

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Инжавинский детский сад «Берёзка».

**«Особенности организации работы по физическому  
развитию и воспитанию детей дошкольного возраста в  
соответствии с ФГОС ДО».**

Инструктор по физической культуре:

Николаева Ирина Александровна.

р.п. Инжавино

2017 г.

Как часто мы повторяем: «Движение – это жизнь». Но движение – это еще и огромная радость, которая появляется от удовлетворения естественной потребности в движениях. Многочисленными научными исследованиями доказано: удовлетворение потребности в движении является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

Работу по физическому развитию дошкольников в течении года осуществляла на основе Общеобразовательной программы МБДОУ «Инжавинский детский сад «Берёзка», разработанной с учётом Программы «От Рождения до школы» под редакцией Васильевой М.А, Комаровой Т.С., Вераксы Н.Е., а так же на основе положений Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, в котором физическое развитие включает в себя приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

**Целью** физического воспитания является формирование у детей основ здорового образа жизни. В процессе физического воспитания осуществляются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Главными **задачами** в моей работе являются:

- ★ развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию)
- ★ обогащать двигательный опыт у детей (овладение основными движениями)
- ★ формировать у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- ★ создавать условия для полноценного развития детей в ДОУ и семье, привлекать родителей к совместной подвижной деятельности.

Реализацию данных задач осуществляю по следующим направлениям:

- создание условий для защиты, сохранения и укрепления здоровья детей;
- проектирование оптимального двигательного режима с опорой на современные нормативные документы;
- использование современных оздоровительных и здоровьесберегающих методик и технологий;
- разработка тематического перспективного планирования;
- мониторинг физического развития и физической подготовленности дошкольников;
- участие в оснащении физкультурного зала стандартным и нестандартным оборудованием;
- участие в различных формах сотрудничества с общественными учреждениями;
- сотрудничество с родителями;
- обучение педагогов оздоровительным технологиям.

На протяжении всего времени работаю над проблемой повышения качества физического воспитания детей, формирования у них интереса и потребности к движениям, увеличению двигательной активности.

Исследовав уровень физического развития детей во всех возрастных группах, совместно с администрацией разработала модель физкультурно-оздоровительной работы в нашем детском саду, которая включает в себя строгое соблюдение санитарно-гигиенических условий; оптимальные физические нагрузки; различные образовательные технологии; использование здоровьесберегающей системы в дошкольном учреждении.

На основе модели физкультурно-оздоровительной работы составила рабочие программы по всем возрастным группам, где представлена система спортивных мероприятий, планы работы с родителями и педагогами .

Совместно с медицинской сестрой разработала систему физкультурно-оздоровительной работы, в которой предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья детей, формирование основ физической культуры, воспитание интереса к различным видам двигательной деятельности, формирование стремления к здоровому образу жизни.

Основным компонентом здоровьесберегающей деятельности является физкультурно-оздоровительная работа, которая включает в себя:

- утреннюю гимнастику;
- физкультурные занятия в зале и на воздухе;
- подвижные игры;
- динамические паузы;
- физкультурные праздники и развлечения;

-Дни здоровья, недели здоровья.

При организации работы по физическому развитию с дошкольниками подбираю физические упражнения с учетом возрастной физиологии и в соответствии с особенностями возрастного периода детства.

В работе использую следующие методы: игровые упражнения, дидактические игры с движением, двигательные загадки, проблемные ситуации, экспериментирование и исследование, метод проектов.

А также использую разные формы проведения физкультурных занятий:

- Классические занятия (по схеме: вводно-подготовительная часть, основная, заключительная части).
- Игровые занятия (с использованием игр: народные подвижные игры, игры-эстафеты, игры-аттракционы и т.д.).
- Занятия тренировочного типа (ходьба, бег, строевые упражнения, спортивные игры, упражнения в лазании, акробатические элементы, упражнения с мячом и т.д.).
- Сюжетные занятия - комплексные (объединенные определенным сюжетом, спортивное ориентирование, с развитием речи, с викторинами и т.д.).
- Занятия серии "Изучаем свое тело" (беседы о своем теле, обучение самомассажу, привитие элементарных навыков по уходу за собой и оказанию первой медицинской помощи).
- Тематические занятия (с одним видом физических упражнений).
- Контрольно-проверочные занятия (выполнение отставания в развитии моторики ребенка и пути их устранения).

На занятиях пользуюсь методом сказкотерапии (к детям приходят различные сказочные персонажи), также провожу занятия-путешествия (Например, на Северный полюс, «Осенние радости»). Дети с удовольствием подражают действиям животных, птиц, явлениям природы. Дыхательные упражнения также организуются в форме игры (имитация задувания свеч, согревание рук и т.д.). На сюжетных занятиях использую стихи, загадки, песни, соответствующие сюжету. При проведении занятий использую похвалу, поощрение. Дети привыкли к образным выражениям и часто используют их при игре. Со своими физиологическими особенностями дети быстро утомляются, поэтому провожу упражнения с различными предметами и разным темпом выполнения, использую игровой метод и эмоциональный фон (соревновательный метод).

Организуя на своих занятиях по физической культуре взаимодействие детей в процессе их самостоятельной деятельности, стараюсь как можно больше уделять внимание созданию благоприятному эмоциональному фону, доброжелательным дружеским отношениям, свободному взаимопониманию.

Большое внимание я уделяю использованию природного окружения в активизации активной деятельности детей. Проводя физкультурные занятия на свежем воздухе, обучаю детей бегу, ходьбе, лазанью, метанию. Для упражнений в беге использую бег на скорость до дерева, сугроба, вокруг шишек, положенных по кругу. Для упражнений в равновесии использую снежные валы, сваленные деревья, если занятия проходит в лесопарке. Кроме того, в каждой возрастной группе, в спортивном зале есть картотека разнообразных игр, движений, упражнений, состоящих из карточек, на которых схематически изображены общеразвивающие упражнения, основные виды движений, элементы спортивной гимнастики, фрагменты эстафет и других подвижных игр. Работа с карточками помогает детям использовать накопленный двигательный опыт в самостоятельной деятельности, учит их организовывать соревнования со сверстниками. Все это создает у детей положительные эмоции, формирует знания о ЗОЖ, желание заниматься физкультурой.

Занятия провожу по подгруппам и индивидуально. При планировании занятий учитываю физическую подготовленность ребенка.

Для проведения занятий подбираю физические упражнения, определяю последовательность их выполнения, составляю план-конспект, продумываю методику проведения, готовлю оборудование, размещаю его, слежу за созданием санитарно-гигиенических условий, за одеждой детей.

При организации физкультурного занятия обязательно учитываю:

- строгую регламентацию деятельности детей и дозирование физической нагрузки;
- оптимальную двигательную активность детей;
- чтобы каждое предыдущее занятие было связано с последующим и составляло систему занятий;
- соответствие возрасту и уровню подготовленности детей;
- имеющееся оборудование и музыкальное сопровождение.

Важным условием воспитания здорового ребенка является создание правильной предметной оздоровительно-развивающей среды.

В нашем детском саду имеется открытая физкультурная площадка на участке детского сада; физкультурный зал; гимнастическая стенка; стандартное и нестандартное оборудование, которое изготовила сама и с помощью родителей:

- оборудование для профилактики плоскостопия (снегоступы, следочки, кошечки, ребристая доска, пуговичная дорожка, дорожка-топоножка, дорожка из кирпичиков «гусеница»);
- оборудование для равновесия (4 дорожки);
- оборудование для развития глазомера, меткости, ловкости (обруч на стойках, сетка-корзинка, ручеек, тренажер «Поймай мяч ловушкой»);
- оборудование для отработки движений на лыжах («лыжи», сделанные из бутылок);
- оборудование для подвижных игр (удочка, атрибуты, маски, костюмы для персонажей, воротики, лошадки).

В каждой возрастной группе имеются уголки здоровья, атрибуты и игрушки для подвижных игр и двигательной активности детей на прогулке. Развивающая среда, организованная в детском саду, способствует эмоциональному благополучию ребенка, создает у него чувство уверенности в себе и защищенности.

В тесном контакте работаю с музыкальным руководителем. Такие приемы помогают создать радостную и доброжелательную атмосферу, способствуют сконцентрировать внимание детей на движениях.

Провожу систематически диагностику уровня физического развития детей и их физической подготовленности на начало и конец учебного года, которая используется для оценки исходного уровня развития каждого ребенка, с тем, чтобы определить оптимальную для него «ближайшую» зону здоровья, формирования систем, функций организма и двигательных навыков (см. стр.30-43 Портфолио). К участию в диагностических исследованиях привлекаю воспитателей и медицинскую сестру, заранее готовлю бланки протоколов обследования и тестовые задания. Результаты диагностики служат исходным уровнем для прогноза индивидуальных показателей. Они определяют уровень общей физической подготовки детей и личный «рост» каждого ребенка, а также за счет чего он достигнут.

По итогам диагностики формируются 3 подгруппы детей с разным уровнем физического развития:

- 1 – низкий уровень
- 2 – средний уровень
- 3 – высокий уровень

Выявляю в каждой возрастной группе кто из детей относится к той или иной подгруппе. Составила тематический план работы, учитывая физическую готовность каждой подгруппы детей по квартально, где основное внимание уделяю возрастным и индивидуальным психофизическим особенностям

детей. Проанализировав результаты диагностики на конец учебного года и сопоставив его с результатами на начало учебного года, выстраиваю диаграммы, с помощью которых отслеживаю уровень физического развития детей за год. Это позволяет мне составить план работы с детьми на новый учебный год. Также с помощью гистограмм отслеживаю динамику физического развития детей по годам см.стр.45-51 Портфолио).

Строю свою работу так, чтобы обеспечивалось развитие способностей всех детей, и конечно же, их индивидуальный личностный рост. На основе проведенной диагностики распределила детей на две подгруппы с учетом состояния их здоровья, уровня физической подготовленности в целом и двигательной деятельности в частности. К первой подгруппе отнесла практически здоровых детей со средним и высоким уровнем ДА и физической подготовленности. Вторая подгруппа детей с ослабленным здоровьем и низким уровнем ДА. Составила тематический план работы, учитывая физическую готовность каждой подгруппы детей. Формы работы нацелены не на оттачивание техники выполнения упражнений, а воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность детей, свободной взаимопонимание. Задания на занятиях дифференцирую по сложности для каждой подгруппы детей. При обучении основным видам движений детям двух подгрупп предлагаю разные двигательные задания, направленные на регулирование ДА.

Детям 1-ой подгруппы даю задания средней и высокой интенсивности, которые способствуют удовлетворению их биологической потребности в движении, развитию концентрации внимания, координации движения и точности выполнения действий. Для выявления склонностей детей 1-ой подгруппы к какому-либо виду спорта, двигательных способностей и интереса систематически веду наблюдения за их деятельностью на занятии и в свободной деятельности.

Детям 2-ой подгруппы оказываю помощь, активизирую их, предлагаю задания на развитие быстроты реакции, скорости движения, выносливости, на переключение с одного вида деятельности на другой.

Считаю, что более полноценный учебно-воспитательный процесс получается при активном взаимодействии с родителями.

Ежегодно провожу открытые занятия, на которых присутствуют родители. Организую спортивные праздники и развлечения с их участием («Все семьей на страт!», «Мама, папа, я – спортивная семья», «Аты-баты мы – солдаты»), «Зарница». Принимаю участие в групповых и общих родительских собраниях, на которых знакоблю родителей с программными задачами и требованиями по развитию у детей движений в соответствии с их биологическим возрастом.

В каждой группе есть уголки физического развития, в которые помещаю информацию о достижениях детей, физической подготовке. Кроме того с результатами диагностики родители могут познакомиться в Паспорте здоровья ребенка, где дается оценка их физического и психического здоровья.

Провожу большую просветительскую работу по вопросам формирования привычки к ЗОЖ и приобщению детей к физической культуре через индивидуальные беседы, консультации, анкетирование, оформляю информационные стенды, бюллетени, папки-передвижки с материалами по организации самостоятельной двигательной деятельности дома, как правильно организовать физкультурно-игровую среду в домашних условиях. Оформляю «Доску чемпионов» с фотографиями детей («Лучший бегун», «Меткий стрелок» и т.д.

В своей профессиональной деятельности сталкиваюсь с рядом трудностей в реализации задач повышения двигательной активности детей, связанное с недостаточной оснащенностью спортивного зала, физкультурной площадки, тренажерного зала современным стационарным оборудованием и заводскими тренажерами. Главную проблему можно сформулировать как «Время не читать, а бегать». Отсутствие мотивации и потребности к ЗОЖ и приобщению к физической культуре в обществе, а также малоподвижный образ жизни дошкольника в семье, что связано с многочасовым сидением перед телевизором и компьютером, способствует ухудшению состояния здоровья детей.

Для решения этой проблемы планирую наряду с приобретением методических пособий продолжить работу по оборудованию спортивного зала и физкультурной площадки, изготовлению дополнительного спортивного инвентаря.

Планирую организовать работу семейного клуба «Здоровячок» с целью вовлечения всех родителей в систему физкультурно-оздоровительной работы детского сада, гармонизации детско-родительских отношений. Совместно с ДЮСШ планирую организовать работу кружка по обучению дошкольников игре в баскетбол. Считаю, что при этом смогу привить у взрослых и детей интерес к спорту и здоровому образу жизни и значительно увеличить двигательную активность у детей.

### Список литературы:

Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет).

Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Конспекты занятий.

Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. Пособие для педагогов дошкольных учреждений.

Степаненкова Э.Я. \_Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации.

Глазырина Л Д, Овсянкин В А Методика физического воспитания детей дошкольного возраста.

Банникова Л. П. Программа оздоровления детей в ДОУ.

Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ / Под ред. З.И. Бересневой.

Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. Л Н Волошина.