

Представление педагогического опыта работы инструктора по физической культуре Федотовой Надежды Анатольевны на тему «Роль игры в физическом развитии и укреплении здоровья дошкольника».

Обоснование актуальности и перспективности опыта. Его значения для совершенствования учебно-воспитательного процесса.

А.С. Макаренко писал: «Игра имеет важное значение в жизни ребенка, имеет то значение, какое у взрослого имеет деятельность, работа, служба. Каков ребенок в игре, таков во многом он будет в работе, когда вырастет. Поэтому воспитание будущего деятеля происходит, прежде всего, в игре». Дошкольное детство самый важный период становления личности. В эти годы ребенок приобретает первоначальные знания об окружающей жизни, у него начинает формироваться определенное отношение к людям и труду, вырабатываются навыки и привычки правильного поведения, складывается характер. Основной вид деятельности детей дошкольного возраста — игра, в ней развиваются духовные и физические силы ребенка, его внимание, память, воображение, дисциплинированность, ловкость. Кроме того, игра — это своеобразный, свойственный дошкольному возрасту способ усвоения общественного опыта. В игре формируются и развиваются все стороны личности ребенка, происходят значительные изменения в его психике, которые подготавливают переход к новой, более высокой стадии развития. Психологи считают игру ведущей деятельностью дошкольника. Проблема физического развития подрастающего поколения сегодня рассматривается в качестве одной из приоритетных социально - педагогически задач. Сегодня на смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что у ребенка остается все меньше времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей дошкольников. Для укрепления здоровья детей особую роль играет применение разнообразных рациональных двигательных режимов и оздоровительных физических упражнений, игр, которые бы удовлетворяли требования образовательного процесса и соответствовали закономерностям физических качеств дошкольника. Детям дошкольного возраста просто необходимо движение. Известно, что дети, которые постоянно находятся в движении меньше болеют и подвергаются различным заболеваниям, крепко спят, быстрее развиваются физически. Дошкольный возраст является ключевым в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем.

Условия формирования ведущей идеи опыта, условия возникновения, становления опыта.

Главная задача физического воспитания детей на моих занятиях по физической культуре – обеспечить всестороннюю физическую подготовленность каждого ребенка, помочь приобрести запас прочных умений и двигательных навыков, через игровую деятельность, необходимых человеку на протяжении всей его жизни для труда и активного отдыха. Обогащение двигательного опыта ребенка осуществляется последовательно – от одного возрастного этапа к другому. При этом особое значение имеет своевременное усвоение тех видов двигательных умений и навыков, формирование которых обуславливается возрастными и индивидуальными особенностями развития. Всестороннее физическое развитие предполагает развитие физических качеств. Играя, двигаясь, ребенок становится более крепким, ловким, выносливым, уверенным в своих силах, возрастает его самостоятельность. Достигнутый уровень развития физических качеств, психологическая готовность к большой концентрации волевых усилий обуславливает новый виток физического развития, дальнейший рост физических возможностей детей, усвоение более сложных двигательных действий, овладение их техникой. Так постепенно достигается уровень физического совершенствования, необходимый для определенного возрастного этапа развития. Не секрет, что проблема здоровья подрастающего поколения становится все более актуальной. Одним из существенных средств в борьбе за здоровье детей является правильно организованные и регулярные физкультурные занятия с дошкольниками. При подготовке к школе детей, основным средством, улучшающим функционирование всех систем организма, является организованная деятельность. Одним из ее видов – игровая деятельность (подвижные игры, игровые упражнения) которое нормализуют нервные процессы, развивают память, внимание, способствуют проявлению инициативы, формируют волевые качества, учат ориентироваться в пространстве во времени, укрепляют сердечно – сосудистую и дыхательную систему, активизируют обмен веществ, развивают двигательный аппарат. Оздоровительный эффект, достигаемый при проведении подвижных игр, тесно связан с положительными эмоциями детей, возникающих в процессе игровой деятельности и благотворно влияющими на психику ребенка. Эмоциональный подъем создает у детей стремление к достижению общей для всех цели и выражается в ясном осознании задачи, в лучшей координации движений, более точной ориентировке в пространстве и игровых условиях. В ускоренном темпе выполнения задания. При такой увлеченности детей и захватывающей их радостной устремленности к достижению цели повышается роль воли, помогающая преодолевать различные препятствия. Игры для детей дошкольного возраста средство социальной и физиологической адаптации. Они вызывают живой интерес, развивают смекалку и сообразительность. —Что ты всего больше любишь делать? На этот вопрос большинство детей ответит: —Играть! Я всегда спрашиваю у детей: —Какие есть предложения, чем сегодня займемся? И всегда дети говорят —давайте поиграем!

Замечательно! Давайте играть! Ведь наши дети самое дорогое что у нас есть, мы взрослые хотим видеть своих детей здоровыми, умными, веселыми, воспитать гармонично развитую личность. Дети играют дома, в детском саду, на улице. Любое увлекательное занятие обозначает для них слово —игра. Через игру ребенок познает окружающую его действительность, свой внутренний мир. В младенческом возрасте посредством игры развиваются органы чувств малыша, происходит накопление зрительных, слуховых, тактильных, вкусовых ощущений. В этот период закладывается основа познавательной и физической активности ребенка. С возрастом игра становится более осмысленной предметной, но ее цель – познание мира, остается неизменной. В игре ребенок воссоздает модель окружающей его среды. Обыгрывает различные ситуации, примеряя ту или иную роль. Игры служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитания физических качеств. В процессе игры ребенок направляет свое внимание на достижение цели. А не способ выполнения движения. Он действует целеустремленно, приспособляясь к игровым условиям, проявляя ловкость и тем самым совершенствуя движения.

Теоретическая база опыта

В настоящее время к сожалению, играми часто стали пренебрегать, ошибочно считая, что они лишь развлекают детей и развивают в них соперничество. Правильно подобранные игры являются эффективным средством для формирования морально-волевых качеств детей, подготовить их к нагрузкам, в том числе и к нагрузкам общения в школе, к которым дошкольник еще не привык. Ведь в игре дети самостоятельно общаются со сверстниками, их объединяет одна цель, совместные усилия к ее достижению, общие интересы и переживания. В игре ребенок становится членом коллектива, учится оценивать свои действия и поступки. Игра – это своеобразный, свойственный дошкольному и младшему школьному возрасту способ усвоения общественного опыта. Педагог В.А. Сухомлинский подчеркивал, что игра – это огромное светлое окно, через которое в мир ребенка вливается поток представлений, понятий об окружающем мире. Игра прививает навыки эффективного общения, развивает чувство общности, внимательности, выражать свои мысли и строить диалоги, развивает речь. Ребенок учится выражать свои мысли, чувства, стремления, учится подчинять свою деятельность, мысли строгим правилам игры, учится быть целенаправленным.

В основу опыта положены следующие теоретические материалы:

- Бабенкова, Е.А, Федоровская, О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 5-7 лет /Е.А. Бабенкова, О.М.Федоровская. - М.:ТЦ Сфера, 2009.
- Кузнецова, А. Лучшие развивающие игры для детей /А.М. Кузнецова: ТЦ Сфера. 2008г.
- Кудрявцев, В., Егоров, Б, Развивающая педагогика для оздоровления / В.Кудрявцев, Б.Егоров. Москва 2000г.

- Литвинова, М.Ф. Русские народные подвижные игры / М.Ф.Литвинова. М.: Просвещение, 1986..
- Фатеева, Л. Подвижные игры для дошкольников / Л.Фатеева. Ярославль Академия развития, 2007г –
- Рунова, М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре / М.А. Рунова.М.Линка – Пресс, 2007г. –
- Реутский, С. Физкультура про другое \ С.Реутский - Санкт – Петербург 2006г, -.

Технология опыта. Система конкретных педагогических действий, содержание, методы, приемы воспитания и обучения.

Цель: повысить эффективность реализации задач по физическому воспитанию дошкольников в условиях внедрения ФГОС на основе использования игр.

Задачи: - реализация общих образовательных задач по физическому воспитанию; - развитие интереса к игре; - воспитание самооценки и самоконтроля; -формирование представлений о здоровом образе жизни, речи, культурного поведения.

Объект исследования: - физическое развитие детей дошкольного возраста.

Формы и методы работы с детьми:

Игровая деятельность:

-подвижные игры (сюжетные «Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробышки и кот» и игры без сюжета «Найди себе пару», «Чье звено быстрее соберется в круг», «Ловишки»). - игры – упражнения. Игровые упражнения основаны на выполнении определенных двигательных заданий (прыжки, метание, бег) и направлены на упражнение детей в определенных видах движения.

-игры – эстафеты, также основаны на выполнении определенных двигательных заданий и не имеют сюжета, но в них есть элемент соревнования, побуждающий к большой активности, к проявлению различных двигательных и волевых качеств (быстроты, выдержки, ловкости, самостоятельности).

-хороводные игры. Они проходят под песню или стихотворение, что придает специфический оттенок движениям. («Раю- раю», «Подарки», «Пчелы». - Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол.

Речевое развитие:

Упражнения и игры по формированию речевой культуры: - подвижные игры («Веселые пчелы», «Цыплята на поляне», «Снежинки и ветер»). - малоподвижные игры («Скажи и покажи», «Все спортом занимаются»). - хороводные игры («Гори, гори ясно», «Ледяные ворота», «Согревалочка»). - праздники («Игры разных народов»).

Познавательное развитие:

Игры на развитие зрительной памяти, внимания, перестроения, координации движений —Выполни движения», —Запомни порядок», —У ребят порядок» - игры на развитие ловкости и внимания —Мыши в кладовке», —Поймай комара».

Художественно-эстетическое развитие:

- притопывание;
- кружение различными подскоками;
- импровизация под музыку;
- игровые упражнения с присутствием сказочных героев;
- элементы веселой неожиданности;
- привлечение внимания к красоте ритмичных выразительных движений;
- формирование правильной осанки.

Формы и методы работы с педагогами:

- консультации для педагогов: «Физические упражнения, подвижные игры и самостоятельная деятельность детей на прогулке», «Игра, ведущий вид деятельности детей дошкольного возраста. Классификация игр».
- разучивание закличек к играм. (в тетради взаимодействия с воспитателями, я планирую, с какой игрой мы будем знакомиться на следующем занятии. Во время проведения игр воспитатель, как и инструктор по физической культуре, должен знать игру, заранее усвоить ее правила и выучить с детьми слова, если они предусмотрены.

Участие воспитателя в подвижных играх и игровых упражнениях улучшает эмоциональный настрой дошкольников, оказывает положительное влияние на повышение уровня их двигательной активности).

Формы и методы работы с родителями:

- беседа с родителями о важности игры в воспитании детей. Проводятся беседы на тему: «Воспитание игрой», «Игры, которые лечат».
- консультации для родителей о значении игры в жизни ребенка; -организация развивающего игрового досуга на базе детского сада;

Анализ результативности

Вся работа с детьми строится с учетом возрастных способностей по принципу от простого к сложному. Обеспечить воспитание физически здорового и развитого ребенка можно только при условии тесного взаимодействия всего педагогического коллектива, медицинского персонала и родителей. Поэтому я провожу просветительскую работу по вопросам физического воспитания и приобщения к здоровому образу жизни среди педагогического коллектива, родителей и детей. В процессе моей работы, обогащая знания детей о важности двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем заметила, что основным результатом стала положительная динамика снижения уровня заболеваемости. Игровая деятельность, в какой бы она форме ни выражалась, всегда радует ребенка, благоприятно влияет на его здоровье, на

повышение положительных чувств у детей. В этом источнике радостных эмоций заключается великая воспитательная сила.

Трудности и проблемы при использовании данного опыта:

Отмечались трудности и проблемы при использовании опыта. В наше время родители считают, что развитие умственных способностей у детей можно развивать только играми за компьютером. Но я считаю, что подбор подвижных игр и игровых упражнений на занятиях для развития познавательных процессов у дошкольника в большинстве случаев развивает как двигательную активность, так и развития психических процессов у ребенка (ощущения, восприятия, память, внимание, мышление, воображение). Работа по оздоровлению и физическому воспитанию детей, должна строиться на основе ведущей деятельности детей дошкольного возраста – игровой, а двигательно-игровая деятельность – это основа воспитания, оздоровления, развития и обучения детей дошкольного возраста

Адресные рекомендации по использованию опыта:

Представленный инновационный педагогический опыт работы вызывает интерес у педагогов дошкольных образовательных организаций. Опыт работы могут воспользоваться в практике инструктора по физической культуре дошкольных образовательных организаций г.о. Саранск.