

Консультация для педагогов

Тема: «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми старшего дошкольного возраста в условиях реализации ФГОС»

Подготовила: Аношина К.Н., инструктор по физической культуре

В современной системе образования много проблем. Одна из них – это ориентация всей системы образования на здоровьесберегающее обучение и воспитание. Перед дошкольным образованием в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей. В соответствии с ФГОС ДООбразовательная область «Физическое развитие» должна обеспечивать следующие направления развития и образования детей:

- приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма;
- развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а так же с правильным, не наносящим ущерба организму;
- выполнением основных движений (ходьба, бег, мелкие прыжки, повороты в обе стороны), 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 с нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

В соответствии с этим 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.

Проблема оздоровления, воспитания и развития - компания не одного дня, а целенаправленная, систематически спланированная работа ДООУ и семьи на длительный период времени.

Основными задачами инструктора по физической культуре являются:

- охрана и укрепление здоровья детей;
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- обеспечение физического и психического благополучия.

Решая оздоровительные задачи в старших группах общеразвивающей направленности, организуется разносторонняя двигательная деятельность, направленная на сохранение и укрепление здоровья детей.

Полноценному, гармоничному и физическому развитию ребенка способствует гибкий режим дня, соблюдение гигиенических требований.

Ежедневно в старших группах общеразвивающей направленности предусмотрены различные формы двигательной активности:

1) Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов двигательного режима детей. Она направлена на оздоровление, укрепление, повышение функционального уровня систем организма, развитие физических качеств и способностей детей, закрепление двигательных навыков.

Утренняя гимнастика ценна еще и тем, что у детей вырабатывается привычка каждый день по утрам выполнять различные упражнения. В старших группах общеразвивающей направленности разнообразная форма проведения утренней гимнастики: это ритмическая гимнастика под музыку, гимнастика с комплексом дыхательных упражнений, также гимнастика на открытом воздухе или в зале (в зависимости от погодных условий).

2) Основной формой организованной двигательной активности являются –НОД по физической культуре. Два занятия в зале, одно на воздухе. С целью заинтересовать детей используются самые разнообразные формы проведения занятий. Это:

- НОД обычного типа, образцы, которых можно найти во многих методических пособиях;
- игровая НОД, построенная на основе народных подвижных игр и игр-эстафет;
- сюжетно-игровая НОД(их ещё называют прогулки-занятия). Такие занятия сочетаются с задачами по обучению спортивному ориентированию, развитию речи.

На данных занятиях осуществляется контроль по воспитанию правильной осанки и формированию свода стопы. Во время НОД обращается внимание на дыхание, особенно во время НОД на открытом воздухе.

3) Наиболее эффективной формой обучения дошкольников спортивным играм и упражнениям является организованная НОД на прогулках.

Ни у кого не вызывает сомнения, что дети зимой любят кататься на санках, играть в хоккей, футбол, а к лыжам малыши тянутся с раннего возраста. И то и другое обеспечивает высокий закаливающий эффект. А взять игры с мячом! Они всегда вызывают интерес у детей, да и у взрослых! Занятия спортивными играми и упражнениями направлены, прежде всего, на укрепление здоровья, улучшение общей физической подготовленности детей, удовлетворение их биологической потребности в движениях. Положительный эмоциональный тонус является важной предпосылкой здоровья, предупреждает различные заболевания, поддерживает интерес к физическим упражнениям. Игровая форма проведения занятия является основой методики обучения спортивным играм и упражнениям.

4) Невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых досугов и развлечений, шумных праздников, соревнований, интересных игр и увлекательных аттракционов. Одни развивают сообразительность, другие смекалку, третьи воображение и творчество, но объединяет их общее воспитание у ребенка потребности в движении и эмоциональном восприятии жизни. В старших группах общеразвивающей направленности интересно проводятся, "Папа, мама, я - спортивная семья", "Дни здоровья", "День физкультурника", спартакиады и др. Целью таких праздников является активное участие детского коллектива группы, родителей посредством чего выявляются двигательная подготовленность детей, умение проявлять физические качества в необычных условиях и игровых ситуациях.

Таким образом, правильно организованная работа приобщает родителей и детей к здоровому образу жизни, развивает физические качества и навыки, и способствует самореализации каждого и взаимообогащению всех.