

**Представление педагогического опыта
инструктора по физической культуре
муниципального автономного дошкольного
образовательного учреждения
«Центр развития ребенка – детский сад №9»**

1. Тема «Сохранение и укрепление здоровья дошкольников посредством использования информационно-коммуникативных технологий».

2. Сведения об авторе: Никифорова Наталья Александровна.
Образование: 2013 - 2018 гг., высшее, ФГБОУ ВО «Мордовский государственный педагогический институт им. М. Е. Евсевьева»
Квалификация по диплому: «Бакалавр». **Специальность** «Физическая культура».

Стаж работы в данной организации: 2 года.

3. Актуальность, проблема массовой практики, решаемая автором

Современное общество стремительно осваивает новые технологии коммуникации. Дошкольная организация как часть социума представляет собой динамическую систему, отражающую социальный заказ общества и тенденции его развития. В связи с этим детский сад должен быть современным, все его элементы и системы должны функционировать четко и бесперебойно.

Поскольку детский сад является институтом социализации, оказывая влияние на поведение всех участников образовательных отношений, он должен использовать технологии, способствующие совершенствованию коммуникаций. В работе дошкольных образовательных организаций все более актуальным становится применение информационно-коммуникативных технологий. Иными словами, ИКТ – это все то, что предоставляет широкие возможности для коммуникации. На сегодняшний день использование такого рода технологий можно считать новыми способами передачи знаний, которые соответствуют требованиям и по содержанию обучения и всестороннего развития дошкольников. Проблема здоровья

дошкольников в любом обществе и при любых жизненных ситуациях довольно актуальна и представляет собой достаточно сложный процесс, который определяет будущее страны, научный и экономический потенциал современного общества. В любом возрасте человек должен заботиться о своем здоровье, но особенно это важно в детстве. Детство является ключевым периодом жизни, когда идет закладка всех морфологических и функциональных структур, которые в будущем становятся определяющими в потенциальных возможностях взрослого человека. Согласно исследованиям, около 80 % болезней взрослых приходят из детства. Поэтому охрану здоровья детей с помощью применения ИКТ можно назвать одним из главных направлений деятельности общества. Здоровый ребенок является сегодня одним из значимых факторов социально-экономического развития общества в будущем, так как способен во взрослом состоянии заниматься производительно-полезным трудом в полном объеме. Охрана и укрепление здоровья подрастающего поколения – актуальный социальный вопрос. С помощью информации ИКТ-технологий возможности здорового ребенка значительно возрастают. В детском саду эти технологии можно применять в следующих направлениях: в процессе взаимодействия с родителями, работы с педагогами, воспитательно-образовательной работы с детьми.

Забота о воспитании здорового ребенка является главной в моей работе и в работе нашего дошкольной организации. Проблема поиска новых, эффективных форм, средств, методов физического воспитания и оздоровления детей с применением ИКТ является актуальной на сегодняшний день, поэтому очевидным является поиск путей решения проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников посредством использования информационно-коммуникативных технологий.

4. Основная идея опыта

Компьютер на сегодняшний день активно применяется мной для организации образовательной деятельности с детьми, интересных форм взаимодействия с семьями обучающихся, презентаций собственного педагогического опыта. При включении компьютера в образовательный процесс с детьми дошкольного возраста важно соблюдение определенных требований, в частности требований СанПиН. Здоровый образ жизни стоит не на первом месте в списке потребностей и ценностей человека в обществе, но если научить детей с раннего детства ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если на личном примере педагог будет демонстрировать здоровый образ жизни, доносить интересную информацию до ребенка с помощью информационно-коммуникативных технологий, то ребенка это заинтересует и будет можно надеяться на то, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

Первые шаги к здоровью, стремление к здоровому образу жизни, к познанию самого себя, формированию культуры здоровья делаются в дошкольной образовательной организации. При воспитании детей требуется систематическая работа по сохранению и укреплению здоровья детей. Необходимость комплексного подхода к организации здоровьесберегающего пространства в группах не вызывает ни у кого сомнения.

5. Теоретическая база, опора на современные педагогические теории, заимствование новаторских систем и их элементов

В основу использования ИКТ в отечественной педагогике были положены психолого-педагогические и методологические положения, разработанные Л. С. Выготским, П. Я Гальпериным, Д. Б. Элькониным, А. В. Запорожцем и др. Эти положения по использованию компьютера в ДО

доказывают особую роль ИКТ в развитии целостной личности.

Начиная работу по теме «Сохранение и укрепление здоровья дошкольников посредством использования информационно-коммуникативных технологий», мною была изучена основная общеобразовательная программа «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Кроме того, я проанализировала методические пособия по исследуемой проблеме.

Наиболее интересными считаю пособия, содержащие подробные характеристики нетрадиционных способов оздоровления. Это программа музыкального здоровьесберегающего развития М. В. Анисимовой, работы Ю. Ф. Змановского, методические рекомендации А. И. Баркан, Л. И. Латохиной, Б. В. Шеврыгина, интересные публикации прочитаны мною в журналах «Справочник старшего воспитателя», «Инструктор по физкультуре». Проанализировав литературу для дошкольных организаций, можно сделать вывод, что, несмотря на различия в подходах, методах, и средствах решения проблемы оздоровления детей дошкольного возраста с помощью ИКТ, проблема сохранения здоровья детей считается первоочередной и ей необходимо уделять особое значение.

6. Новизна, творческие находки автора

Новизна опыта заключается в реализации инновационных здоровьесберегающих технологий в физкультурно – оздоровительной деятельности с помощью элементарных компьютерных программ:

- внедрение новых здоровьесберегающих технологий в деятельность ДО при помощи ИКТ;

- использование нетрадиционных приемов для мотивации к здоровому образу жизни с помощью ИКТ;

- использование ИКТ для более наглядной демонстрации преимущества здорового образа жизни.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе

здоровьесберегающих технологий стала приоритетным направлением в моей работе.

С помощью элементарных компьютерных программ я могу не только упростить свою работу, но и повысить ее качество, уменьшить физические затраты, а также развивать свои творческие способности. Использование пакета ИКТ помогает мне быстро набрать текстовый документ (от объявления мероприятия до сдачи отчетной документации), подготовить для родителей яркую презентацию, сверстать макет информационного буклета. Я могу с уверенностью сказать, что использование ИКТ- технологий, используемых мной в работе по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста, способствует повышению качества образовательного процесса, выводит его на новый уровень, способствует развитию дошкольной организации как института социализации.

7. Технология опыта

Осуществляя приоритетное направление деятельности ДО – физическое развитие дошкольников с применением информационно-коммуникативных технологий, особое внимание я уделяю здоровьесбережению детей. Я распределяю группы здоровья вновь поступивших детей, в совместной работе с медицинской сестрой определяется уровень физических качеств детей, антропометрические замеры. Вся работа по физическому воспитанию детей строится с учетом их физической подготовленности и отклонений в состоянии здоровья. Основой являются результаты медико-педагогической диагностики. В этих целях в ДО на каждого ребенка оформляется паспорт здоровья. Обработка данных позволила выделить три группы здоровья детей для осуществления дифференцированного подхода в процессе развития двигательных умений. Это позволяет планировать физкультурно-оздоровительную работу с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Применение в моей работе мультимедийных презентаций позволяет развивать у детей память,

воображение, внимание, мышление, организованная образовательная деятельность при этом становится интереснее и познавательнее.

Используя свои наблюдения, я определила, что в работе с детьми необходимо соблюдать следующее: четко определяется педагогическая цель заданного мероприятия, учитывается специфика подбираемого материала, анализируются ключевые вопросы по изучаемой теме. При этом:

1. Физические нагрузки должны соответствовать возрасту, полу ребенка, уровню физического развития, группе здоровья.

2. Необходимо сочетать и чередовать двигательную активность с закаливающими процедурами.

3. Обязательно включать в комплекс физического воспитания классические и оздоровительные техники в игровой форме с использованием ИКТ (релаксации, дыхательной и пальчиковой гимнастики, игрового массажа, гимнастики для глаз).

4. Проводить комплексы циклических движений для повышения выносливости (медленный бег, продолжительная ходьба).

Просмотрев данные условий и образа жизни семей обучающихся, полученных в ДО, я пришла к выводу, что хоть родители и имеют высшее и среднее образование, уровень знаний в области воспитания привычки к здоровому образу жизни у большинства из них не на высшем уровне. Мною был разработан план работы с семьей по приобщению родителей к ЗОЖ.

С педагогами детского сада я проводила целенаправленную работу по повышению профессиональной культуры, по организации физкультурно - оздоровительной работы. В этом мне очень помогло использование информационно-коммуникативных технологий.

8. Результативность опыта

Информационно-коммуникативные технологии вовлекают дошкольников в учебный процесс, выявляя при этом их способности, умственный и творческий потенциал.

Таким образом, можно сказать, что только круглогодичный, системный подход к организации физкультурно-оздоровительных, лечебно-профилактических мероприятий с эффективным использованием ИКТ позволит эффективно способствовать укреплению и сохранению здоровья обучающихся, даст позитивную динамику оздоровления детского организма, позволит достичь высоких результатов (повышения уровня физической подготовленности, повышения индекса здоровья детей, положительной динамики в распределении по группам здоровья, профилактики и коррекции отклонений физического развития детей). Грамотная организация здоровьесберегающей среды, а также использование информационно-коммуникативных технологий, ведение модели оздоровления детей помогли максимально снизить статический компонент в режиме дня наших дошкольников, а также способствовали повышению двигательной деятельности каждого ребенка, его всестороннему психофизическому развитию.

9. Список литературы

1. Авдеева, Н.Н., Князева, О.Л., Стёркина, Р. Б. «Основы безопасности жизнедеятельности дошкольников»: учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. - Спб.: «Детство- Пресс», 2009. – 249 с.
2. Ахутина, Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.21 – 28.
3. Волошина, Л. А. Организация здоровьесберегающего пространства дошкольников // Дошкольное воспитание.-2004.-№1.-С.114-117.
4. Евдокимова, Е.С. Проектирование как здоровьесберегающая технология в

ДОУ// Управление ДОУ, 2004. N1.

5. Змановский, Ю. Ф. Воспитаем детей здоровыми. – М.: Медицина, 1989. – 128 с.: ил. – (Научно-попул. метод. литература).

6. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), испр. и доп.— М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. — 336 с.

7. Калинина, Т. В. Управление ДОУ // Новые информационные технологии в дошкольном детстве. – М.: Сфера, 2008. – С.57.

8. Ксензова, Г. Ю. Перспективные дошкольные технологии / учебно-методическое пособие. М.: Педагогическое общество России, 2000. – 327 с.

9. Латохина, Л. И. Оздоровительные минутки. Простая и эффективная гимнастика для детей и взрослых. – М.: Просвещение, 2016. – 187 с.

10. Пензулаева, Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста(3-7 лет). – М.: ВЛАДОС, 2002.

11. Терновская, С. А., Теплякова, Л. А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении// Методист.-2005.-N4.-С.61-65.

12. Чупаха И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. – М.: Илекса, Народное образование; Ставрополь:, 2003. – 284 с.

13. Швецов, А.Г. Формирование здоровья детей в дошкольных учреждениях: в помощь врачам, мед. и пед. работникам дошк. учреждений / А.Г. Швецов. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006. – 315 с.