мы так же продолжаем работу по формированию двигательных умений и навыков через проведение подвижных игр, игровых упражнений, спортивных досугов, прогулок с сюрпризом, индивидуальной работы, самостоятельной двигательной деятельности.

во время гимнастики пробуждения после дневного сна. Упражнения выполняются из различных положений: лежа на спине, на животе, сидя. Гимнастика так же обязательно проходит в игровой форме, все комплексы объединены общим сюжетом.

Список литературы

1. Гербова В.В. «Развитие речи в детском саду» -М.:МОЗАЙКА-СИНТЕЗ,2020 – 120с.
2. Кочетова Н. П. Физическое воспитание и развитие детей раннего возраста: метод. пособие для воспитателей и родителей / Н. П. Кочетова. - 2-е изд. - М.: Просвещение, 2008. - 112 с.:ил.
3. Токаева Т.Э., Бояршинова Л.М.,Троегубова Л.Ф. «Технология физического развития» детей 1-3 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2018. – 208 с. (Будь здоров, дошкольник!)
4. Якушина Е. «Помоги малышу заговорить!» развитие речи детей 1,5 – 3 лет.- М. 2013 – 49с.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)

Т.М.Власова, воспитатель
МАДОУ «Детспорт» г. Перми
Н.В.Березина, воспитатель
МАДОУ «Детспорт» г.Перми

Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности. В этом возрасте интенсивно развивается и созревает ряд морфологических, психологических, двигательных функций, происходят сохранение и развитие способностей ребенка. Именно в данном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного

участия в различных формах двигательной активности, что в свою очередь, создает условия для организованного физического воспитания детей.

Основным компонентом каждого вида детской деятельности являются движения, именно поэтому необходимо стимулирование двигательной активности детей раннего возраста.

Название нашего детского сада говорит само за себя – «Детспорт». Наш детский сад уделяет большое внимание физическому воспитанию детей.

В детском саду разработана Программа Развитие, которая включает в себя подпрограмму «Спортивный калейдоскоп дошкольника»

Каждый месяц у нас посвящен разным спортивным событиям, видам спорта. Все группы детского сада реализуют «Спортивный калейдоскоп дошкольника».

Уже с самого раннего возраста мы приобщаем детей к физкультуре и спорту.

Мы хотим вам рассказать о своем опыте работы, как у нас это происходит.

Блок 1. «Спортивный калейдоскоп дошкольника» - спортивные развлечения.

Каждую третью неделю месяца у нас проходят спортивные мероприятия на свежем воздухе. Но перед этим в первую и вторую неделю идет подготовка. Знакомим детей с видами спорта, знаменитыми спортсменами, смотрим презентации, мультфильмы.

Четвертая неделя – это работа с родителями (выставки, фотогалереи).

В октябре месяце у нас прошло спортивное ориентирование. Все группы участвовали во ФЛЭШ КРОССЕ с использованием Qкодов. Малыши прошли ориентирование на своем прогулочном участке.

Ноябрь был посвящен легкой атлетике – королеве спорта. Наши малыши приняли активное участие в «Спортивном троеборье с Мишкой». В гости к детям приходил Мишка (игрушка). Дети старательно выполняли все задания, играли, получили массу положительных эмоций.

В декабре месяце у нас был «Саный спорт». Прошло развлечение «Мы мороза не боимся». В этот раз гостем был Снеговичок, с которым дети с удовольствием играли и выполняли его задание, катали кукол на санках.

Январь месяц – «Лыжный спорт». И хотя мы еще не доросли до лыж, но с удовольствием повеселились с Зимушкой-зимой на развлечении «Зимушка-зима». Дети с Зимушкой-Зимой играли в снежки, догонялки.

В феврале у нас прошли «Зимние забавы». На участок к детям приходил Зайчик. Он играл с детьми, выполнял с ними спортивные упражнения.

В марте мы отмечали день рождения ГТО. Этому было посвящено развлечение «С днем рождения, ГТО!» Малыши играли в спортивные игры, превращались в зайчиков. Весело провели время и получили заряд бодрости.

Мы не отстаем от современных технологий и в **апреле месяце**, у нас прошел «День IT – спорта», с использованием интерактивной доски. Дети повторяли движения за экранными героями.

Май месяц ознаменовался Днем ГТО. Наши ребята из подготовительной группы приняли участие в сдаче норм ГТО. Вместе с ними сдавали нормы ГТО и воспитатели, и родители.

А наши малыши встречали солнышко на развлечении «В гости Солнышко пришло!» Солнышко играло с детьми в веселые игры, танцевало с ними.

Блок 2. Кратковременные образовательные практики спортивной направленности.

В своем детском саду мы реализуем кратковременные образовательные практики. С самого раннего детства приучаем детей к спортивным упражнениям. Этому посвящены КОПы.

- «Быстрый мячик» (где дети учились пинать мячик, догонять его)

- «Мой веселый, звонкий мяч» (перебрасывание, прокатывание мяча друг другу)

- «Быстрые лошадки» (упражнение в подпрыгивании, беге)
- «Топ, топ ножки по дорожке» (хождение по корригирующим дорожкам, профилактика плоскостопия)
- «Солнышко и дождик» (ходьба и бег)
- «Прыг – скок» (подпрыгивание и перепрыгивание из обруча в обруч).

Блок 3. Работа с родителями.

Конечно же, мы работаем в единой связке с нашими родителями. Они принимают участие в стимулировании двигательной активности детей. Руками родителей было изготовлено физкультурное оборудование, которое используется на занятиях по ФИЗО и в свободной деятельности для развития основных движений у детей раннего возраста.

- Тренажеры «Снежинка», «Листик», «Капелька» - для подпрыгивания.
- «Березка» - для перешагивания и подлезания.
- «Снежки» - для метания вдаль.
- «Солнышко» и «Осьминожка» - для перешагивания, перепрыгивания
- «Кубик движения» - для выполнения основных движений
- «Вожжи» - для стимулирования бега через игру.

Так же проводятся консультации для родителей:

«Подвижная игра - основа физического воспитания ребенка», «На лыжи всей семьей», «Нормативы ГТО» и т.д.

Были проведены фотовыставки, посвященные физкультуре и спорту.

«Аллея славы» - где наши родители представили фото своих спортивных побед.

«Зимняя прогулка с интересом и пользой» - на фото можно было увидеть, как родители с детьми активно проводят свой выходной день.

«Лыжный спорт в семье» - как родители прививают любовь к зимним видам спорта.

Семья нашей группы Лизы Г. приняла участие в социальной рекламе «Ты в ГТО, а значит в теме!», посвященной дню рождения ГТО.

В группе ежедневно проводится утренняя гимнастика под музыку, дыхательные, корригирующие гимнастики после сна, а также босо хождение по дорожкам здоровья, дорожкам из конструктора.

Все это способствует полноценному развитию двигательной активности и приобщению к физкультуре и спорту в группе раннего возраста.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Н. А. Гилева, инструктор по физической культуре,

МАОУ «Гимназия №5» СП «Детский сад № 41», Пермский край, г. Краснокамск.

Общеизвестно, что систематические занятия физическими упражнениями в режиме дня способствуют улучшению функционального состояния центральной нервной системы, снижению напряженности сердечно — сосудистой и дыхательной систем, укреплению двигательного аппарата и повышают уровень физической подготовленности детей. Слабая двигательная активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения здоровья.

Основной формой для развития двигательной активности детей двух — трёх лет является подвижная игра, под которой понимается «сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, основанных на разных видах движений и связанных с обязательными для всех правилами игры».

С детьми 2–3 лет обычно использую простые подвижные игры без правил. Особенно большую роль они играют в процессе адаптационного периода ребёнка к дошкольной образовательной организации. Данные игры не имеют определённой сюжетной линии, но они включают комплекс движений, которые должен освоить ребёнок. Дети постепенно их осваивают, выполняя каждое движение в своём темпе.

В качестве развития двигательной активности можно использовать такие задания как: «Перешагни через палку», «Пройди по дорожке», «Пройди по мостику», «Доползи до погремушки», «Проползи под воротики», «Будь осторожен», «Найди игрушку» и т. д., а потом можно предложить новые. Игровые упражнения на третьем году жизни дети выполняют друг за другом или все одновременно.

Например, «Пройди по тропинке» (ширина 25 см): они вдут друг за другом; задание «Перешагни через палку» выполняют сразу всей подгруппой; причем переступая несколько палок; «Целься вернее» — каждый метает в свою цель (обруч) или все в одну корзину (сетку, ящик). Такая организация позволяет создать многократность повторения движений, что способствует лучшему усвоению задания. Постепенно игры можно усложнять.

На третьем году жизни у малышей появляются устойчивые игровые интересы, они уже могут соблюдать простые правила, играя вначале небольшим коллективом, а затем уже всей группой. Содержания игр детей данного возраста обогащаются, им становятся доступны игры, требующие выдержки, смены видов движений, сравнительно быстрой реакции на сигнал.

В. А. Шишкина отмечает: для того чтобы обогатить игру ребенка разнообразными движениями необходимо пользоваться игровым материалом, который должен отвечать возрастным особенностям детей. Он должен быть ярким, лёгким, чтобы вызывать у детей желание включить его в свою деятельность. Детям 2–3 лет доступны такие физкультурные пособия как мячи, обручи. Они могут выполнять с ними простые действия: прокатить, подкинуть, бросить и поймать и т. д. Постепенно физкультурное оборудование будет усложняться: будут задействоваться небольшие скамейки, лестницы, кубы ящики и др. Имея небольшой запас выполняемых действий нужно придумать максимальное количество упражнений на развитие движения с одним предметом, но при этом они должны быть просты и понятны.

У детей 2–3 лет должна быть развита разная моторная деятельность, поэтому необходимо использовать разнообразные по содержанию, организации, по сложности согласования движений подвижные игры. В работе с малышами целесообразно использовать игры с небольшим художественным текстом, который подсказывает детям движения и заменяет в игре правила («Зайка беленький сидит», «По ровной дорожке», «Поезд» и др.). Игровые образы должны быть понятны и интересны детям (кот, птички). Движения персонажей игр доступны для исполнения маленькими детьми.

При проведении подвижной игры необходимо помнить о выполнении основных образовательно-воспитательных задач.

Одной из таких задач является развитие и совершенствование движений детей. Малыши должны соблюдать, хотя бы в общих чертах, обусловленный сюжетом и правилами способ выполнения движений. По мере приобретения детьми двигательного опыта требования к выполнению движений должны увеличиваться.

Вторая задача — приучать детей действовать в коллективе в соответствии с правилами игры. При этом большое внимание уделяется воспитанию у детей организованности, дисциплины, умения сдерживать себя, выполнять двигательные задания по сигналу. Выполнение этих задач зависит от того, как педагог сумеет привлечь малышей к игре, заинтересовать их. Одним из важнейших условий при этом является общение детей со взрослым и между собой. Дети очень любят, когда взрослые участвуют в игре, но не просто ведущим, а непосредственным участником (птичкой, зайкой и т. п.). Воспитатель должен бегать, прыгать, ловить детей, показывая пример правильного

выполнения движений. В таких случаях дети очень внимательно прислушиваются к каждому слову педагога, выполняют все его требования, охотно повторяют игры, хорошо их усваивают. Дети 2–3 лет стараются подражать воспитателю в выполнении движений.

Непременным условием правильного руководства деятельностью детей является индивидуальный подход к каждому ребёнку во время игр. Сюжеты, правила и организация предложенных игр несложны, к тому же они вполне допускают выполнение заданий в соответствии с возможностями и желаниями каждого ребенка.

Таким образом, в процессе игры ребёнок 2–3 лет приобретает массу положительных эмоций. Он с удовольствием выполняет действия, которые показывает ему взрослый, следует определённому сюжету и правилам, а со временем у него повышается качество выполняемых им движений. Игра — это исключительно ценный способ вовлечения ребенка в двигательную деятельность.

Список литературы

1. Шишкина В. А. Движение + движение. — М.: Просвещение, 1992. — 96 с.
2. Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей. -М.: Просвещение, 1987. -160 с.

ОБОГАЩЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА 2-3 ЛЕТ ЧЕРЕЗ ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ С ПРИРОДНЫМИ МАТЕРИАЛАМИ

Е.В. Ширинкина, воспитатель,
МАДОУ «Детский сад № 418» г. Пермь
Н.С. Косякова, инструктор по физической культуре,
МАДОУ «Детский сад № 418» г. Пермь

Культура движений ребенка третьего года жизни начинается с обогащения его двигательного опыта.

Двигательный опыт – объем освоенных человеком двигательных действий и способов их использования. Чем большим количеством этих действий и способов владеет человек, тем разностороннее его двигательный опыт.

Малыши продолжают с увлечением открывать мир предметов, людей, природных объектов и явлений. Становятся более активными, самостоятельными и умелыми.

Происходит формирование разных по структуре и характеру основных движений. Развитие и совершенствование некоторых из них обусловлено повседневностью их применения. Это такие движения, как ходьба, бег, подпрыгивание, перепрыгивание, ползание, которые не только широко применяются детьми в самостоятельной деятельности, в творческих играх, но являются неотъемлемым элементом содержания организованных подвижных игр и упражнений, начиная с самого раннего возраста.

Для обогащения двигательного опыта детей мы используем различные игровые упражнения с природными материалами. Это естественная и доступная форма деятельности для детей. Пособие (в данном случае природный материал) - экономически выгодное (бесплатное), доступное, направлено на активное познание окружающего мира.

Тем самым реализуем цели и задачи Программы, ребенок:

✓ активно познает окружающий мир, интересуется природными объектами, разнообразно действует с ними, исследует их свойства и функции, апробирует способы действий, экспериментирует; проявляет настойчивость в достижении результата своих действий;

✓ в игре воспроизводит действия и речь взрослого, использует не только игрушки, но и предметы-заместители;

✓ проявляет эмоциональный отклик на эстетические объекты (объекты и явления природы);

✓ с удовольствием двигается – ходит, бегаёт в разных направлениях, стремится самостоятельно осваивать различные виды движений (бег, лазание, перешагивание, ходьба по лестнице и пр.), пытается использовать приобретенные двигательные навыки в новых предлагаемых условиях.

Для организации игр и упражнений мы используем следующие природные материалы:

- шишки еловые, сосновые, кедровые;
- желуди, каштаны, орехи;
- кору, корни, палочки, листья, семена липы, веточки рябины и т.д.;
- плоды бобовых (горох, фасоль), сливовые и вишневые косточки, семечки подсолнечника и тыквенные и т.д.;
- ракушки (морские и речные);
- песок, камешки, вода.

Мы собрали картотеку игровых упражнений с природными материалами:

Ходьба – одно из первых движений, которым овладевает ребенок после умения ползать. Мы предлагаем детям выполнить следующие упражнения: «Не наступи», «Подними предмет», «Принеси ракушки», «Перешагни через веточку» (камушки, бревнышки, деревянные спилы), «Собери орешки для Белочки» (шишки для Мишки, желуди для Хрюши...), «Строим дом» (или «Прокати машину»).

Бег. Бег появляется после того, как ребёнок научился уверенно ходить. Игровые упражнения: «Добеги до дерева» (пенечка, камушка, листика), «Бегом по дорожке» (выложенной из веточек), «Бег по кругу» (из шишек, камушек), «Оббеги пенечек», «Птички в гнездышках» («гнездышки» – деревянные спилы), «Найди меня».

Прыжки. Дети всех возрастов широко используют разнообразные прыжки. Малыши стремятся спрыгнуть с любой высоты, на которую им удалось взобраться. Подпрыгивание – одно из первых прыжковых упражнений, доступные маленькому ребенку. Игровые упражнения: «Допрыгни до шишки» (веточки), «Перепрыгни через камушки» (палочки, лужи), «Спрыгни с пенечка», «Спрыгни в воду», «Через снежок».

Бросание. Метание. Это движение нравятся детям своей доступностью. Бросать можно шишки, снежки. Дети чаще всего катают мяч взрослому, друг другу, предлагаем прокатить мяч в воротики, сделанные из палочек. Упражнения: «Попади в корзину», «Попади в круг», «Прокати в воротики», «Кто дальше бросит?», «Сбей шишку», «Передай», «Метатели»

Ползание и лазанье. Любимые движения маленьких детей. Упражнения: «Доползи до шишки» (ракушки), «В гости» (переползание через бревнышки).

Таким образом, используя упражнения с природными материалами в совместной деятельности, на физкультурных занятиях, на прогулке мы не только наполняем их увлекательными интересными двигательными заданиями, но и целом способствуем обогащению двигательного опыта детей, расширяем представления об окружающем мире, обогащаем словарь, развиваем мелкую моторику.

ПРОГУЛКИ ВЫХОДНОГО ДНЯ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА, КАК ИННОВАЦИОННАЯ ФОРМА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РОДИТЕЛЯМИ ДООУ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

О.В. Живага, инструктор по физической культуре

МАДОУ «Детский сад «Почемучка» г. Пермь

Т.В. Сакадеева, воспитатель

МАДОУ «Детский сад «Почемучка» г. Пермь

С.А. Шарогазова, воспитатель

МАДОУ «Детский сад «Почемучка» г. Пермь

*«Когда вы путешествуете с детьми,
вы даете то, что никогда не может быть отнято:
опыт, знакомство и образ жизни».*
- Памела Чендлер.

Аннотация: В статье рассматривается форма решения проблемы взаимодействия педагогов детского сада с семьями воспитанников по физическому воспитанию. Представлен принципиально новый подход к работе с родителями, где ведущие субъекты родители и педагоги. Описана инновационная форма работы с семьёй в детском саду прогулки выходного дня с детьми раннего возраста.

Ключевые слова: физическое воспитание, взаимодействия с родителями ДООУ, прогулка выходного дня, инновационная форма взаимодействия с родителями.

Дошкольное детство – важнейший этап в жизни ребенка. Посещение дошкольниками дошкольных образовательных учреждений (ДООУ) – не только способ для родителей «пристроить» ребенка, но и важнейший институт физического воспитания социализации, и обучения ребенка. И от того, насколько успешно адаптируется ребенок к ДООУ, будет зависеть не только его пребывание там, но и успешность дальнейшего обучения в школе. Адаптация ребенка к ДООУ определяется различными факторами как объективного, так и субъективного характера. Важнейшим среди них являются отношения в семье, а в частности особенности детско-родительских отношений.

И поэтому, так актуальна на сегодняшний день тема сотрудничества воспитателей и родителей по физическому воспитанию в период адаптации ребёнка к дошкольному учреждению. Если воспитатели и родители объединят свои усилия и обеспечат малышу защиту, двигательную активность эмоциональный комфорт, интересную и содержательную жизнь в детском саду и дома – то это будет залогом оптимального течения адаптации детей раннего возраста в детском саду. (2.с 20)

Формы взаимодействия детского сада с родителями – это способ организации их совместной деятельности и общения. Основная цель всех видов форм взаимодействия ДООУ с семьёй – установление доверительных отношений с детьми, родителями и педагогами, объединение их в одну команду, воспитание потребности делиться друг с другом своими проблемами и совместно их решать. Формы работы с родителями могут иметь самые разные тематики. В нашем ДООУ стало традицией проводить прогулки выходного дня с детьми и родителями по физической культуре.

Прогулки, позволяют создать естественную ситуацию общения и практического взаимодействия детей и родителей. Педагоги, во время совместных прогулок разучивают с родителями игры и упражнения по физической культуре, которые играют дети на занятиях. Объединить усилия родителей и педагогов по укреплению и сохранению здоровья детей, привлечь родителей к активному участию в жизни своего ребенка, использовать семейные выходные как важный аспект воспитания. (3.с 56) Привлечение родителей к совместным прогулкам— это способ не просто отдохнуть и удовлетворить потребность в движении ребенка, а это отличная возможность эмоционально сблизиться

другими родителями и педагогами, укрепить внутрисемейные отношения, сохранить в памяти яркие эмоции от общения в формате путешествия.

Кроме того, прогулки способствуют укреплению семьи, повышению авторитета родителей в глаз Успех взаимодействия воспитателей и родителей напрямую связан с активной позицией самих педагогов, с их желанием или нежеланием чему-то научиться, измениться. Верно, говорит древняя мудрость: «сложно изменить мир, но если ты хочешь этого – начни меняться сам».

Прогулки выходного дня проходят по субботам, на лыжной базе «Динамо», все встречи проходят форме сказки: «В поисках Колобока», «Теремок», «Мама для зайчонка» и другие. Организаторами этих прогулок является инструктор по физической культуре и воспитатели. Родителям заранее раздаются роли, костюмы, с детьми на занятиях в свободной деятельности, разучиваются игры и упражнения. Обговаривается время встречи, и место, готовится инвентарь, оборудование.

Цель данной формы взаимодействия с родителями зависит от поставленной темы данного мероприятия, но основная цель - это обогащение педагогического просвещения взрослых в вопросах физического, воспитания, оздоровления детей, объединение родительского коллектива с педагогами.

Прогулка с детьми раннего возраста решает следующие задачи:

- Заинтересовать родителей семейной прогулкой выходного дня, как средством активного совместного отдыха.
- Расширить педагогические знания родителей по вопросам важности физической активности детей и родителей, здорового образа жизни (ЗОЖ).
- Научить взрослых проводить совместные подвижные игры и упражнения с ребёнком в свободной самостоятельной деятельности.
- Формировать у родителей и детей осознанное отношение к своему здоровью.

Взаимодействие родителей и детского сада редко возникают сразу. Это длительный процесс, долгий и кропотливый труд, требующий терпеливого неуклонного следования к цели. Главное, не останавливаться на достигнутом, продолжать искать новые пути сотрудничества с родителями. Ведь у нас одна цель – воспитывать будущих созидателей жизни. Каков человек – таков и мир, который он создаёт вокруг себя. Таким образом, использование прогулок выходного дня с детьми раннего возраста, как инновационная форма взаимодействия с родителями ДООУ по физическому воспитанию сада даёт положительные результаты:

- ✓ Наличие апробированной формы системы работы по прогулкам выходного дня с детьми раннего возраста с родителями по физической культуре.
- ✓ Создан банк методических материалов:
 - конспекты совместных мероприятий;
 - памятки для родителей;
 - схемы;
 - рекламный ролик «Вместе весело шагать»;
- ✓ Родители стали организаторами, активными помощниками и участниками в проведении различных спортивных мероприятиях.

Всей своей работой сотрудники ДООУ доказывают родителям, что их вовлечение в педагогическую деятельность, заинтересованное участие в воспитательно-образовательном процессе важно не потому, что этого хочет воспитатель, а потому, что это необходимо для развития их собственного ребёнка.

Внедрение новой федеральной образовательной программы позволяет организовать совместную деятельность детского сада и семьи более эффективно. Важно помнить, что какую бы форму работы вы не выбрали, партнерское взаимодействие родителей и детского сада редко возникает сразу. Это длительный процесс, долгий и кропотливый труд, требующий терпеливого неуклонного следования

к цели. Главное - не останавливаться на достигнутом, продолжать искать новые пути сотрудничества.

Список литературы:

1. Взаимодействие ДОУ И семьи/ Сост. О.И. Бочкарева.-Волгоград: ИТД "Корифей", 2008
2. М.Д. Маханева «Воспитание здорового ребенка» АРКТИ, 2009 г.
3. Работа с семьей: методическое пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2007.
4. Федеральная Образовательная программа дошкольного образования М: ТЦ СФЕРА 2023г.

МАСТЕР-КЛАСС ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА «ФИТБОЛ – БОЛЬШЕ, ЧЕМ МЯЧ!»

Д.Р. Лунегов, инструктор по физической культуре,

МАДОУ «Детский сад № 22» г. Перми.

Т.А. Лоншакова, педагог-психолог,

МАДОУ «Детский сад № 22» г. Перми.

Важнейшей задачей современной семьи и дошкольного учреждения является воспитание здорового ребенка – физически и психически [1].

Каждый родитель желает видеть своего ребенка (и себя тоже) здоровым, сильным и выносливым, и большинство родителей понимают, что для нормального роста и развития ребенка необходимо движение.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом развитии закладывается, прежде всего, в семье [2]. Без участия родителей, их заинтересованности сложно привить ребенку интерес к спорту и здоровому образу жизни. Лучший способ привить малышам любовь к физкультуре – показать на собственном примере и вместе с ним выполнять физические упражнения. Именно с этой целью мы предлагаем выполнять гимнастику на фитболе. Фитбол интересен детям раннего возраста. Такая гимнастика помогает преодолеть барьеры между родителем и ребенком, предполагает общение без напряжения и назидания. Телесный контакт помогает паре «ребенок-родитель» почувствовать себя друг друга, принять и ощутить себя единым целым [4].

Цель: знакомство родителей с техникой оздоровления детей дошкольного возраста – фитбол-гимнастикой.

Задачи:

- повысить уровень педагогической компетентности родителей по физическому воспитанию детей дошкольного возраста;
- познакомить родителей с некоторыми упражнениями гимнастики на фитболе;
- стимулировать родителей к практическому применению полученных умений в домашних условиях;
- создать позитивный эмоциональный настрой у всех участников мастер-класса.

Участники: дети 2-3 лет, родители.

Время проведения: 15-25 минут.

Оборудование: гимнастические коврики и мячи-фитболы по количеству участников, кубики, легкие шарики, мячи, музыкальное сопровождение.

Ход встречи.

Педагог: добрый день, уважаемые родители! Сегодня мы пригласили вас мастер-класс «Фитбол – больше, чем мяч!». Ответьте, пожалуйста, на вопрос: что важно для сохранения и укрепления здоровья наших детей?

Слушаем ответы родителей

Я рада, что наши мнения совпадают. Действительно, двигательная активность – одна из важнейших составляющих здоровья [3]. Особенно это важно сейчас, в век цифровизации, когда наши дети проводят много времени с различными гаджетами.

Сегодня мы хотим познакомить вас с интересной технологией развития двигательной активности детей – фитбол-гимнастикой. Фитбол – это такой чудесный мяч, который пользуется популярностью во всем мире, а занятия с ним проходят весело, эффективно, а главное, безопасно. Мы покажем вам несколько упражнений на фитболе, которые помогут формировать у детей правильную осанку, будут развивать функции равновесия и вестибулярного аппарата, а самое главное, компенсировать недостаток двигательной активности у наших малышей. Готовы? Тогда подходите к фитболам.

Родители вместе с детьми подходят к фитболам.

! Каждое упражнение педагог сначала демонстрирует на фитболе, а затем предлагает участникам выполнить его вместе со своими детьми.

Упражнение 1. Разминка «Качели»

1. Укладываем ребенка на фитбол животом вниз, руки вытянуты вперед, придерживаем ноги и начинаем качать вперед-назад, вправо-влево, по кругу.
2. Далее переворачиваем на спину и продолжаем качели.
3. Далее присаживаем ребенка на фитбол, спина прямая, ноги придерживаем вместе и продолжаем качать вперед-назад, вправо-влево, по кругу.

Упражнение 2. «Качели – берем игрушки»

1. Укладываем ребенка на фитбол животом вниз, впереди раскладываем кубики, игрушки. При наклоне вперед ребенок берет игрушку и отдает вам.
*если ребенок уже различает цвета и формы можно говорить «дай красный кубик, дай зеленый кубик, дай шарик и т.д.»
2. Второй вариант упражнения, когда ребенок лежит на фитболе на спине, при наклоне вперед также берет игрушки и отдает родителю.

Важно! При наклоне вперед держать ребенка вниз головой как можно меньшее количество времени. Т.е. наклонили ребенка вниз, не важно, взял или не взял он кубик, сразу поднимаем обратно.

Данные упражнения отлично тренируют вестибулярную систему детей

Упражнение 3. «Сидим на фитболе – бросаем мячик»

1. Ребенок сидит на фитболе, взрослый раскачивает его вперед-назад и дает мячик. Задача ребенка держать равновесие и бросать мяч или шарик вперед правой, левой, двумя руками.

Данное упражнение является комплексным, тренирует вестибулярную систему и развивает межполушарное взаимодействие.

Упражнение 4. «Батут»

Многие дети сейчас не умеют прыгать на батуте, не умеют прыгать на двух ногах от пола через препятствие и научить их этому довольно сложно. Фитбол отлично пружинит и

прыжки на нем помогают улучшить координацию детей и научиться прыгать на двух ногах.

1. Взрослый, стоя у стены, плотно прижимает фитбол ногами к стене. Поддерживая ребенка за руки, предлагаем ребенку прыгать на фитболе.

Упражнение 5. «Релаксация»

1. Укладываем ребенка на живот на гимнастический коврик и прокатываем по нему мяч, слегка надавливая. Затем ребенка переворачиваем на спину и повторяем упражнение.

Уважаемые родители, на этом наш мастер-класс подошел к концу. Мы благодарим вас за вашу активность, старания. Скажите, был ли он для вас полезным, что понравилось?

Слушаем ответы участников мастер-класса, собираем обратную связь.

Сегодня вы сами убедились, что фитбол является универсальным средством для развития двигательной активности детей, для развития вестибулярного аппарата и межполушарного взаимодействия. Мы надеемся, что дома вы также продолжите выполнять гимнастику с детьми на замечательных мячах фитболах, и приготовили для вас памятки-схемы упражнений.

Раздаем памятки родителям, прощаемся.

Список литературы

1. Бочарова Н. И. Физическая культура дошкольника в ДОУ [Текст]: учебное пособие / Н. И. Бочарова – М: Центр педагогического образования, 2007. – 176 с.
2. Волосникова Т. В., Физическая культура в семье, ДОУ и начальной школе [Текст]: учебное пособие / Т. В. Волосникова, С.О. Филиппова, В. И. Москаленко, Н. В. Лебедева - М: Школьная пресса, 2005. - 64 с.
3. Гаврючина Л. В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ [Текст]: учебное пособие / Л. В.Гаврючина – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 160 с.
4. Соломенникова Н. М. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет: фитболгимнастика: [Текст]: конспекты занятий / авт.-сост. Н. М. Соломенникова, Т. Н. Машина. – Волгоград: Учитель, 2011. – 159 с.

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ ЗАНЯТИЯМИ СПОРТОМ СРЕДИ ВСЕХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

А.Н. Барышникова, инструктор по физической культуре,
МАДОУ «Центр развития ребенка – Детский сад №21», Пермский край, г.Лысьва
Е.Б. Бушмелева, воспитатель,
МАДОУ «Центр развития ребенка – Детский сад №21», Пермский край, г.Лысьва

В нашем детском саду уже второй год работает группа кратковременного пребывания «Мальшарики». Группу посещают дети от 5 месяцев до 2 лет. В данной группе кроме воспитателя с детьми занимается психолог, музыкальный руководитель, логопед, инструктор по физической культуре. В этом учебном году мы предложили добавить плавание. Родителям понравилась наша идея и мы приступили к занятиям.

Грудничковое плавание – это уникальная возможность для малышей развивать свои физические и психологические навыки с самого раннего возраста. Плавание

способствует укреплению мышц и суставов, развитию координации движений, а также стимулирует работу сердечно-сосудистой системы.

Грудничковое плавание помогает детям адаптироваться к водной среде и развивать навыки плавания, стимулирует развитие мелкой моторики, так как дети используют свои ручки и ножки для передвижения в воде. Кроме того, грудничковое плавание способствует развитию речи и коммуникативных навыков, так как вода предоставляет дополнительные возможности для взаимодействия с окружающими.

Занятия в воде способствуют развитию ребенка и укреплению его здоровья. Вода нормализует мышечный тонус, снимает напряжение, стимулирует физическое и умственное развитие, закаливает, расширяет границы адаптационных возможностей.

Вода оказывает положительное воздействие на нервную систему, кровообращение и дыхание, повышает сопротивляемость организма, дети, занимающиеся в воде, реже болеют. Также вода развивает вестибулярный аппарат, чувство равновесия.

Кроме того, занятия с мамой — это бесценные минуты общения, когда ребенок учится доверять, а она — учится понимать и чувствовать его.

Если малыш любит воду, если занятия доставляют ему радость и удовольствие, то они делают его жизнь насыщеннее, полнее и интереснее.

Доверие к родителям и к миру, расширение границ возможностей ребенка, обогащение его опыта и впечатлений, адаптация к водной среде — все это говорит о несомненной пользе раннего плавания.

Исследования ученых доказали — большинство детей, которые постоянно занимаются плаванием, начинают раньше своих сверстников сидеть, ползать и ходить.

Для успешной адаптации к бассейну готовиться к его посещению лучше начинать уже дома. Начинать привыкать к «большой воде» с «маленькой» — для этого сгодится даже тазик, в котором можно тренироваться правильному дыханию: дуть на воду, гоня по воде легкий пластмассовый мячик, пускать пузыри, опуская сначала в воду только рот, а потом и полностью личико. Тренировку ныряния можно начинать в обычной ванне, доставая игрушки со дна.

Как и в любой другой тренировке, в занятии в бассейне можно выделить 3 части:

- подготовительная или разминка (по продолжительности занимает около 15% от общего времени занятия);
- основная (80%);
- заключительная (5%).

Занятия проходят в игровой форме!

Для подготовительной части оптимальным упражнением являются прыжки. Они помогают хорошенько разогреться, поднять настроение перед основной частью занятия, ненавязчиво подготовить малыша к погружению в воду.

Мама встает в воде на полусогнутые ноги, ребенок стоит у мамы на коленях, держит ее руки (или обнимает). Мама приседает и выпрямляется, опускаясь с ребенком постепенно все глубже (по грудь, по шейку, до подбородка, до носика, с головой). Малыш может стоять к маме спиной — при этом он будет держаться за палочку или за кольца или вообще не будет держаться. Мама может просто держать ребенка за ручки или палочку и, прыгая, он будет отталкиваться от дна бассейна (на самой неглубокой части бассейна или на глубине — если малыш спокойно относится к погружениям с головой). Можно придумать свои варианты с прыжками — главное, чтобы они доставляли удовольствие.

Следить за дыханием ребенка и подстраиваться под него. Пока кроха не научился выдыхать в воду, погружаться нужно на задержке дыхания. Прыгая, декламировать стихи — например: «Баба сеяла горох и сказала: Ох!» На «Ох!» (если кроха не возражает) можно нырнуть. Лучше нырять вместе с малышом, чтобы он видел, что это совсем не страшно, и вы это делаете с удовольствием.

Упражнения для основной части можно условно разделить на 2 группы:

- для детей, не умеющих держаться на воде;
- для детей, умеющих держаться на воде.

Существует несколько разновидностей упражнений и поддержек новорожденных при занятиях в воде. Их можно применять по очередности. Папа или мама, которые занимаются с карапузом, определяют, какие из поддержек нравятся крохе больше всего. В процессе проведения упражнений на воде родители должны быть умиротворенными, чтобы беспокойство и волнение не передавалось малышу.

Вот несколько упражнений в бассейне, которые можно выполнять с детьми в возрасте от 5 месяцев до 2 лет под руководством мамы:

Поддержка под затылок

Это упражнение, с которого начинается раннее плавание. Один из родителей поддерживает новорожденного рукой под затылок, когда тот плавает на спине. Эта поддержка является первой, поэтому, самое главное, ее нужно проводить очень внимательно и ответственно.

Поддержка под подбородок

Также первая поддержка, с которой знакомится кроха на первом этапе плавания. Кроху поддерживают рукой за подбородок, когда он плавает на животике. Поддержка под подбородок тоже требует особого изучения. Изучив две основные поддержки, родители смогут чередовать их и уверенно пользоваться.

Плавание на животе

Карапуза переворачивают на животик и удерживают в таком положении, придерживая подбородок. На некотором расстоянии от него помещают интересную игрушку, до которой кроха пытается добраться и старается активно грести.

Покачивания

Мама держит малыша вертикально, разместив руки под грудь и попу. Постепенно погружает его ножками в воду, совершая плавные и осторожные движения в разных направлениях: покачивания вперед-назад, движения по часовой стрелке и в обратном направлении, зигзаги из стороны в сторону, перемещаясь вперед и назад.

Скольжения на животе

Нежно, но уверенно поддерживает ребенка под грудью одной рукой, катает его вперед-назад. Также можно «рисовать» восьмерки.

Упражнение на досочке

Ребенок лежит на доске, и мама медленно покачивает его вперед-назад. Это упражнение способствует укреплению спины и шеи, а также поможет малышу почувствовать себя в безопасности во время плавания.

Брызгалки

Это упражнение научит малыша не бояться попадания воды на лицо. Мама стоит на мелководье и держит малыша одной рукой, а другой шлепает по воде так, чтобы получилось как можно больше брызг. Пусть кроха тоже попробует так побрызгаться.

Полетели

Посадить малыша на бортик и держать его за руки, приговаривая «Сидели-сидели — и полетели!» При слове «полетели» потянуть ребенка к себе так, чтобы он спрыгнул с бортика. На первых порах не давать ему уходить в воду с головой, но постепенно опускаться все глубже.

В конце занятия позволяем ребенку просто повеселиться в воде в свое удовольствие, попрыгать с бортиков, с лесенки, поплескаться, поиграть, заняться в воде тем, что доставляет ему удовольствие. И тогда он обязательно снова захочет прийти в бассейн.

В заключение, грудничковое плавание в детском саду – это не только забавная активность, но и эффективный способ развития физических и психологических навыков у

малышей. Оно способствует укреплению здоровья, развитию координации движений и улучшению коммуникативных навыков.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Н. Н. Катаева, методист

МБОУ «ВОК» СП Детский сад 2 Пермский край, г. Верещагино

О.К. Старкова, воспитатель

МБОУ «ВОК» СП Детский сад 2 Пермский край, г. Верещагино

Многие из нас хотя бы раз в жизни слышали фразу великого древнегреческого философа Аристотеля: "Движение-это жизнь!" И все учения Аристотеля говорят о том, что жизнь – это непрерывное движение.

Дети в отличие от взрослых испытывают органическую потребность в движении, а так как любая органическая потребность нуждается в удовлетворении, педагогам, работающим с детьми раннего возраста, необходимо создать условия по развитию важного фактора для здоровья и формирования личности [4,с.4]. Это определено основной целью ФГОС ДО и ФОП ДО - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, включая их эмоциональное благополучие[09,п.1.6; 10,с.7].

Дети раннего возраста - это определенная группа риска в детском саду. Адаптация, изменения в режиме, окружающая среда и другие факторы негативно сказываются на здоровье младенцев: дети часто серьезно болеют. Для защиты и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия, формирования здорового образа жизни с малышами раннего возраста мы используем следующие здоровьесберегающие технологии.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Закаливающие мероприятия –система мер , направленных на повышение защитных сил организма, выработку устойчивости к простуде и инфекциям, к физическим и нервным перегрузкам:

- закаливание воздухом (воздушные ванны): проветривание, ходьба босиком по «Дорожке здоровья», прогулки.

- закаливание водой (водные процедуры): обширное умывание (лица и рук, мытье ног перед сном),

-закаливание солнцем (солнечные ванны в летний период)

Подвижные игры используем в разных видах деятельности (на прогулках, занятиях, утреннем отрезке времени, в совместной деятельности и др.) Они дают возможность нам решать целый комплекс воспитательно-образовательных задач: активизация внимания, памяти, мышления, развитие эмоций, удовлетворение в двигательной активности, совершенствование движений, координации движений, а также выполняют функцию социализации - способствуют устранению замкнутости, развивается умение согласовывать действия с товарищами, появляется умение слушать и слышать речь взрослого [5,с.3; 9,с.3].

Гимнастика пробуждения практикуем на протяжении многих лет с использованием музыки. Она способствует ребенку после сна несколькими энергичными, самыми простыми движениями, доступными, облегчить переход от сна к бодрствованию. Помогает детскому организму проснуться, улучшает настроение, поднимает мышечный тонус, имеет оздоровительный характер[3,с.16].

Главная цель *пальчиковой гимнастики*

– переключение внимания, улучшение координации и мелкой моторики, что напрямую воздействует на умственное развитие ребенка. Кроме того, при повторении стихотворных строк и одновременном движении пальцами у малышек формируется правильное звукопроизношение, умение быстро и четко говорить, совершенствуется память, способность согласовывать движения и речь[2,с.28]. Пальчиковая гимнастика - проводится в форме инсценировки стихотворных текстов, также используем шарики «Су-джок».

Дыхательная гимнастика - служит для развития у наших детей органов дыхания, постановки различных видов дыхания, а также профилактики заболеваний верхних дыхательных путей. Кроме того, такие упражнения помогают ребенку насытить мозг достаточным количеством кислорода, что, в свою очередь, поможет улучшить умственную активность малыша[2,с.9]. Нами используется нестандартное оборудование, изготовленное совместно с родителями на мастер-классах.

Релаксационные упражнения и самомассаж - используем для снятия психоэмоционального напряжения, отрицательных эмоций, создание положительного эмоционального фона через дыхательные техники, чередование сильного напряжения и быстрого расслабления мышц, игры-«усыплялки», Такие упражнения и самомассаж оберегают от чрезмерных впечатлений и эмоций, успокаивают, помогают подготовиться ко сну, снять напряжение с основных мышечных групп тела ребенка, является эффективной профилактикой снижения заболеваемости. Малыши с удовольствием выполняют их в игровой форме[2,с.9]. Для самомассажа используем шарики «Су-джок», техники релаксации с учетом возраста в стихотворной форме с релаксационной музыкой лежа, один раз во второй половине недели (на расслабление мышц).

Арт-терапия — благоприятно влияет на психику ребенка, художественное творчество помогает ребенку погасить отрицательные эмоции, отвлечься и успокоиться. Живопись помогает адекватно выразить эмоциональное состояние ребенка: гнев, обиду, боль, радость[2,с.88]. Рисуем нетрадиционными изобразительными техниками и способами: ладошками, пальчиками, палочками, губками и тд., используя яркий материал, учитывая желание ребенка, обязательно используем поощрение, похвалу.

Деятельность по здоровьесбережению нашего учреждения охватывает и взаимодействие с родителями. В работе с родителями мы делаем упор на пропаганду здорового образа жизни, на знакомство с проводимой в группах работы по формированию ЗОЖ и вовлечение в неё родителей. Совместная работа помогает ребенку быстро и безболезненно адаптироваться и влиться в коллектив. Для этого проводятся встречи с родителями на заседаниях клуба «Растем и развиваемся», по вопросам адаптации детей к условиям детского сада и на интересующие родителей темы об использовании технологий обучения здоровому образу жизни:

Утренняя гимнастика: продолжительность 4-5 мин., комплекс составляется на две недели, в игровой форме и использованием стихотворных текстов. Малыши выполняют знакомые упражнения, на основе подражательных действий, что создает хорошее бодрое настроение, вызывает желание выполнять движения. Формируется уравновешенное активное поведение, оздоравливается, укрепляется организм, вырабатывается у детей привычка каждый день по утрам выполнять различные упражнения[7,с.8].

Физкультурные занятия: проводятся 3 раза в неделю, продолжительностью 10 минут. Дети обучаются движениям в игровой форме, с использованием воображаемых ситуаций, подражательных действий, игры-забавы, с короткими стихотворными текстами, которые привлекают внимание малышей своей динамичностью, позволяют увлечь движениями[7,с.4].

Проблемно — игровые ситуации: игровые обучающие ситуации, которые мы используем в различных видах образовательной деятельности через использование различных форм: ситуация- иллюстрация, ситуация- упражнение, ситуация- проблема. Играя, дети знакомятся с моделями безопасного поведения, учатся заботиться о своем

здоровье, например, «Что нужно делать, чтобы не болеть», «Кукла Даша на прогулке», «Мишка заболел», «Зайчишка — шалунишка».

Таким образом, используемый комплекс мероприятий современных здоровьесберегающих технологий, который проводится в раннем детстве, позволяет нам создать оптимальные условия для формирования культурного здорового образа жизни, полноценного и не осложненного развития, облегчить прохождение адаптации, повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, у детей формируются положительные мотивации, укрепляется здоровье.

Сухомлинский В.А. сказал: «Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы» [8].

Список литературы:

1. Е.Н. Богоявленский «Здоровье –это образ жизни» в помощь лектору, изд. Общество «Знание» 1987
2. А.С. Галанов « Игры, которые лечат» изд. Творческий центр « Сфера» Москва, 2006
3. К.Д. Губерт, М.Г. Рысс «Гимнастика и массаж в раннем возрасте» пособие для воспитателя. изд. Просвещение Москва 1981
4. Л.Г. Голубева « Гимнастика и массаж для самых маленьких» пособие для родителей и воспитателей, изд. Москва- Синтез Москва 2006
5. М.И. Дедулевич « «Играй –не зевай: подвижные игры с дошкольниками» пособие для воспитателя дошкольных образовательных учреждений, изд. Просвещение Москва 2007
6. Е.Г. Сайкина Ж.Е. Фирилева « Физкульт-привет минуткам и паузам!» учебно-методическое пособие для педагогов школьных и дошкольных учреждений, изд. « Детство-пресс» Санкт-Петербург 2004.
7. Л.А. Соболева В.П. Панина Л.Н. Пустынникова « Двигаемся, играем, радуемся» пособие по развитию движений малышей, 1993
8. В.А.Сухомлинский. Сердце отдаю детям. / Киев «Радянська школа», 1979г.
9. ФГОС ДО <https://fgos.ru/fgos/fgos-do>
10. ФОП ДО Москва ЦЕНТРМАГ 2023
11. Шабалина, Л. Н. Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми раннего возраста / Л. Н. Шабалина. — Текст : непосредственный // Педагогическое мастерство : материалы V Междунар. науч. конф. (г. Москва, ноябрь 2014 г.). — Москва : Буки-Веди, 2014. — С. 198-200. — URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/144/6593/> (дата обращения: 24.10.2023).

ГРУППА КРАТКОВРЕМЕННОГО ПРЕБЫВАНИЯ «ВМЕСТЕ С МАМОЙ» ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, НЕ ПОСЕЩАЮЩИХ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ. ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Ларионова О.В., воспитатель, инструктор ФИЗО.
МАДОУ «ЦРР – детский сад «Зодчий» город Пермь

Проблемно – ориентированный анализ.

Сохранение и укрепление здоровья детей - важнейшая цель и задача физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях.

Здоровый образ жизни нужно формировать с детства. От того, насколько успешно удастся сформировать и закрепить в сознании навыки здорового образа жизни в детском возрасте, зависит в последующем образ жизни взрослого человека. И чем раньше мы начнем детей привлекать к физической культуре, тем больше шансов на здоровое поколение людей в будущем. А что бы это у нас получилось, нужно чтоб родители были компетентны в вопросах охраны и укрепления здоровья малышей.

Ранний возраст является особым периодом в жизни ребенка. По темпам развития мозга и нервной системы, которые влекут за собой изменения в познавательных, волевых и эмоциональных процессах, этому периоду нет равных. Значит, именно в раннем детстве во многом определяется будущее человека: его здоровье, характер, способности, отношение к себе и другим людям. Но ребенок не может сам повлиять на свое будущее, оно целиком зависит от взрослых, окружающих его в семье и детском саду, от их профессионального мастерства, компетентности, умения пользоваться современными достижениями науки и техники. Поэтому предложенный проект призван интегрировать возможности инструктора физической культуры дошкольного образовательного учреждения и родителей (законных представителей). Сегодня родители понимают свою ответственность за воспитание и образование детей как никогда раньше. Об этом свидетельствует их социальный заказ на образовательные услуги ОУ для осуществления своевременного развития детей раннего дошкольного возраста, не посещающих дошкольные образовательные учреждения, адаптации детей к детскому саду, а также для повышения педагогической компетентности самих родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей. [1, с.3]

1. Гипотеза

Так как поступил социальный заказ от родителей на образовательные услуги ОУ для осуществления своевременного развития детей раннего дошкольного возраста, не посещающих дошкольные образовательные учреждения, адаптации детей к детскому саду, а также для повышения педагогической компетентности самих родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей. Я разработала комплексы занятий по физической культуре на учебный год для родителей с детьми раннего дошкольного возраста, не посещающих дошкольные образовательные учреждения.

2. Название проекта: Группа кратковременного пребывания «Вместе с мамой» для родителей с детьми раннего дошкольного возраста, не посещающих дошкольные образовательные учреждения. Физическое развитие.

3. Цель и задачи.

Цель: Повышение педагогической грамотности мамы в физическом развитии ребенка, а также укрепление здоровья ребенка.

Задачи:

1. Сохранять и укреплять здоровье ребенка.
2. Способствовать правильному формированию опорно – двигательной системы организма: своевременное развитие основных движений (ползание, ходьба, прыжки и т. д.) у детей.
3. Повысить грамотность родителей о физических умениях и навыках детей раннего возраста;
4. Способствовать повышению интереса мамы к физической культуре и правильному выполнению физических упражнений с ребенком.

4. Возможные риски и пути их преодоления.

Риски:

1. Отсутствие желания, интереса у родителей.
2. Нежелание детей посещать занятия.

Пути преодоления:

1. Использование индивидуальных консультаций по повышению компетенции родителей в данном вопросе.

2. Индивидуальный подход к ребенку

5. Планирование работы по реализации проекта.

1. этап: подготовительный

- Мониторинг педагогической грамотности родителя в физическом развитии ребенка раннего дошкольного возраста и физического развития ребенка методом наблюдения.
- Знакомство и подбор материала.
- Составление комплексов занятий по физической культуре для детей раннего дошкольного возраста.

2. этап: основной

- Применение комплексов физической культуры для детей раннего возраста.

3. этап: заключительный

- Мониторинг педагогической грамотности родителя в физическом развитии ребенка и физического развития ребенка методом наблюдения.

6. Способы и средства достижения результата.

Интегрированные занятия с определенными проблемными ситуациями.

8 Ресурсное обеспечение:

- Игрушки, спортивный инвентарь
- Музыкальное сопровождение занятий и игр.

9. Участники проекта:

- Родители и дети раннего дошкольного возраста.

10. Техническое обеспечение.

- ПК,
- Бумага.

11. Предполагаемый результат.

Родители информированы и педагогически грамотны в вопросах развития, охраны и укрепления здоровья детей. Дети физически развиты в соответствии с возрастом.

12. Анализ результатов.

Были проведены мониторинги на начало и конец года педагогической грамотности родителей в физическом развитии ребенка и физического развития ребенка методом наблюдения.

13. Перспективы развития проекта:

Использование данного проекта в детском саду в последующих учебных годах с родителями и детьми раннего дошкольного возраста не посещающих ДОО.

Возможность участия в различных конкурсах-проектах.

Презентация и обобщение опыта работы на методическом объединении среди инструкторов ДОО.

14. Итоги работы над проектом.

На 1-ом этапе реализации проекта была проведен опрос (Приложение 1.) родителей о грамотности в физическом воспитании и развитии детей и проведено наблюдение за детьми раннего дошкольного возраста по физическому развитию. Инструментарий включает в себя игры, игровые задания, элементарные проблемные игровые ситуации.

В обследовании принимали участие 35 детей и 39 родителей.

В начале года в ходе опроса и наблюдения были получены следующие результаты.

Родители осведомлены на 37% из 100%.

Таким образом, результаты первичного опроса показали, что в большинстве своем родители не владеют в полном объеме информацией о физическом развитии детей данного возраста.

Так же был проведен мониторинг детей методом наблюдения по физической подготовленности. Достижения ребенка («Что нас радует»).

-ходьба: ходить без опоры по лежащей на полу доске, перешагивание предметов.

-бег: разные направления, к цели.

- подлезание, залезание.
- прыжки: на месте, с продвижением.
- катание мяча в парах.
- воспроизведение простых движений.
- охотно выполнение имитационных движений.
- участие в простых П.И.
- удовольствие от движений.

Проанализировав данные, показало, что на начало года дети физически подготовлены на 26% из 100%.

Это доказывает, что дети развиты физически слабо.

Исходя из этого, возникла необходимость информировать родителей в вопросе физического развития и воспитания детей раннего возраста через совместные занятия физической культуры с детьми не посещающих ДОО. И в последствии занятий ребенок физически окрепнет.

В связи с чем, было решено:

- Разработать перспективное планирование занятий.
- Разработать комплексы занятий по физической культуре с проблемными ситуациями для решения их и развития различных физических качеств на занятиях.
- Подобрать материалы для занятий.

Все занятия проводились в игровой форме. Перед ребятами с родителями ставилась определенная цель, задачи, которые они должны выполнить.

На Заключительном этапе реализации проекта была проведен опрос (Приложение 1.) родителей о грамотности в физическом воспитании детей и проведено наблюдение за детьми раннего дошкольного возраста по физическому развитию. Инструментарий включает в себя игры, игровые задания, элементарные проблемные игровые ситуации.

В обследовании принимали участие 35 детей и 39 родителей.

В ходе опроса были получены следующие результаты.

На конец года родители осведомлены на 98% из 100% о физическом воспитании детей.

А дети стали на конец года физически подготовлены на 72% из 100%,

Результаты итогового опроса показали, что родители стали более грамотней в вопросе физического воспитания и развития детей раннего дошкольного возраста. А дети на конец года стали более энергичны, веселы, физически крепкими и здоровыми, что в свою очередь, говорит в пользу эффективности проекта.

За время работы над проектом значительно повысился интерес родителей к занятиям. Родители начали больше интересоваться физическими упражнениями, которые можно выполнять с детьми дома и подручным инвентарем, который можно сделать своими руками в домашних условиях для развития у ребенка физических и психофизических качеств. А также интересовались методами и принципами проведения занятий, чтобы возможно было повторить занятия дома.

К концу года дети чаще стали приходить и уходить с занятий в хорошем настроении и этот эмоциональный настрой сохранялся как сначала, так и до конца занятий. Различные игровые упражнения выполнялись детьми с удовольствием, так как у них все получалось. Эти достижения были достигнуты благодаря повторению материала родителями с детьми в домашних условиях.

Также уменьшились пропуски по болезням, это говорит о том, что детки стали здоровее.

Исходя из этого, можно сделать вывод об эффективности таких занятий и необходимости их дальнейшего проведения.

Список литературы:

1. Основная образовательная программа группы кратковременного пребывания «Вместе с мамой» для детей раннего дошкольного возраста, не посещающих дошкольные образовательные учреждения 2021– 2022 учебный год.
2. Развивающие занятия с детьми 2—3 лет / Под ред. Парамо-новой Л.А. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008.

Приложение 1

Вопросы для опроса родителей.

1. Знаете ли вы особенности физического развития детей раннего дошкольного возраста?
2. Перечислите несколько.
3. Какие общие движения в раннем дошкольном возрасте дети должны уметь выполнять?
4. Какие физические и психофизические качества вы знаете?
5. Как вы думаете, помогают ли игры и игровые ситуации развивать физические и психофизические качества у детей данного возраста?

МАСТЕР-КЛАСС ИГРОВЫЕ ПОСОБИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Е.Г. Табулович, воспитатель

МАДОУ детский сад №1 г. Нытва

Почему именно сейчас мы заговорили о проблеме двигательной активности детей раннего возраста?

А мы, педагоги, как никто другой знаем, что двигательная активность является естественной потребностью организма человека и основой здоровья.

В течение последнего года педагоги нашего учреждения столкнулись с проблемой снижения физической активности детей. Это проявлялось и в неумении себя занять, выполнять различные движения, снижении координации, но и самое печальное в отсутствии желания двигаться, то есть в снижении интереса к игре в движении. Поэтому дети в большинстве своем испытывали «двигательный дефицит», в результате которого увеличилась статическая нагрузка на определенные группы мышц; снизилась сила и работоспособность мускулатуры, а также отмечалось снижение настроения и позитивного взаимодействия со сверстниками. А это тоже всем известная связь физического и психического здоровья.

Встал вопрос: Что делать? Как вернуть детям интерес к осознанному движению, к занятиям физкультурой и спортом, как жизненной потребности? Я стала искать новые подходы в работе над проблемой дефицита двигательной активности.

Таким решением стало изготовление и использование нестандартного физкультурно-оздоровительного оборудования. Нестандартное физкультурно-оздоровительное оборудование - это оборудование, сделанное своими руками и стимулирующее к двигательной активности. Любой предмет, находящийся в предметно-пространственной среде при помощи которого идет развитие движений и других качеств.

Новизной и нестандартностью нашего оборудования стало то, что оно является:

- многофункциональным (развивает не только двигательную функцию, но и познавательный интерес, внимание, мышление, любознательность, коммуникативные навыки, чувство взаимопомощи и другое);

- не требующим особых усилий для его изготовления;

- необычным (никогда так не использовали);
- безопасным (не травматичное и всегда можно обработать дезинфицирующими средствами);
- ярким (привлекает внимание детей и нравится взрослым).

Таким образом, для детей раннего возраста нами были созданы пособия: (покажу некоторые из них)

- Тренажер меткости «Паутинка»
- Многофункциональное пособие «Шаголаз»
- Игра на развитие ловкости рук «Моталочка»
- Пособие «Солнышко»
- Игра «Рыбалка»
- Пособия для дыхательной гимнастики «Малинка», «Бабочки»
- «Гантели», Эспандер
- Дуги для подлезания «Радуга»

Использование данных пособий позволяет решить следующие задачи:

- повысить интерес детей к выполнению основных движений и игр;
- развивать у детей наблюдательность, координацию движений;
- развивать крупную и мелкую моторику;
- развивать коммуникативные навыки;
- повышать эмоциональный фон; воспитывать позитивное отношение к движениям;
- способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей.

Все созданное нами оборудование используется как в организованной, так и в самостоятельной деятельности детей и соответствует современным санитарно-гигиеническим требованиям:

1. Безопасность;
2. Эффективность;
3. Гигиеничность (можно обрабатывать дезинфицирующими средствами)

Несомненным плюсом данного оборудования является доступность для детей: они самостоятельно могут манипулировать с ним при возникновении желания. Ставлю для себя задачу – обучить правилам обращения с оборудованием и при необходимости мотивировать на игру, поощрять придумывание детьми новых вариантов игры.

Методическое обоснование, приемы изготовления и практическая значимость:

1. Тренажёр меткости «Паутинка»

Изготовление и способ применения: Металлический обруч, обтянутый специальной липкой лентой в виде паутины, резиновый паучок. Теннисные шарики, также, как и обруч, обтянуты липкой лентой разных цветов (жёлтого и синего цвета). По сигналу воспитателя дети берут шарики, жёлтый или синий, и бросают их в паутинку («будят паучка») различными способами.

2. **Пособие «Шаголаз»** представляет собой прямоугольники из пластиковых труб и к ним прилагаются соединительные кронштейны, которые позволяют по-разному использовать пособие – соединяя его в треугольные призмы для перешагивания, проползания, перепрыгивания; в ширмы – для подлезания, ползания змейкой и т. д. Очень хорошо используется в подвижных играх – «Найди свой домик» «Птички и птенчики», «Кто быстрее займет домик», «Проползи - не задень», «Попади в цель», «Кто быстрее дотронется до снежинки» и т. д. Строим из прямоугольников различные варианты игры в «Классики».

3. **«Игра-моталочка»** — это игра для детей дошкольного возраста, которая используется для тренировки мелкой моторики пальцев рук и развития координации движений.

Цель игры: развивать у детей мелкую моторику, координацию движений, ловкость; учить детей ориентироваться по сигналу, умению взаимодействовать в парах.

Правила игры: В игре могут участвовать по 2–4 (и более) детей. По сигналу дети начинают накручивать ленточку на палочку. Кто первый накрутит ленточку, тот победил.

В игре могут принять участие несколько пар, соревноваться. Сложность зависит от используемых материалов: материала лент или верёвочек, полочек, на которые наматываются ленты, игрушек. Использую с этой же целью пособие «Солнышко», можно играть всей группой, завить от количества лучей.

4. **Игровое пособие «Солнышко»** предназначено для развития навыка ползания, тренировки вестибулярного аппарата, укрепления мышц туловища и конечностей. Основные движения: ползание, перешагивание, прыжки, прокатывание мяча.

5. **В игру «Рыбалка»** могут играть дети от 2-х лет и старше, как по одному, так и по 2 - 3 ребенка. Данная игра, с одной стороны, доставит детям радость «общения» с водой, будет способствовать релаксации, с другой стороны, может помочь решить некоторые образовательные и воспитательные задачи:

- развить координацию движений рук,
- развить волевые качества личности (терпение, усидчивость, настойчивость),
- закрепить сенсорные знания у детей,
- активизировать речь ребенка

Для игры необходим пластмассовый тазик. В качестве рыбок в игре используются крышки из-под Фрутоняни. В каждой рыбке есть петельки, сделанные из синельной проволоки.

Удочки можно сделать из «бросового» материала: палочка, крючок на удочке сделан из фольги, сложенной в несколько раз. Всё это закреплено узким цветным скотчем.

6. «Эспандер» изготовлен из пластиковых бутылок, бельевой резинки. Для оформления используются наклейки. Используется для развития и укрепления мышц плечевого пояса и силы, можно использовать в комплексах утренней гимнастики, для индивидуальной работы, на занятиях по физической культуре.

7. **Дыхательные упражнения** формируют навык правильного дыхания (через нос). Способствуют насыщению внутренних органов кислородом. Укрепляют дыхательную мускулатуру. Являются профилактикой заболеваний дыхательных путей. Играют немаловажную роль в формировании речевого аппарата. Для этих целей я использую различные пособия для дыхательной гимнастики.

8. **Дуга для подлезания «Радуга»** – это универсальный спортивный снаряд, который просто незаменим на занятиях физкультуры в детском саду. Варианты использования в работе с детьми: -подлезание разными способами, прокатывание мяча («Попади в воротики»)

Выводы:

Применяя нестандартное игровое оборудование на занятиях по физическому развитию, можно значительно повысить интерес детей к различным видам двигательной деятельности, увеличить объем двигательной активности. Дети раннего возраста выполняют упражнения с большим удовольствием и при этом достигают хороших результатов.

Список литературы:

1. Тимофеева Е.Ю., Чернова Е.И. «Пальчиковые шаги», методическое пособие, СПб, Детство-Пресс, 2012
2. Лайзане С.Я. «Физическая культура для малышей», М., Просвещение, 1978
3. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей младшего возраста»

ПРОЕКТ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕЙРОИГР И НЕЙРОУПРАЖНЕНИЙ

*Р.Х. Бикчантаева, инструктор по физической культуре
МБДОУ «Майский», п. Майский*

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Актуальность.

На сегодняшний день, сохранение и укрепление здоровья детей в приоритете «Здоровый ребенок – здоровая нация, здоровая нация - здоровое, богатое государство» (В.В.Путин). Эти слова ёмко и образно выделяют главное: здоровье и указывает на необходимость воспитания здорового и гармонично развитого поколения. А дошкольный возраст – особенно важный и ответственный период, когда происходит формирование и «настройка» функционирования многих систем организма, именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья. «Государство признает детство важным этапом жизни человека и исходит из принципов приоритетности подготовки детей к полноценной жизни в обществе ...» (№ 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»).

Обоснование проекта.

В последнее время наметились серьезные проблемы, все чаще и чаще можно услышать о том, что дети имеют те или иные отклонения в психическом развитии (испытывают трудности в освоении программы, слишком активны, или, наоборот, медлительны, не могут концентрироваться, раздражительны, возбудимы, плохая память, слабо развита моторика, координация и т.д.). Что делать?

Двигательная активность и развитие в общей системе всестороннего развития человека занимает приоритетную позицию, а умение и навыки ребёнка в этом возрасте формируется через игры и игровые упражнения.

«Маленькие дети, играют, как птица поёт».

(Н.К.Крупская)

Игра – естественное занятие ребёнка. Через игру легче всего проникнуть в мир ребёнка, повлиять на него. А то, что интересно и понятно детям, усваивается ими легче, быстрее и прочнее, поэтому игры легли в основу дошкольной педагогики. Игры всегда были естественным спутником жизни ребёнка, источником радостных эмоций, обладающим эффективным комплексным решением оздоровительных, образовательных, и воспитательных задач (В.А.Сухомлинский, А.К.Бондаренко.). Игры – естественное средство разностороннего развития.

Проблема и необходимость разработки и внедрения данного проекта.

В нашем детском саду есть дети, которые испытывают затруднения в освоении программы ОО «Физическое развитие», с низкой концентрацией внимания, двигательной неловкостью, плохо развитой моторикой и координацией, слабой памятью, речевыми проблемами, гиперактивные, или, наоборот, медлительные, возбудимые. Это показывают результаты тестирования уровня физического развития и физической подготовленности дошкольников, тест на статическую координацию.

В связи с вступлением в силу всех законов Российской Федерации и учётом, что дошкольный возраст является периодом становления личности и имеет свои универсальные возможности, возникает мысль о разработке и реализации проекта «Физическое развитие дошкольников с использованием нейроигр и нейроупражнений» по

внедрению нейропсихологических игр и игровых упражнений. В настоящее время нейропсихологические методы работы с детьми динамично развиваются и очень востребованы. Их эффективность доказана наукой и практикой своей успешностью в преодолении психоречевых нарушений и коррекционной работе (научные труды Л.С. Выготского, М. М. Кольцовой). А умственное и физическое развитие взаимосвязано между собой (исследования Г. А. Каданцевой, И. К. Спириной, В. А. Баландина, в работах Н. И. Дворкиной).

Нейропсихология – это сравнительно молодое направление, динамично развивающееся, и очень востребовано. Нейропсихология исследует связь между работой мозга и происходящими психическими процессами. Соответственно нейропсихологическая гимнастика – это специальные комплексы упражнений, помогающие корректировать те или иные психофизиологические нарушения.

Нейрогимнастика, или гимнастика для мозга, — система упражнений для развития нейропластичности, т. е. способности нейронов и нейронных сетей в мозге изменять связи и поведение в ответ на новую информацию, сенсорное стимулирование и другой опыт. Она активно задействует все органы восприятия, причем необычным образом и в разных комбинациях. Главный принцип нейрогимнастики — постоянно изменять простые шаблонные действия, т. е. давать мозгу возможность решать привычные задачи непривычным образом. Немаловажное достоинство нейрогимнастики — отсутствие противопоказаний. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта.

Использование нейроигр и нейроупражнений будут положительно влиять на детей с ОВЗ, стимулировать у них развитие памяти, помогут получить энергию, снизить утомляемость, улучшить моторику, как мелкую, так и крупную; повысить продуктивную работоспособность; сформировать уверенность в себе. Регулярные и систематические занятия так же помогут нормотипичным дошкольникам улучшить ряд физических навыков, в частности в выполнении симметричных и асимметричных движений, в сохранении равновесия, подвижности плечевого пояса, в ловкости рук и кистей, а так же подготовить ребёнка к школе.

Инновационность проекта заключается в том, что он предусматривает систематизированную модель со специально подобранными упражнениями для дошкольников. Использование нейроигр и нейроупражнений будут положительно влиять и на детей с ОВЗ, стимулировать у них развитие памяти, помогут получить энергию, снизить утомляемость, улучшить моторику, как мелкую, так и крупную; повысить продуктивную работоспособность; сформировать уверенность в себе. Регулярные и систематические занятия так же помогут дошкольникам улучшить ряд физических навыков, в частности в выполнении симметричных и асимметричных движений, в сохранении равновесия, подвижности плечевого пояса, в ловкости рук и кистей. Позволят быстро переключаться с одной деятельности на другую, что поспособствует быстрому включению ребенка в занятие, а у норматипичных подготовить ребёнка к школе.

Цель создание необходимых условий для физического развития дошкольников с использованием нейроигр и нейроупражнений.

Задачи:

1. Изучить нормативно-правовые документы:
 - ✓ Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ;

- ✓ Федеральный закон «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24ноября 1995 г. N 181-ФЗ;
 - ✓ Федеральная образовательная программа;
 - ✓ Семейный кодексе РФ,
 - ✓ Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. СанПиН -2.4.1.3049-13 (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 15 мая 2013г.);
2. Изучить литературу по типологическим особенностям детей с ОВЗ и методе нейроигр.
 3. Разработать и апробировать учебно-методический материал:
 - ✓ Конспекты занятий для детей и совместной двигательной-игровой деятельности с использованием нейроигр и нейроупражнений;
 - ✓ Карточки нейроигр и нейроупражнений для взрослых и детей;
 - ✓ Памятки для родителей нейроигр и нейроупражнений в домашних условиях;
 4. Разработать и провести цикл совместных мероприятий для детей и родителей:
 - для детей «Игромяч», «Лошарик», «Игроцветик»,
 - для родителей «Вместе весело играть», «Вместе с мамой, вместе с папой», «Мой весёлый звонкий мяч», «На встречу друг другу».
 5. Организовать и провести мастер классы для родителей с использованием нейроигр и нейроупражнений в домашних условиях «Игры всякие важны, игры всякие нужны» (детско-родительские игры и физических упражнений взрослого и ребёнка);
 6. Разработать образовательную программу и организовать работу детско-родительского клуба «На встречу друг другу» по обучению и применению нейроигр и нейроупражнений.
 7. Способствовать укреплению физического и психического здоровья детей.
 8. Способствовать осознанию родителями значимости положительного использования нейроигр и нейроупражнений.
 9. Создать серию образовательных видеороликов по применению нейроигр и нейроупражнений с последующим размещением на ЦОР.
 10. Опубликовать лучшую практику в цифровых журналах.
 11. Создать электронный методический Кейс с материалами и разместить на Канале «Цифровая Долина».
 12. Формировать у родителей (законных представителей) воспитанников позитивного отношения и понимания необходимости выполнять нейроигры и нейроупражнения.
 13. Пропагандировать достижения и эффективный опыт инновационной деятельности в массовой педагогической практике.

Гипотеза проекта: создание необходимых условий для физического развития дошкольников с использованием нейроигр и нейроупражнений помогут добиться положительной динамики в освоении программы ОО «Физическое развитие», повысить стрессоустойчивость, синхронизировать работу полушарий, улучшить мыслительную деятельность, в развитии моторики и координации, памяти, речи, внимание, самоконтроля. А нейроигры с мячом помогут осознанию собственной телесной активности, и улучшить контакт с телом.

Ожидаемые результаты проекта.

На основе внедрения проекта можно достигнуть следующих результатов:

1. Создан банк нормативно-правовых документов и подобрана необходимая литература.
2. Разработана образовательная программа
3. Внедрена система работы нейроигр нейроупражнений.
4. Нарботан учебно-методический материал: конспекты, картотека (для детей и взрослых), памятки для родителей.
5. Повышен уровень психолого-педагогической компетентности родителей, их активность, ответственность к своим обязанностям по отношению к детям и образовательному процессу в ДОУ.
6. Сохранено и укреплено физическое и психическое здоровье детей.
7. Родители активно используют и осознают значимость положительного использования нейроигр и нейроупражнений.
8. Родители вовлечены в единое пространство «Детский сад - Семья – Социум».
9. В системе проводится комплексный мониторинг освоения детьми результатов ОО «Физическое развитие».
10. Достигнута положительная динамика в физическом развитии дошкольников, средствами нейроигр и нейроупражнений;
11. Созданы образовательные видеоролики по применению нейроигр и нейроупражнений с последующим размещением на ЦОР.
12. Опубликована лучшая практика в цифровых журналах.
13. Создан электронный методический Кейс с материалами и разместился на Канале «Цифровая Долина».
14. Распространены и внедрены результаты проекта в массовую практику.
Участники проекта: дети и их родители, инструктор по Ф.К.
Время реализации: 1 год

Основные этапы реализации проекта:

- 1 этап** – аналитико-организационный;
- 2 этап** – основной;
- 3 этап** – заключительный (аналитический).

Результативность проекта:

- использование нейроигр и нейроупражнений положительно повлияли на детей с ОВЗ,
- стимулировали у них развитие памяти,
- повысили стрессоустойчивость,
- снизили утомляемость,
- улучшили моторику, как мелкую, так и крупную,
- повысили продуктивную работоспособность,
- сформировали уверенность в себе,
- помогли дошкольникам улучшить ряд физических навыков, в частности в выполнении симметричных и асимметричных движений, в сохранении равновесия, подвижности плечевого пояса, в ловкости рук и кистей,
- позволили быстро переключиться с одной деятельности на другую,
- помогли у норматипичных детей подготовить к школе,
- синхронизировали работу полушарий,
- улучшили мыслительную и речевую деятельность.

Список литературы.

1. Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста. -М.: Генезис, 2008. -319с.
2. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. -М.: Генезис, 2010. -474с.
3. Е.Г. Тимощенко Нейропсихологические занятия для детей. ООО «Издательство АСТ» 2021г.
4. Покровская, С. В., Цветков А. В. Нейропсихологическая помощь детям с нарушениями речи. /С. В. Покровская, А. В. Цветков. -М.:» Издание книг ком», 2018.-176 с. ISBN 978-5-6040849-1-5.
5. Цветкова, Л. С. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста: Учебное пособие/Л. С. Цветкова, А. В. Семенович, С. Н. Котягина, Е. Г. Гришина, Т. Ю. Гогребашвили;под. ред. Л. С. Цветковой. -М. :Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК»,2001.-272с.
6. Программа «Рука-мозг», авторы А. Смолянинов, А. Ванцова 2011 г.
7. Матюгин И.Ю., Асоченская Т.Ю., Как развить внимание и память Вашего ребенка (книга для детей и родителей). - М., Эйдос, 1994.
8. Никольская И.Л., Тигранова Л.И. Гимнастика для ума - М., Просвещение, 1997.
9. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: Основы диагностической и коррекционной работы психолога. - М., АРКТИ, 2000.

Интернет-ресурсы:

1. Семенович А.В. "Комплексная нейропсихологическая коррекция".
2. Семенович А.В. «Нейропсихологическая диагностика и диагностика в детском возрасте».
3. Нейропедагогические подходы, оптимизирующие коррекционную работу логопеда. Архипова Елена Филиппова.
4. Консультация для учителей - логопедов в рамках ГМО "Развитие речи девочек и мальчиков пяти - семи лет" (Речевые игры речи для детей дошкольного возраста, авторская разработка) сайт учителя-логопеда Ситдиковой Д.З.

ЭЛЕМЕНТЫ БАДМИНТОНА С МАЛЫМ МЯЧОМ, КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ.

«Здоровье — не всё, но всё без здоровья — ничто».

Сократ.

Малова Мария Александровна, инструктор по физической культуре высшей категории,

МАДОУ «Детский сад № 23» г. Пермь.

Одной из важнейших социальных проблем современности является сохранение и укрепление здоровья детей. Еще А. Шопенгауэр говорил: “Здоровье до того перевешивает все остальные блага, что здоровый нищий счастливее больного короля”.

Известно, что у детей, имеющих уровень двигательной активности в 2-3 раза ниже гигиенической нормы, наблюдается целый ряд отклонений в состоянии здоровья- нарушение обмена веществ, низкая иммунобиологическая реактивность, повышенная заболеваемость, низкие показатели работоспособности.

Основные причины нервно-психических и соматических заболеваний детей дошкольного возраста – интеллектуальные перегрузки и снижение двигательной активности как по объему, так и по интенсивности.

Физкультурно- оздоровительная работа в детском саду является неотъемлемой составной частью формирования здорового образа жизни детей. Игра- основное средство развития физических качеств ребенка в ДОУ. Важно заинтересовать занимающихся.

Отличительной особенностью современного образовательного процесса по физической культуре является нацеленность на формирование физической культуры личности обучающихся. Показателем качества физкультурного образования выступает двигательное умение высшего порядка, которое характеризуется умением самостоятельно и результативно использовать знания, умения, навыки в физкультурной и спортивной деятельности.

Бадминтон развивает отличную физическую реакцию, все физические качества, острое зрение, повышает скорость мыслительных процессов, способствует нормализации веса, дает детям необходимую энергетическую разрядку. Игра в бадминтон не просто полезна для зрения, но и реально излечивает близорукость. По итогам исследований Национальной федерации бадминтона России и Московского научно-исследовательского института глазных болезней имени Гельмгольца получили патенты «Способ профилактики возникновения и прогрессирования миопатии» в России, США, Канаде и в Европе.

С сентября 2011 года в российских школах ввели третий урок физкультуры, и в декабре 2011 года министерство образования и науки РФ утвердило образовательный стандарт по бадминтону для школ. Таким образом, внедрение элементов бадминтона в занятия по физической культуре в ДОУ становится очень актуальным. Важно обеспечить **преемственность в осуществлении программы между дошкольным образовательным учреждением и школой.**

Также, по **ФГОС бадминтон** включен в образовательную программу дошкольников.

Бадминтон- парная игра, вызывающая большой интерес у детей. Однако, при игре в бадминтон на открытых площадках, можно столкнуться с проблемой невозможности контролировать полет волана из- за ветра, который уносит легкий снаряд. Дети, у которых еще не сформировался навык игры в бадминтон, при таких условиях не могут полноценно и в полной координации вести игру. Теряется интерес, портится настроение, решение задачи сознательного стремления к занятиям, именно, через данный вид спорта- ставится под угрозу. Предлагаю начать изучение данной игры с более привычного инвентаря- **набивного мячика**, и , постепенно в игру вводить **волан**.

В поисках новых разнообразных и эффективных форм работы с детьми в детском саду, были разработаны занятия с элементами бадминтона и использованием малых мячей.

Мячи имеют достаточный вес, что позволяет играть, даже, в ветреную погоду. Дети с любопытством изучают «новый вид спорта».

Занятия в данной форме способствуют:

- развитию выносливости, быстроты, ловкости, координации движений
- укреплению лучезапястного сустава
- профилактике плоскостопия
- профилактике близорукости
- развитию скорости реакции
- обеспечению эмоциональной комфортности
- формированию правильной осанки
- развитию позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослым
- развитию коммуникативных навыков
- развитию мелкой моторики
- развитию сознательного стремления к занятиям физической культурой и спортом

И так, ниже представлено занятие «Элементы бадминтона с малым мячом, как средство укрепления здоровья и развития физических качеств детей».

(ссылка на видеоматериал https://disk.yandex.ru/i/SF3D_ZnebbFPyw)

Цель: обучение детей дошкольного возраста элементам игры в бадминтон и поддержание интереса к физической культуре и спорту.

Задачи:

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять здоровье дошкольников
- поспособствовать профилактике глазных болезней, в частности близорукости
- способствовать сознательному стремлению к занятиям физическими упражнениями и спортом

Образовательные:

- познакомить детей с историей игры -бадминтон
- учить детей подбивать набивной мяч и волан ракеткой, стараясь ударить большее число раз;
- поспособствовать развитию физических качеств: меткости, ловкости, быстроты, выносливости.
- повысить уровень специфических координационных способностей: точность зрительного восприятия, быстроту движений, пространственное представление.
- формировать умение владеть воланом (чувство волана).
- овладеть подвижными играми с элементами бадминтона

Воспитательные:

- воспитывать чувство взаимопомощи и умение играть коллективно
- воспитывать положительные морально-волевые качества

Интеграция областей:

- Социально-коммуникативная
- Речевая
- Познавательная

Виды деятельности:

- Игровая
- Двигательная
- Коммуникативная

Методы и приемы:

- 1). Словесные: указание, объяснение, похвала.
- 2). Наглядные: показ, звуковые и зрительные ориентиры.
- 3). Практические: упражнения, конкретные задания, поддержка, помощь.

Использование образовательных современных технологий:

Здоровьесберегающие: физкультурно-оздоровительные (профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки), профилактика близорукости; обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослым.

Игровые: наличие мотивации, проведение подвижной игры.

Личностно-ориентированные: партнерские (взрослый и ребенок), создание условий для самостоятельной деятельности детей, инициативности, высказывания детей.

Возраст: подготовительная группа.

Инвентарь: ракетки, воланы, набивные мячи, конусы.

Ход занятия

Упражнение	Дозировка	ОМУ
На носках, ракетка вверх	0,5 мин	Тянемся в потолок максимально высоко, вытягиваемся.
На пятках, ракетка за спиной	0,5 мин	Спина прямая.
Пропеллер (держим ракетку за середину)	10-12 раз	Активное вращение вправо-влево, разминаем кисть.
Цапелка	6-8 раз	Поднимаемся высоко на носок на одной ноге, колено второй ноги тянем к груди, ракетка тянется вверх.

Наклоны к носочку, ракетка за спиной	6-8 раз	Спина прямая. Ногу ставим на пятку, носочек на себя. Нога прямая.
Выпад с поворотом, ракетка перед собой	6-8 раз	Поворот в сторону впереди-шагающей ноги, руки согнуты в локтевых суставах.
Гусиным шагом, ракетка за спиной.	0,5 мин	Спина прямая.
Марш в движении и на месте.	1 мин	Левой, левой, раз два три.

(подготовительная часть)

ОРУ в ходьбе (с ракетками).

ОРУ в беге (ракетки на полу).

Задание	Дозировка	ОМУ
С высоким подниманием бедра, через ракетки	1 круг	Колено выше,
С захлестыванием голени, через ракетки	1 круг	Пяточками достаем ягодицы, далее обычный бег
Бег правым боком, через ракетки	1 круг	Часто- часто перебираем ногами
Бег левым боком, через ракетки	1 круг	Часто- часто перебираем ногами
Прыжками на правой ноге, через ракетки	1 круг	Прыжок между ракетками
Прыжками на левой ноге, через ракетки	1 круг	Прыжок между ракетками
Прыжками на двух ногах, через ракетки	1 круг	Прыжок между ракетками
Прыжками на двух ногах, через 2 ракетки	1 круг	Прыжок между ракетками
Ускорение, через ракетки	3 круга	Очень быстрый бег

ОРУ в разомкнутом строю (с ракетками).

Задание	Дозировка	ОМУ
И.п.: стойка ноги врозь, ракетка внизу. 1- вытянуть руки вперед, 2- поднять руки вверх. 3-4 тоже самое.	8-10 раз	Руки прямые.
И.п.: стойка ноги врозь, волан в руках. Подбросить волан вверх, хлопнуть в ладоши, затем поймать волан. Количество хлопков в ладоши увеличивать с каждым подбрасыванием волана.	8-10 раз	Выше бросаем волан, быстрее хлопаем в ладоши.

Задание	Дозировка	ОМУ
И.п.: широкая стойка- ноги врозь, ракетка вверх. 1-2- два наклона вправо, 3-4 –два наклона влево.	8-10 раз	Наклон ниже, руки прямые.
И.п.: стойка ноги врозь, ракетка внизу. 1- сгибание ног 2- разгибание ног (приседания) 3-4 тоже самое.	8-10 раз	Руки прямые перед собой.
И.п.: упор, сидя сзади. Ракетка на коленях. 1- наклон вперед, ракетку за стопы, 2-и.п. 3- наклон вперед, взять ракетку, 4- и.п.	8-10 раз	Ноги не сгибаем.
Прыжки на правой и левой ногах, через ракетку.	10 раз	На ракетку не встаем, выше прыжок.
Прыжки на двух ногах, через ракетку.	10 раз	На ракетку не встаем, выше прыжок.

Основная часть.

1). «Попади в мишень».

Задание	Дозировка	ОМУ
1). Попасть набивным мячом (0,02 кг, диаметр10-12 см,) в плетение ракетки с расстояния 2х метров	4-5 мин.	Мяч бросаем «по дуге». Считается прямое попадание в плетение ракетки. Считаем количество попаданий.
2). Попасть воланом в плетение ракетки с расстояния 2х метров.	4-5 мин	Волан бросаем «по дуге», держим волан за «головку». Считается прямое попадание в плетение ракетки. Считаем количество попаданий.

Данное задание вызывает у детей интерес и присутствует соревновательный момент. Одновременно с этим, упражнение способствует развитию меткости, глазомера.

Елена Тарутта, доктор медицинских наук, профессор Московского научно-исследовательского института глазных болезней имени Гельмгольца рассказала, что бадминтон- это тренировка аккомодации. Занятия активно тренируют мышцы,

отвечающие за фокусировку зрения. Эти мышцы становятся сильными, рабочими, зрение занимающихся улучшается.

2). Работа в парах «Быстрый снаряд».

Задание	Дозировка	ОМУ
3). Один из пары набрасывает набивной мяч своему партнеру на ракетку, второй отбивает мяч в руки напарника (далее смена ролей).	6-8 мин	Бросок точно на ракетку, отбить мяч в руки партнера. При ловле добегаем до мяча.
4). Один из пары набрасывает волан своему партнеру на ракетку, второй отбивает волан в руки напарника (далее смена ролей).	6-8 мин	Бросок точно на ракетку, отбить волан в руки партнера. При ловле добегаем до волана.

Данное задание способствует повышению уровня специфических координационных способностей: точности зрительного восприятия, быстроты движений, пространственного представления.

Работа в парах развивает коммуникативные навыки.

3). Жонглирование.

Задание	Дозировка	ОМУ
5). Жонглирование набивным мячом.	3-4 мин	Необходимо подбрасывать набивной мяч ракеткой. Важно, перемещаться за мячом и контролировать его постоянное нахождение в игре.
6). Жонглирование воланом.	3-4 мин	Необходимо подбрасывать волан ракеткой. Важно, перемещаться за воланом и контролировать его постоянное нахождение в игре.

Задание способствует развитию основных физических качеств: меткости, ловкости, быстроты, выносливости.

Формируется умение владеть воланом (чувство волана).

В ходе продолжительных исследований специалисты сделали заключение, что бадминтон является наилучшим видом спорта, улучшающими кровообращение органов зрения, т.к. снаряд, то приближающийся к глазу, то удаляющийся от него, активно тренирует глазодвигательный аппарат.

4). Игра в полной координации.

Задание	Дозировка	ОМУ

7). Игра в парах набивным мячиком	5-6 минут	Необходимо перебрасывать друг другу набивной мячик ракеткой (игра в парах). Важно перемещаться за мячом и контролировать его постоянное нахождение в игре.
8). Игра в парах воланом	5-6 минут	Необходимо подбрасывать волан ракеткой. Важно перемещаться за воланом и контролировать его постоянное нахождение в игре.

Развивает такие жизненно- важные качества, как целеустремленность, терпение, усидчивость.

Работа в парах способствует развитию коммуникативных навыков, сотрудничества.

Учитывая ярко-выраженную сюжетную линию игры- дети сознательно и с удовольствием выполняют сложные физические упражнения, движения и элементы, не замечая усталости, что способствует развитию физического качества- выносливости. Таким образом решается задача сознательного стремления к занятиям физкультурой и спортом.

Заключительная часть.

1. Подвижные игры.

1.1.«Быстрый воланчик».

Описание игры.

Выбирается водящий. Водящий держит в руках волан. По сигналу «Играем» участники разбегаются по залу, водящий догоняет всех участников игры броском волана в них. В кого попал волан - выходит из игры. Выигрывает тот, кто останется не пойманным.

1.2. Подвижная игра «Волан навстречу волану».

Описание игры.

Играющие встают в пары на расстояние 3–3,5 м друг от друга. У каждого игрока волан. По сигналу «бросок» игроки бросают волан своему партнеру и стараются поймать брошенный волан от партнера.

Выигрывает тот, кто поймал волан.

Методические указания.

Педагог наблюдает за соблюдением правил игры. Постепенно необходимо усложнять правила. Можно менять высоту полета волана (броски волана друг другу по низкой, высокой траектории), производить бросок волана рукой в сочетании с прыжком, увеличить расстояние между партнерами

1.3. Подвижная игра «Обгони ракетку».

Описание игры.

Играют все дети. Выбирается водящий. Играющие встают в круг. Водящий становится за игроком, у которого в руках ракетка. По сигналу педагога «Раз, два, три – беги!» участники начинают передавать ракетку по кругу, а водящий бежит, стараясь перегнать ракетку, и встает на свое место. Водящий выигрывает, если смог прибежать быстрее, чем передали ракетку. Следующим водящим может стать тот, в чьих руках оказалась ракетка в момент, когда водящий закончил движение, либо ребенок, рядом с которым оказался водящий, когда ракетка вернулась в исходное положение.

Методические указания. Педагог наблюдает за соблюдением правил игры. Усложнение: передача ракетки и бег водящего в разных направлениях.

1.4. Подвижная игра «Желтые и красные».

Описание игры.

Игроки становятся в шеренгу, в руке каждого из них волан желтого или красного цвета. По сигналу «Желтые» игроки с желтыми воланами бегут на противоположную сторону зала, разворачиваются за линией и возвращаются на свое место. По сигналу «Красные» то же задание выполняют игроки с красными воланами. Выигрывает команда, в которой игроки меньше ошибались.

Методические указания. Подсчет баллов можно вести разными способами. Можно давать 1 балл команде, у которой меньше игроков совершили ошибочные действия. Если игра включена, например, в соревнования, то можно вычитать баллы у той команды, в которой больше игроков совершили ошибочные действия. Или использовать штрафные баллы, если игрок не добежал до линии и развернулся перед ней.

2. Задание на внимание и восстановление дыхания.

Цель: удерживание волана в ходьбе на макушке головы без помощи рук.

Задачи:

- 1). Поспособствовать развитию чувства равновесия.
- 2). Сконцентрировать внимание после подвижной игры и перед рефлексей.
- 3). Восстановить дыхание.

Правила игрового задания:

- Поставить вертикально волан, на макушку. Пройти с одного конца зала до другого. Волан руками не придерживать, если упал- поднять на том же месте и продолжить движение.
- Положить волан на бок, на макушку. Пройти с одного конца зала, до другого. Волан руками не придерживать, если упал- поднять на том же месте и продолжить движение.

3. Рефлексия.

Дорогие ребята, сегодня мы ознакомились с элементами игры (продолжить фразу):

- мы развивали...
- я узнал (а)...
- мне понравилось...
- что не понравилось...
- я научился (ась) ...
- выполнена ли нами поставленная цель?

Зачастую, игру в бадминтон сравнивают с игрой на скрипке по сложности и тонкости управления ракеткой. Занимаясь бадминтоном на занятиях по физической культуре, ребята получают значительную и, в то же время, посильную физическую нагрузку и эмоциональную разрядку. Ракетка, волан и набивной мяч позволяют в игровой форме привлечь детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом, научить их правильному овладению большим арсеналом основных двигательных навыков (ходьбой, бегом, прыжками, ударами, приседаниями, выпадами и т.д.), поможет укрепить вестибулярный аппарат и здоровье в целом.

Важно поддерживать непрерывность и преемственность в направлении детский сад - начальная школа. Занятия бадминтоном активно способствуют этому, так как данный вид спорта введен в качестве третьего часа физической культуры в школах России.

Следует заметить, что бадминтон с использованием малых мячей не требует больших финансовых затрат, больших территорий, высоких потолков, и те возможности, которые существуют во многих образовательных учреждениях нашей страны, вполне приемлемы для его организации.

Список литературы:

1. Бадминтон в дошкольных учреждениях /URL: <https://s.science-education.ru/pdf/2021/3/30808.pdf>
2. Бадминтон с точки зрения медицины и психологии/ URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihofiziologicheskiiy-status-sportsmenov-zanimayuschih-sya-badmintonom>
3. Изготовление малого набивного мяча <https://www.livemaster.ru/topic/1219247-shem-loskutnye-myachiki>
4. Научные исследования о пользе бадминтона/ URL: http://www.badm.ru/files/File/news/2019/badm_vision_rus.pdf