

ОПЫТ РАБОТЫ

**по теме: «Развитие физических качеств у
детей старшего дошкольного возраста
посредством игровых технологий»**

Подготовила инструктор
по физической культуре:
Смирнова Юлия Анатольевна

Содержание

1. Используемая литература.
2. Введение.
3. Актуальность.
4. Новизна.
5. Цель, задачи.
6. Принципы.
7. Методы и приёмы.
8. Этапы работы по технологии.
9. Вывод.

1. Используемая литература:

1. Агапова И.А. «Подвижные игры для дошкольников»
2. Бальсевич В.К., Королева М.Н., Майорова Л.Г. Развитие быстроты и координации движений у детей 4-6 лет // Теория и практика физической культуры, 1986, № 10, с. 21-25.
3. Группа Физинструктор. РУ для инструкторов по физической культуре в детском саду <http://fizinstruktor.ru/>
4. Лагутин Л.Б. Физическое воспитание ребенка в дошкольном учреждении /Л.Б. Лагутин// Теория и практика физической культуры.-1994.-№7.-С.8-11.
5. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников: учебное пособие/ Т.С. Овчинникова. – СПб.: Речь, - 2009.-176с
6. Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду»
7. Рунова М. А. « Двигательная активность ребёнка в детском саду» , «Мозаика-Синтез», 2004

2. Введение.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования одной из приоритетных задач современного дошкольного образования является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Это задача имеет свое отражение и в программном содержании дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы в образовательной области физическое развитие.

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения всегда находится в центре внимания. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием и развитием, как в первые шесть лет. В дошкольный период у ребенка формируются основы всесторонней двигательной подготовленности, гармонического и физического развития.

Выдающийся педагог В.А.Сухомлинский подчеркивал, что от здоровья, жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Поэтому крайне важно правильно организовать работу по физическому развитию именно в детстве, что позволит организму накопить силы и обеспечить в дальнейшем не только полноценное физическое, но и разностороннее развитие личности.

3. Актуальность.

В настоящее время из-за перенасыщенности информации дети в большинстве своем испытывают «дефицит» в движении, а интенсивность физического развития, здоровье зависят от двигательной активности детей. Поэтому в современных условиях актуальными задачами являются привитие детям интереса к физической культуре и спорту, а также обучение их доступными двигательными умениям. Особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка. Использование игровых технологий способствует развитию двигательных навыков и физических качеств детей.

Педагогическая технология – это совокупность психолого-педагогических установок, определяющих специальный набор и компоновку форм, методов, способов, приёмов обучения, воспитательных средств (Б.Т.Лихачёв).

Игра – это самая свободная, естественная форма погружения человека в реальную (или воображаемую) действительность с целью её изучения, проявления собственного «Я», творчества, активности, самостоятельности, самореализации.

Игровая технология – это эффективный метод повышения воспитательного потенциала занятия, который способствует непринуждённо в игровой форме привлечь ребенка к получению знаний при помощи общения с взрослым, как равноценным партнером по игре; умение ребенка делиться своими знаниями со сверстниками, не бояться ошибок.

Цель игровой технологии – создание полноценной мотивационной основы для формирования физических качеств, в зависимости от уровня развития детей; использование специально подобранных подвижных игр и их внедрение.

Игровые технологии широко применяются в дошкольном возрасте, так как игра является ведущей деятельностью в этот период. У детей формируются воображение и символическая функция сознания, которые позволяют ему переносить свойства одних вещей на другие, возникает ориентация в собственных чувствах и формируются навыки их культурного выражения, что позволяет ребенку включаться в коллективную деятельность и общение.

Игровые технологии должны отвечать психологически обоснованным требованиям к использованию игровых ситуаций в детском саду: игровая ситуация должна создавать ребёнку возможность принятия на себя роли действующего в игровой ситуации персонажа.

Игровая форма непосредственной образовательной деятельности создается игровой мотивацией, которая выступает как средство побуждения, стимулирования детей, это система деятельности, основанная на определенной идее, принципах организации и взаимосвязи целей, содержания и методов образования.

Игровая технология имеет чёткую последовательность действий:

- отбор материала;
- разработка и подготовка игры;
- включение детей в игровую деятельность;
- осуществление самой игры;
- подведение итогов.

Игровые технологии используются:

- для развития физических качеств;
- обучения двигательным действиям;

- формирования умений и навыков в выполнении физических упражнений;
- активизации и совершенствования основных психических процессов;
- для увеличения положительных эмоций от занятий физической культурой;
- повышение интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Игровая технология используется в следующих случаях:

- в качестве самостоятельных технологий для освоения движений определённого вида;
- как элементы более обширной технологии;
- в качестве занятия или его части;
- как дополнительное образование.

Компоненты игровых технологий:

- мотивационный (связан с отношением детей к содержанию, процессу игровой деятельности, включает мотивы, интересы и потребности в игре);
- ориентационно-целевой (связан с принятием детьми целей игровой деятельности, нравственных установок, ценностей);
- содержательно-операционный (предполагает овладение детьми содержанием игры, их способность опираться на имеющиеся знания и способы игровой деятельности);
- ценностно-волевой (обеспечивает высокую степень целенаправленности познавательной активности, включает внимание, придаёт эмоциональную окрашенность игре в виде переживаний);
- оценочный (обеспечивает сличение результатов игровой деятельности с целью игры).

В современном обществе огромное влияние уделяется развитию детей, в том числе развитию их физических качеств. Физическими качествами человека принято называть отдельные его двигательные способности: быстрота, гибкость, сила, ловкость, выносливость, которыми он наделён природой от рождения.

Быстрота - это способность человека совершать действия в минимальный для данных условий отрезок времени.

Гибкость - это способность выполнять движение с большой амплитудой.

Сила - внешнее сопротивление за счёт мышечных усилий.

Ловкость - это способность быстро овладевать новыми движениями и их сочетаниями, а также умения действовать в изменяющихся условиях правильно, быстро и находчиво.

Выносливость - это способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без изменения её интенсивности.

4. Новизна опыта.

Новизна опыта заключается в комплексном использовании игровых технологий, внедрение их в систему работы по физическому развитию и оздоровлению детей старшего дошкольного возраста дошкольного возраста.

При осуществлении работы по развитию физических качеств у старших дошкольников, основной акцент делается на комплексный подход, так как воздействие на одно из физических качеств оказывает влияние на остальные. Применение только здоровьесберегающих технологий, без применения игровых технологий приводит к потере заинтересованности к физической культуре и снижению двигательной активности у детей.

5. Я определила цель: развитие физических качеств у старших дошкольников и укрепление физического развития на основе применения игровых технологий. Для достижения поставленной цели я наметила следующие **задачи:**

- Изучить инновационные игровые технологии и интегрировать их в занятия и мероприятия по физической культуре.
- Создать условия в ДООУ для полноценного физического развития детей старшего дошкольного возраста посредством современных игровых технологий.
- Совершенствовать двигательную активность детей, посредством подвижных игр и игровых упражнений, обогащать двигательный опыт детей.
- Развивать у детей интерес к физической культуре и спорту, содействовать охране и укреплению здоровья, повышать функциональные возможности детского организма.
- Формировать профессиональную компетентность педагогов и психолого-педагогическую культуру родителей обучающихся по проблеме развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста.

6. Принципы работы.

В своей работе придерживаюсь следующих принципов:

- **принцип научности** предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически апробированными методиками; тесную связь физического воспитания с формированием установок, навыков, способов и приёмов, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей;
- **принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания** - предполагает доверие к физическим ощущениям ребёнка, обучение его навыкам ощущать и принимать своё тело таким, какое оно есть;
- **принцип коммуникативности** - предполагает атмосферу доброжелательности и взаимопонимания, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья; создание условий для наиболее полного раскрытия личности ребёнка, максимального развития его способностей;
- **принцип концентрического (спиралевидного) обучения** заключается в повторяемости выполнения усвоенных физических упражнений и познание нового на следующем этапе развития, т.к. в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы;
- **принцип дифференцированного подхода** – представляет собой форму организации оздоровительных мероприятий, при которой педагог изучает, анализирует и классифицирует различные данные, выделяя наиболее общие, типичные черты, характерные для данной группы детей, и на этой основе определяет стратегию своего взаимодействия с группой и конкретные задачи воспитания.
- **принцип систематичности и последовательности** – предусматривает формирование знаний, умений и навыков системе и определённом порядке. Он требует логического построения, как содержания, так и процесса обучения, что выражается в соблюдении ряда правил.

7. При организации подвижных игр в своей работе я использую следующие **методы и приемы**:

СЛОВЕСНЫЕ:

- Объяснение правил подвижной игры
- Уточнение правил у детей
- Стихи, считалки, загадки

ПРАКТИЧЕСКИЕ:

- Предоставление детям возможности творческого решения возникающих задач, проявление самостоятельности, находчивости в выборе способа действия

НАГЛЯДНЫЕ:

- Рисунки
- Фотографии
- Зрительные ориентиры,
- Звуковые сигналы

8. Этапы внедрения технологии в образовательный процесс.

Работа по применению «Игровых технологии» в образовательном процессе осуществляется поэтапно:

Первый этап.

- Подобрала методическую литературу, изучила её и проанализировала.
- Провела мониторинг и изучила показатели развития физических качеств обучающихся.
- Разработала рабочую программу «Организация и осуществление образовательной деятельности по физической культуре»
- Составила перспективные планы работы со всеми участниками образовательного процесса.
- Создала предметно - пространственную развивающую среду: картотека игр и игровых упражнений для детей старшего дошкольного возраста, карты – схемы, изготовила различные дорожки для прыжков, ходьбы и бега.

Второй этап.

В деятельности с детьми я использую подвижные игры, народные игры, игровые упражнения, квест - игры, игры – путешествия, игровые упражнения, спортивные праздники, досуги и развлечения.

Провожу такие подвижные игры, как «Повтори», «Светофор», «Сосчитай», «Сороконожка», «Огонь – вода», «Ручейки – озёра». Праздники в интеграции с музыкальным руководителем с использованием народных игр: «В гости к тётушке Марьюшке», «В гости к Домовёнку Кузе», «Прощание с зимой», «Праздник русской берёзки». Квест – игры: «Причуды Осени», «Путешествие на остров спортивных сокровищ», «Быть здоровым – это здорово», «Секреты здоровья». Игры-путешествия: «В гости к солнышку», «Путешествие в страну Игралию», «По тропинкам весны», «Морское путешествие».

Привлекаю родителей к участию в физкультурных праздниках и спортивных соревнованиях, провожу совместные мероприятия с детьми и родителями, недели здоровья в детском саду, практические консультации,

в течение года размещаю информацию в уголках для родителей, оформляю папки – передвижки, провожу беседы, выступаю с консультациями на родительских собраниях.

Размещаю информацию для воспитателей и родителей на сайте детского сада, мною создана группа в социальной сети в контакте «Группа инструктора по физической культуре». Я уверена, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная работа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьёй.

Третий этап.

Подведение итогов применения технологии в образовательно-воспитательном процессе.

1.Провожу диагностику физической подготовленности детей в ДОУ два раза в год: в сентябре и в мае.

2.Использую цифровые показатели физической подготовленности и осуществляю методику обследования по разработке Г.Лесковой и Н. Ноткиной.

3.Для выявления физической подготовленности детей использую базовые тесты:

Бег 30м. (сек.) – во второй младшей, средней, старшей и подготовительной к школе группах.

Бег на выносливость 90м (сек.) – в средней группе.

Прыжки в длину с места (см.) – во второй младшей, средней, старшей и подготовительной к школе группах.

Подъём туловища в сед за 30 секунд (раз) – в старшей и подготовительной к школе группах.

Метание мешочка на дальность (правой и левой рукой) м. – во второй младшей, средней, старшей и подготовительной к школе группах.

Проверка гибкости (наклон туловища вперед) см. – в старшей и подготовительной к школе группах.

Отбивание мяча от пола без перерыва одной рукой – старшие и подготовительные группы.

4.Определяю прирост физической подготовленности детей в июне по шкале оценок темпов прироста по В.И. Усакову.

9. Вывод:

В результате планомерной систематической работы с применением «Игровых технологий» в образовательной деятельности с детьми, при тесном сотрудничестве с родителями и педагогами, добилась положительной динамики результатов по развитию физических качеств дошкольников. Таким образом, применение в работе игровых технологий повышает результативность воспитательно - образовательного процесса, у обучающихся происходит развитие физических качеств, стойкая мотивация к здоровому образу жизни, а у педагогов и родителей формируются ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей.