

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
«НОВОСИБИРСКИЙ ИНСТИТУТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
И ПЕРЕПОДГОТОВКИ РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ» (ГАУ ДПО НСО НИПКиПРО)**

Межрегиональная научно-практическая конференция

*«Модернизация содержания и технологий преподавания учебных предметов
«Основы безопасности жизнедеятельности» и «Физическая культура» в
образовательных организациях Российской Федерации»*

Доклад

**Организация непрерывной образовательной деятельности по физической
культуре в дошкольном учреждении**

(из опыта работы)

Ваганова Евгения Владимировна,
инструктор по физической культуре
МБДОУ ЦРР № 28 «Огонёк»,
г. Бердск, Новосибирская обл.

2022 г.

Ссылка на презентацию: <https://cloud.mail.ru/public/fpci/p3FfpS6yd>

Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, а также их эмоционального благополучия, является первой задачей, на решение которой направлен ФГОС дошкольного образования.

В дошкольном возрасте происходит интенсивное формирование опорно-двигательного аппарата, от функциональных возможностей которого зависит правильное формирование всех систем организма. Поэтому период дошкольного детства является наиболее благоприятным и важным в становлении двигательных функций ребенка.

Основным образовательным ресурсом, обеспечивающим организованное, систематическое обучение детей двигательным умениям и навыкам в дошкольном учреждении является непрерывная образовательная деятельность по физической культуре, основу которой составляют физические упражнения.

Я хочу отметить несколько важных моментов, которые необходимо учитывать при организации и проведении образовательной деятельности по физической культуре для более эффективного решения поставленных задач.

Необходимым условием для этого является *планирование*.

Для достижения системности планирование необходимо строить с учётом ведущих дидактических принципов:

Принцип доступности, который учитывает возрастные особенности детей, а также зону их ближайшего развития, которая не всегда может соответствовать возрастным нормам.

Принцип повторности является одним из важнейших. В результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы.

Принцип от простого к сложному. Это правило позволяет постепенно усложнить координационную структуру двигательного действия до уровня *адекватного* возросшим возможностям организма.

Принцип систематичности, главная особенность которого, непрерывность и планомерность. Систематичность проявляется во взаимосвязи знаний, умений и навыков. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет

перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала.

Такой подход позволяет ребёнку освоить до конца разучиваемое упражнение и, соответственно, видеть результаты своего труда, что придаёт уверенности в своих силах и повышает его самооценку.

Также при планировании физических упражнений важно помнить о сути их назначения. О том, что физическое упражнение является **целенаправленным двигательным действием на решение конкретной задачи** и обладает бесконечным многообразием. Это позволяет провести аналогию между образовательной деятельностью по физической культуре и давно изобретённым велосипедом, который сегодня подлежит постоянной модернизации в зависимости от задач, которые диктуют условия использования этого велосипеда. Например, горный велосипед, спортивный, трюковой, детский... И между конструктором, в котором, с одной стороны, возможно, убрать ненужную деталь, либо заменить на другую, необходимую в данный момент, с другой стороны, множество деталей взаимозаменяемы.

Такой же подход используется при планировании образовательной деятельности по физической культуре. Планируются только те упражнения, которые будут способствовать решению поставленных задач. **При этом нужно помнить о многофункциональной направленности упражнений.** Например, присед на носки, колени в стороны способствует укреплению мышц ног, воспитанию навыка правильной осанки, концентрации внимания, развитию координации и функции равновесия.

Взаимозаменяемость заключается в том, что для решения одной задачи можно использовать разные упражнения. Например, для укрепления мышц ног можно использовать поднимания и сгибания ног из различных исходных положений, всевозможные приседания и другие.

Это позволяет сделать образовательную деятельность разнообразнее и интереснее для ребёнка.

При качественной подготовке к занятиям большую роль имеет не только планирование, но и реализация, на мой взгляд, основополагающего, **принципа**

сознательности. Ребёнку должно быть понятно и интересно, тогда он будет двигаться с удовольствием.

Для понимания ребёнком сути того или иного движения, которое он производит нужно использовать, прежде всего, словесные методы и приёмы. Например: «На пятках шагаем – ноги укрепляем!». «Мячик отбиваем – ловкость развиваем!». Обучение общеразвивающим упражнениям нужно проводить отдельным способом в медленном темпе, что позволит детям во время первого выполнения упражнения почувствовать, какие мышцы у них задействованы в работе. Дети с большим интересом прислушиваются к своему организму.

Мотивация на двигательную деятельность зависит от подачи материала, Поэтому обучение детей должно происходить посредством игровой деятельности, которая является ведущей в дошкольном возрасте. Также необходимо учитывать принцип интеграции с другими образовательными областями, для обеспечения ребёнку целостного восприятия окружающего мира.

Ненавязчивой интеграции способствуют: уместное использование музыкального сопровождения, игры разной подвижности дидактической направленности, тематические и сюжетные занятия, словесные методы и приёмы, используя при этом образность речи в соответствии с лексической темой недели.

Например; **Тема образовательной деятельности «Лесная прогулка»** в рамках темы недели «Лес, деревья, кустарники»,

- Ходьба в обход – «По тропинке в лес шагаем, никого не обгоняем!»
- Ходьба на носках, руки вверх – «Вот высокая сосна, к небу тянется она»
- Ходьба на пятках, руки в стороны – «На поляне дуб старинный ветви широко раскинул»
- Остановка по сигналу, самоконтроль за осанкой – «И в лесочке у рябинки проверяем свою спинку»
- Перестроение в движении в колонну по два для выполнения ОРУ - «На пути лежит бревно, мешает нам пройти оно»
- **Подвижная игра «Шишкопад»** - Детей просят назвать явление, когда с деревьев падают листья, получив правильный ответ, предлагают

предположить как будет называться явление, когда с высоких сосен падают шишки. Во время игры звучит музыкальное сопровождение. Перед тем как устроить «шишкопад» дети ведут обратный отчёт от 10 до 1.

- **Малоподвижная игра дидактической направленности «Сбор грибов»** -

«В лесу грибов различных много...

Ты несъедобные — не трогай!

В корзинку их не собирай,

Но и ногами не сбивай...»

Большое значение для качественной организации образовательной деятельности по физической культуре имеет развивающая среда. Это игровое, традиционное и нестандартное физкультурное оборудование, **наглядный материал** в виде плакатов, картинок, карточек, схем и.т.д. Чем развивающая среда интересней и разнообразней, тем она привлекательнее для детей.

Если образовательная деятельность проводится целой группой, то планируя способы организации выполнения упражнений необходимо учитывать роль воспитателя, которая имеет большое значение в процессе образовательной деятельности по физической культуре.

Воспитатель, имея силу личного примера должен присутствовать на занятии в спортивной форме, следить за порядком, за соблюдением правил поведения при выполнении упражнений, осуществлять страховку при выполнении детьми сложных упражнений.

Для соблюдения моторной плотности, при выполнении основных видов движений с одной подгруппой, либо частью потока работает инструктор по физической культуре, а с другой воспитатель группы. При возникшей необходимости вывести ребёнка из спортивного зала, это должен сделать воспитатель группы, чтобы не прерывать образовательный процесс.

Одним из важных моментов является реализация принципа индивидуальности, который учитывает индивидуальные особенности каждого ребёнка. Сейчас очень много детей со статусом ОВЗ и без статуса, но имеющих также проблемы с концентрацией внимания, с моторикой, ориентировкой в пространстве, саморегуляцией поведения и двигательной деятельности.

Понимание наличия этих проблем у ребёнка, помогает предъявлять адекватные требования к выполнению упражнений, а также ставить задачи, направленные на решение вышеперечисленных проблем. Нужно всегда иметь в поле зрения таких детей, при необходимости помогать, хвалить за выполненные задания, привлекать в качестве помощников, всячески повышать самооценку. Важно создавать доброжелательную атмосферу внутри детского коллектива по отношению к таким детям. Нужно учитывать, что такие дети быстро утомляются, не очень комфортно чувствуют себя в большом количестве народа. Очень важно это понимать и не вменять в поведение ребёнку.

И главное, важно понимать, что ни правильное планирование, ни богатая развивающая среда не будут способствовать эффективному решению задач, если будет отсутствовать контроль над выполнением физических упражнений. Контроль осуществляется за техникой безопасности, темпом и техникой выполнения упражнений.

Чтобы контроль был ненавязчивым, не напрягающим морально ребёнка, нужно своими действиями побуждать детей к самоконтролю подбадривающими вопросами или выражениями. Например, «Кто красивей всех шагает, голову не опускает?», «Наши спинки как картинки» и.т.д.

Если возникает необходимость акцентировать внимание на конкретном ребёнке, то лучше использовать похвалу, побуждая ребёнка стараться выполнить упражнение правильно. Например, «Как Петя здорово шагает и никого не обгоняет!»

Такой комплексный подход к организации образовательной деятельности по физической культуре способствует повышению уровня развития двигательных функций ребёнка, которые являются неотъемлемой частью повышения качества жизни, влияя на состояние физического и эмоционального здоровья, высокий уровень которых обеспечивает быструю адаптацию и успешное существование ребёнка в социуме.