

**Представление педагогического опыта воспитателя
Черкасовой Ольги Николаевны**

Тема опыта: «Использование здоровьесберегающих технологий через проектную деятельность».

Проект : «Использование народных подвижных игр в физическом развитии и оздоровлении детей дошкольного возраста».

Сведения об авторе: Черкасова Ольга Николаевна, образование высшее, педагогическое, МГПИ имени М.Е.Евсевьева. Профессиональную переподготовку прошла 19.11.2015 года ГБОУ ДПО (ПК) С «Мордовский республиканский институт образования» по программе «Педагогика и методика дошкольного образования»; общий педагогический стаж 30 лет, в данном образовательном учреждении 30 лет.

1. Введение.

Актуальность, проблема массовой практики, решаемая автором.

Человек - совершенство природы. Но для того, чтобы у него была возможность использовать благами жизни, наслаждаться её красотой, очень важно иметь здоровье. «Здоровье- не все, но без здоровья – ничто»,-говорил мудрый Сократ.

Здоровье детей и их развитие- одна из главных проблем семьи и детского сада. Здоровье детей за последние годы имеет устойчивую тенденцию к ухудшению. И речь идет не только о физическом, но и о психическом здоровье. Как сделать, чтобы сохранить и укрепить здоровье детей? Здоровье детей- забота всех. Более того, оно обусловлено общей обстановкой в стране.

В соответствии с Законом “Об образовании” здоровье и развитие личности детей относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Вопрос о укреплении и сохранении здоровья на сегодняшний день стоит очень остро. Медики отмечают тенденцию к прибавлению числа дошкольников, имеющих различные функциональные отклонения, хронические заболевания.

Одним из основных факторов развития личности является активность детей.

Двигательная активность — главное условие, которое определяет здоровье, физическую и умственную работоспособность человека.

Усиленный режим двигательной активности оказывает многостороннее оздоровительное влияние на организм ребенка: улучшает мышечную и центральную нервную системы, опорно-двигательный аппарат, тренирует и совершенствует физиологические функции организма; обеспечивает усвоение ребенком доступных ему по возрасту движений, удовлетворяет потребность в движениях.

Физическая активность повышает снабжение кислородом жизненно важные органы, способствует предупреждению риска сосудисто-сердечных заболеваний, повышает интерес к здоровому образу жизни. Таким образом, насыщенность физического развития детей, здоровье зависят от двигательной активности.

Основная идея

Поэтому передо мной как воспитателем возникают следующие вопросы: Как развивать интерес к занятиям физкультуры, потребность в здоровом образе жизни?

Считаю что, ведущую роль в решении этих проблем может сыграть продуктивная система физкультурно-оздоровительных мероприятий, включающих инновационные формы работы с детьми. Одной из таких форм инновационной оздоровительной технологии с детьми дошкольного возраста является –применение народных игр в физическом развитии и оздоровлении детей дошкольного возраста. Народная подвижная игра- является одной из решающих средств всестороннего воспитания детей дошкольного возраста. Характерная особенность- является совокупность воздействия на организм и на все стороны личности ребёнка: в игре одновременно выполняется всесторонне развитие (физическое , умственное, нравственное, эстетическое и трудовое) .

В процессе работы по данной теме мною был разработан проект : «Использование народных подвижных игр в физическом развитии и оздоровлении детей дошкольного возраста». Были разработаны перспективные планы работы с детьми для младшего, среднего, старшего дошкольного возраста, и родителями , конспекты занятий; проведены открытые ООД, дети и родители участвовали в различных спортивных мероприятиях ДООУ и города.

Теоретическая база, опора на современные педагогические теории:

Инновационная и педагогическая деятельность, осуществляемая мною, имеет достаточное теоретическое обоснование, основанная на анализе программ.

Свою работу с детьми дошкольного возраста строю в соответствии с:

- программой Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе «Детство»;
 - программой для дошкольников с тяжелыми нарушениями речи/ Л.Б.Баряева, Т.В. Волосовец, О.П. Гаврилушкина и др.; Под редакцией проф. Л.В.Лопатиной. – СПб.; 2014г.
 - Ю.А. Кириллова «Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе»; Издательство ДЕТСТВО – ПРЕСС, Санкт – Петербург 2006
 - Князева О.Л, Маханёва М.Д. Приобщение детей к истокам народной культуры С. Петербург Издательство «Акцидент» 1997.
 - Куприна Л.С, Бударина Т.А, Маркеева О.А, Корепанова О.Н. Приобщение детей к истокам русской народной культуры. СПб «Детство-пресс» 1995.
 - Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2003.
- Новизна опыта:** Знакомство с культурой народов через оздоровительный аспект.

2.Технология опыта

Работа в рамках проекта «Использование народных подвижных игр в физическом развитии и оздоровлении детей дошкольного возраста».

В период, когда ребёнок растёт, формируется и совершенствуется, происходит закладка основ здорового образа жизни и гармоничного развития. Дошкольный возраст особенно важен в этом отношении, это время наиболее усиленного развития, освоения огромного объёма информации, воспитания привычек, становления ребёнка как личности.

Часто родители и педагоги, воспитывая и развивая детей умственно, забывают о физическом воспитании. Относятся к данному вопросу второстепенно. Считают, что дети сами,произвольно, должны научиться бегать, прыгать. В итоге, много мальчиков и девочек плохо бегают, прыгают боятся лазить по лесенкам, гимнастическим стенкам, боятся выполнять различные действия с мячом и другим спортивным

инвентарём. Нехватку двигательной активности помогут восполнить подвижные народные игры.

Народные игры ценны и интересны и в настоящее время, несмотря на то, что в наше компьютерное время много технических соблазнов. Народные подвижные игры прежде всего средство физического воспитания детей. Они дают возможность развивать, сформировывать и совершенствовать их движения, упражняется в беге, прыжках, лазанье, бросанье, ловле и т.д. Разнообразные движения требуют активной деятельности крупных и мелких мышц, способствует лучшему обмену веществ, кровообращению, дыханию, т.е. повышению жизнедеятельности организма. Поэтому, изучив литературу по проблеме приобщения детей к физической культуре и зож средствами народных подвижных игр, проанализировав работу в группе, мною были поставлены цель и задачи по выполнению работы по проекту.

Цель проекта: Развивать интерес у детей к народным подвижным играм, предоставлять возможность организовывать их самим.

Удовлетворить естественную биологическую потребность детей в движении, совершенствовать функции организма, повышать его защитные свойства и устойчивость к заболеваниям средствами движения.

Задачи проекта:

- Обучение народным подвижным играм и совместным действиям.
- Развитие физических качеств: ловкости, равновесия, быстроты движений посредством народных подвижных игр.
- Закрепление основных движений: бега, прыжков, метания в ходе проведения народных подвижных игр.
- Воспитание любви к родному краю, самостоятельности в принятии решений.
- Использовать все виды фольклора (сказки, песенки, потешки, заклички, пословицы, поговорки, загадки, хороводы), так как фольклор является богатейшим источником познавательного и нравственного развития детей.
- **Этапы реализации проекта**
- **I этап-** информационно – аналитический: обоснование актуальности темы, формирование цели и задач проекта, определение конечного результата, повышение уровня профессиональной компетенции, определение объема материала для детей, изучение литературы.
- **II этап-** проектировочный: развитие познавательного интереса к народным подвижным играм; знакомство с историей возникновения игр, традициями, обрядами, разучивание игры по составленному тематическому плану.
- **III этап-** диагностико- аналитический.

План работы над проектом

1. информационно – аналитический

Изучение методической и психолого-педагогической литературы по данной проблеме; разработка проекта «Использование народных подвижных игр в физическом развитии и оздоровлении детей дошкольного возраста».

2. проектировочный

тематическое планирование;

Работа с детьми:

Заучивание считалок, скороговорок, песенок, потешек, закличек, пословиц, поговорок, загадок.

Беседа «Как играли в прошлые времена».

Введение народных подвижных игр в непосредственную образовательную деятельность соответствующей тематики. Объяснение правил игры.

Организация и проведение подвижных игр, сохраняющих и укрепляющих физическое здоровье детей.

Пояснение техники безопасности во время игр.

Ознакомление с атрибутами игр.

Рассказ об истории народных подвижных игр.

В работе я опиралась на принципы систематизации народных игр:

- Принцип ориентировки на ведущие идеи народной педагогики;
- Принцип разнообразия народных игр;
- Календарно-тематический принцип;
- Принцип традиционности;
- Принцип систематичности и последовательности;
- Принцип учета возраста;
- Принцип комплектности, т.е. связи с другими средствами народной педагогики.

Мой проект предусматривает организацию и проведение с детьми народных подвижных игр на прогулке, на физкультурных занятиях, и в других режимных моментах.

3. Работа с родителями

Анкетирование родителей : «Здоровье ребенка в ваших руках»

Консультации для родителей «Влияния подвижных игр на развитие ребёнка», «Игры наших детушек», « Роль народной подвижной игры для здоровья и физического развития дошкольника», «Народная игра в семье. Полезные советы и рекомендации для родителей», «Игра – это серьезно»; «Оздоровительный компонент народных подвижных игр при различных заболеваниях детей».

Беседы : « Обучение народным играм родителей», « Роль хороводной игры в развитии ребёнка»

Папка – передвижка: «Народные игры в жизни детей».

Фотовыставка : «Мы любим играть в народные игры».

Организация досуговых мероприятий, праздников при участии родителей.

Привлечение родителей к изготовлению масок для игр.

Организован уголок для родителей «Здоровей-ка».

4. Работа с воспитателями:

- Консультации: «Использование народных игр в работе с детьми дошкольного возраста», «Игра в детском саду».

- Мастер –класс для воспитателе : «Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни через народные игры».

5. Пополнение развивающей среды:

- Приобретение необходимых материалов для проведения народных игр (изготовление масок для игр, атрибутов)

- Создание картотеки по народным игра по всем возрастам ;

- Создание и пополнение фонотеки.

3. Результативность опыта

Работая в данном направлении, совместно с воспитателями групп и родителями мы получили следующие результаты.

-Повысился интерес детей к занятиям по физической культуре.
- Значительно повысились показатели развития у детей таких физических качеств как: быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость.

-Значительно расширился, обогатился и углубился двигательный опыт детей, необходимый им для овладения основными видами движений.

- Дети научились находить общий язык, договариваться друг с другом, уступать, слышать товарища, продолжать его действия или вырывать, подчинять свои желания существующим правилам.

-У многих детей начала активно проявляется творческая инициатива играющего, выражающаяся в разнообразии действий, согласованная с коллективными действиями.

-Дети старшего дошкольного возраста научились самостоятельно организовывать подвижные игры.

Играя дети, усваивают жизненно необходимые двигательные привычки и умения, в них вырабатывается смелость и воля, сообразительность.

Во время работы над проектом. Мною был разработана диагностическая карта наблюдений достижений ребенка по физическому развитию. В основу диагностики легли разработки кандидата педагогических наук, доцента кафедры методики физического воспитания Уральской государственной академии физической культуры Шармановой С. Б., кандидата педагогических наук, профессора кафедры методики дошкольного воспитания и обучения МПГУ Степаненковой Э. Я.

Тестирование включало следующие задания:

- Бег на скорость 30 м. (с)
- Прыжки в длину с места
- Прыжки через короткую скакалку
- Равновесие (стоя на одной ноге на скамейке в течение 1 минуты).
- Ползание по гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь руками и

отталкиваясь ногами.

- Лазание по гимнастической стенке
- Отбивание мяча об пол, стоя на месте
- Отбивание мяча об пол с продвижением вперед
- Метание на дальность правой и левой рукой
- Лечь и сесть без помощи рук 10 раз
- Повороты

В течение 2018 – 2019 года диагностика проводилась два раза – в середине сентября и середине мая. За первый год получила следующие результаты: 0 детей имеют высокий уровень физического развития, 7 - средний и 7 - низкий. Анализируя полученные результаты, сделала следующие выводы. Основная часть группы имеет средний уровень физического развития, это говорит о том, что в основном дети не ведут активный образ жизни и у них не сформировался достаточный для их возраста двигательный опыт. Есть и дети показавшие результаты, которые позволили мне говорить о их низком уровне физического развития. Опираясь на данные результаты, я весь следующий год планировала и строила свою работу

В течение следующего 2019 – 2020 года работы было проведено вторичное тестирование детей по тем же параметрам, исследование показало, что уровень физического развития детей улучшился по всем показателям. В итоге 6 детей показали высокий уровень физического развития, 7 – средний и 1- низкий. В этом году работа по данному направлению продолжается, созданы картотеки подвижных игр для каждой возрастной группы. Сравнительный анализ оценок выполнения заданий в начале и конце работы показал снижение количества детей с низким уровнем физического развития и увеличение количества детей с высоким уровнем физического развития.

Эти изменения отражены в таблице № 1.

Количество детей, участвующих в диагностике, составляет 14 человек.

Таблица №1.

2018-2019 уч.год	Начало года			Конец года		
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей	0	7	7	1	8	5
%	0	50%	50%	7%	57%	36%
2019-2020 уч.год	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Количество детей	1	8	5	6	7	1
%	7%	57%	36%	38%	50%	7%

Таким образом, можно сказать, что использование в практике работы по физическому воспитанию интереса к народным подвижным играм, позволило повысить эффективность процесса физического воспитания и оказало положительное влияние на состояние здоровья и динамику физической подготовленности, а также на формирование интереса детей к систематическим занятиям по физической культуре. В результате проектной деятельности у детей повысился интерес к народным подвижным играм, появилась потребность организовывать игры самим. Проект способствовал сближению с семьями воспитанников: родители принимают активное участие в проводимой работе. Все проводимые мероприятия положительно повлияли на общее здоровье детей.

Адресные рекомендации по использованию опыта.

Материал инновационной деятельности, проекта «Использование народных подвижных игр в физическом развитии и оздоровлении детей дошкольного возраста». Разработанный Черкасовой Ольгой Николаевной, представлен на сайте

<http://ds20sar.schoolrm.ru/>

Список используемой литературы

1.Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. «Формирование правильной осанки», изд-во «Учитель», 2008.

2.Ю.А. Кириллова «Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе»; Издательство ДЕТСТВО – ПРЕСС, Санкт – Петербург 2006

3.Князева О.Л, Маханёва М.Д. Приобщение детей к истокам народной культуры С. Петербург Издательство «Акцидент» 1997.

4.Куприна Л.С, Бударина Т.А, Маркеева О.А, Корепанова О.Н. Приобщение детей к истокам русской народной культуры. СПб «Детство-пресс» 1995.

5.Кочеткова Л.В. «Оздоровление детей в условиях детского сада», творческий центр, М., 2005 г.

6.Детские народные подвижные игры. Составители Кенеман А.В., Осокина Т.Н. Москва «Просвещение», «Владос», 1995.

7.М. Ф. Литвинова «Народные подвижные игры». Издательство «Просвещение» Москва. 1986 год

8.Маханёва М. Д. Воспитание здорового ребёнка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 2000.