Консультация для воспитателей на тему:

«Физическое развитие детей дошкольного возраста в контексте ФГОС ДО»

Сегодня очень актуальна проблема здоровья детей и реальное ухудшение их физического, психического, нравственного и духовного состояния. Все мы несем историческую ответственность за здоровье будущих поколений и только все вместе можем изменить ситуацию.

Важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка, развития у него физических навыков и умений является дошкольное детство.

В соответствии с ФГОС дошкольного образования задачи образовательной области «Физическое развитие» включают:

— приобретение опыта в двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
— формирование начальных представлений о некоторых видах спорта,
— овладение подвижными играми с правилами;
— становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
— становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Таким образом, в Стандарте прослеживается **два направления образовательной работы по физическому развитию дошкольников**:
1) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
2) физическая культура, развитие физических качеств.

Планирование работы по данной образовательной области — это **проектирование** физического развития, **прогнозирование** динамики и результативности педагогического воздействия на оздоровление и приобретение опыта в двигательной деятельности каждого ребенка. Как мы знаем, конкретизация задач в содержании физического развития зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей. Тем не менее, задачи по каждому возрастному периоду можно разделить на **три группы**.

Группа оздоровительных задач:

1) охрана и укрепление здоровья;
2) закаливание;
3) развитие движений.

Группа образовательных задач:

1) формирование представлений о своем организме, здоровье;
2) формирование навыков выполнения основных движений;
3) формирование представлений о режиме, активности и отдыхе.

Группа воспитательных задач:

1) формирование потребности в физическом совершенствовании;
2) воспитание культурно-гигиенических качеств.

Оздоровительные задачи решаются в процессе соблюдения требований к гигиеническим и социально-бытовым условиям, полноценному питанию, рациональному режиму дня, физическим упражнениям. **Образовательные и воспитательные задачи** реализуются посредством **интеграции** всех образовательных областей и в процессе **основных видов детской деятельности** – игровой, познавательно-исследовательской, двигательной.

Образовательная деятельность по физическому развитию должна соответствовать определённым принципам**.**

- -*Дидактические* (системность и последовательность, развивающее обучение, доступность, воспитывающее обучение, учёт индивидуальных и возрастных особенностей, сознательность и активность ребёнка, наглядность).
- -*Специальные* (непрерывность, последовательность наращивания тренирующих воздействий, цикличность).
- - *Гигиенически*е (сбалансированность нагрузок, рациональность чередования деятельности и отдыха, возрастная адекватность, оздоровительная направленность всего образовательного процесса, осуществление личностно-ориентированного обучения и воспитания).

В условиях реализации новых нормативно-содержательных подходов перед ДОУ поставлены целевые ориентиры, предполагающие открытость, тесное сотрудничество и взаимодействие с родителями. Родители являются активными участниками образовательного процесса, участниками всех проектов, независимо от того, какая деятельность в них доминирует, а не просто сторонними наблюдателями. Поэтому первым направлением работы инструктора по физической культуре является:

1.Организация совместной деятельности родителей и детей. К этому направлению относятся физкультурные досуги, спортивные праздники с активным привлечением родителей. Например, физкультурный досуг ко «Дню матери»- «Весёлые старты с мамой», «Навстречу друг другу», «Мама, папа, я –спортивная семья и другие.

2.Вторым направлением работы, является интеграция всех образовательных областей («социально-коммуникативное развитие», «речевое развитие», «познавательное», «художественно-эстетическое развитие) на занятиях по физической культуре.

3.Третье направление работы включает в себя создание интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой. Это достигается путём решения следующих задач: развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

4.Физкультурно-оздоровительная работа. Использование современных здоровьесберегающих технологий. Закаливание, проведение утренних гимнастик, гимнастик после сна, коррекционных гимнастик. Закаливание детей дошкольного возраста в ДОУ состоит из системы мероприятий, включающих элементы закаливания в повседневной жизни, которые включены в режимные моменты и специальные мероприятия: воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры, правильно организованную прогулку, являются частью физкультурных занятий.

5.Психологическая безопасность. Обеспечивается путём создания оптимального двигательного режима, доброжелательного стиля общения инструктора по физической культуре с детьми, использование приёмов релаксации и др.

6. Создание предметно-развивающей среды, которая должна быть вариативной, безопасной и полифункциональной. (Оборудование спортивного зала, инвентарь, раздаточный материал), которые должны быть заменяемым и доступным каждому ребёнку.

Основными **задачами** инструктора по физической культуре в ДОУ в условиях ФГОС являются:

- охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей;
- обеспечение познавательного, речевого, социально-коммуникативного, художественно-эстетического и физического развития детей;
- воспитание с учетом возрастных категорий детей гражданственности, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье;
- осуществление необходимой коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей;

- взаимодействие с семьями детей для обеспечения полноценного развития детей;
- оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) по вопросам воспитания, обучения и развития детей.

Проведя анализ направлений работы инструктора по физической культуре в условиях ФГОС, можно сделать вывод, о том, что основным является принцип интеграции содержания различных образовательных областей и принцип адаптивности предметно-развивающей среды к конкретным целям и задачам занятий.

Далее хочу поговорить о здоровьесберегающих технологиях. Тема своего доклада считаю актуальной, поскольку особо остро в наше время стоит проблема оздоровления детей дошкольного возраста.

Основные принципы работы по здоровьесбережению

В воспитательно – образовательном процессе здоровьесберегающие технологии направлены на:

1) сохранение и стимулирование здоровья;
2) обучение здоровому образу жизни;
3) коррекционные.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Динамические паузы – во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия. Ответственный исполнитель: воспитатели.

Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.

В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.

Ответственный исполнитель: руководитель физического воспитания, воспитатели.

Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время). Ответственный исполнитель: воспитатели, психолог.

Гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего

возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога. Ответственный исполнитель: все педагоги

Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры. Ответственный исполнитель: все педагоги

Бодрящая гимнастика – ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. Ответственный исполнитель: воспитатели.

Гимнастика корригирующая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей. Ответственный исполнитель: руководитель физического воспитания, воспитатель.

Релаксация – в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы. Ответственный исполнитель: руководитель физического воспитания, воспитатели, психолог.

Технологии обучения здоровому образу жизни:

Утренняя гимнастика: Регулярное (каждодневное) проведение утренней гимнастики (естественно, под руководством взрослых) постепенно приучает ребёнка к физическим упражнениям и связывает их с положительными эмоциями, приятными мышечными ощущениями, которые вызывают только жизнерадостность. Ежедневные физические упражнения способствуют вырабатыванию у детей привычки к систематической утренней зарядке и проявлению волевых усилий.

Физкультурное занятие – 2 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

Занятие в бассейне:1 раз в неделю. Это один из самых простых способов сделать ребенка закаленным, **здоровым** и физически развитым. **Плавание** влияет не только на физическое, но и на умственное формирование ребенка, стимулирует его нервно-психическое *(психомоторное)* развитие. Активное движение укрепляет опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, нервную и дыхательную системы.

Самомассаж, массаж. Основная цель массажа – снятие нервного напряжения, общее расслабление, улучшение работы внутренних органов и систем жизнедеятельности.

Беседы из серии «Здоровье» -1 раз в неделю по 25 мин. со старшего возраста. Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития. Ответственный исполнитель: воспитатели, психолог.

Проблемно-игровые – в свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом. Занятие может быть организовано незаметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности. Ответственный исполнитель: воспитатели, психолог.

Коммуникативные игры – 1-2 раза в неделю по 25 мин. со старшего возраста. Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др. Ответственный исполнитель: воспитатели, психолог.

Спортивные развлечения, праздники Спортивные праздники, развлечения оказывают значительное влияние на нормальный рост ребёнка, на развитие всех органов и тканей. А если спортивные мероприятия проводятся на свежем воздухе, то они закаливают организм.

Коррекционные технологии:

Сказкотерапия – 2-4 занятия в месяц по 25 мин. со старшего возраста. Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения. Ответственный исполнитель: воспитатели, психолог.

Пескотерапия - играя с песком, дети развивают тактильно-кинетическую чувствительность и мелкую моторику рук; снимают мышечную напряжённость. В песочных играх можно развивать мотивацию речевого общения; формировать первичные произносительные умения и навыки; пополнять словарь; формировать связную речь; обучать чтению и письму. Дети с искренним удовольствием рисуют, строят, изображают в песочнице следы зверей, предметы на заданные звуки, сюжеты различных рассказов, сопровождая свои действия речью, что, безусловно, способствует развитию и речевой сферы.

Арт-терапия. « Арт – терапия - одно из направлений современной психотерапии, в котором основным средством достижения позитивных психологических изменений является творчество. В арт-терапии реализуются обычно такие виды творчества как рисование, создание коллажей, лепка, создание скульптур из песка, аппликация».

Су-джок - этот метод проверенный исследованиями и доказавший свою эффективность и безопасность. Он основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах. Воздействуя на эти точки, можно избавиться от многих болезней или предотвратить их развитие. В переводе с корейского Су – кисть, Джок – стопа. Метод Су – Джок так же направлен на активизацию зон коры головного мозга с целью профилактики и коррекции речевых нарушений, поскольку стимуляция биоэнергетических точек способствует созреванию нервных клеток и их активному функционированию. Для проведения Су-Джок терапии нужны специальные массажные шарики и колечки. Дети катают между ладоней шарики (они наощупь колкие, а колечки поочередно примеряют на пальчики). Шариком стимулируем зоны на ладонях, руках, стопах, ногах, спине.

Логоритмика.

Совместно с музыкальным руководителем, логопедом проводятся логоритмические упражнения. Выполняют движения с речевым сопровождением. В результате улучшается речь ребёнка.

Таким образом, применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации сохранения и укрепления здоровья детей, а у ребенка стойкую мотивацию к творчеству и здоровому образу жизни.