муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад «Катюша»

г. Волгодонска

Городское методическое объединение инструкторов по физической культуре

**Семинар – практикум:«Современные подходы к физическому развитию детей дошкольного возраста с учетом ФГОС дошкольного образования».**

Цель: совершенствование деятельности инструкторов по физической культуре в условиях реализации требований ФГОС дошкольного образования.

Задачи:

1. Проанализировать содержание ФГОС дошкольного образования в части реализации образовательной области «Физическое развитие».
2. Познакомить с опытом работы инструктора по физической культуре МБДОУ ДС «Катюша» г. Волгодонска по развитию у дошкольников интереса к двигательной деятельности и потребности к занятиям физической культурой.

Планируемый результат: практические рекомендации по организации сюжетных игровых занятий по физической культуре.

**Темы выступления:**

1. «Особенности реализации образовательной области «Физическое развитие» в условиях реализации ФГОС ДО» (ответственный Зилинская Е.А., старший воспитатель). (7 минут)
2. «Развитие у дошкольников интереса к двигательной деятельности и потребности к занятиям физической культурой» (ответственный Кириллова С.А., инструктор по физической культуре). (30 минут)
3. Мастер-класс «Использование спортивного инвентаря на физкультурных занятиях» (25 минут)

**(Слайд 1) Развитие у дошкольников интереса к двигательной деятельности и потребности к занятиям физической культурой**

Физическое воспитание детей дошкольного возраста должно рассматриваться как одно из **(Слайд 2)** приоритетных направлений деятельности ДОУ, ведь в общей системе дошкольного образования именно физическое воспитание имеет решающее значение для охраны и укрепления здоровья, а также становления и развития физического и психологического потенциала ребенка. **(Слайд 3)**

Одной из основных проблем современного общества считается довольно низкий уровень здоровья населения. Для решения данной проблемы необходимо развивать интерес детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, подвижным играм, оздоровительным мероприятиям, воспитывать потребность к занятиям физкультурой и спортом, одним словом активизировать двигательную деятельность детей. Так как дошкольный возраст – время интенсивного формирования и роста тела, развитие функций всех систем организма. И от того как пройдет у дошкольников этот период развития, зависит дальнейшая успешность обучения в школе. **(Слайд 4)**

**Интерес** – это осознанное, избирательное, положительное отношение к чему-либо, побуждающее человека проявлять активность, желание вникнуть в суть, узнать, понять. **(Слайд 5)**

В дошкольном возрасте желания, побуждения ребенка соединяются с его представлениями, и благодаря этому перестраиваются. Активность ребенка все чаще побуждается его интересами и потребностями.

Чем старше дети, тем важнее развивать интерес не только к процессу занятий физическими упражнениями, но и к результатам деятельности. **(Слайд 6)**

Существует множество эффективных **методов и приемов повышения интереса детей к двигательной активности на занятиях, к занятиям физкультурой.** Среди них:

1. **Создание насыщенной, разнообразной, вариативной, многофункциональной, эстетической предметно-пространственной развивающей среды. (Слайд 7)**

В нашем детском саду имеется спортивный зал площадью 56 кв.м. Соответствующее базовое физкультурное оборудование расположено по периметру зала, чтобы оставалось достаточно места для функциональной зоны. Два года назад в зале был проведен ремонт. Одним из условий проведения занятий по нашей программе является наличие мягкого коврового покрытия, мы привели в порядок уже имеющееся. **(Слайд 8)**

Помещение для тренажеров и хранения спортивного инвентаря у нас отсутствует, поэтому весь инвентарь и оборудование расположены в зале. Пока мы не делаем акцент на приобретение детских тренажеров, т.к. для их размещения нужно будет сократить полезную площадь спортивного зала. **(Слайд 9)** Для нас важнее, чтобы на каждом занятии использовался разнообразный спортивный инвентарь (гимнастические палки, обручи, гантели, мячи разных размеров и фактур и т.д.) каждым ребенком, либо подгруппой детей. Родители заинтересованы в том, чтобы в жизни их детей такая область как физическое развитие была представлена ярко и насыщенно. Они помогают нам пополнять и заменять спортивный инвентарь. **(Слайд10)**

Также у нас имеется спортивная площадка, на которой в теплый период проводим занятия и спортивные развлечения, **(Слайд 11)** дорожка для бега для диагностики уровней физической подготовленности. Таким образом, насыщенная, многофункциональная предметно-пространственная среда, использование разнообразного спортивного инвентаря во многом способствует повышению интереса детей к занятиям по физической культуре. **(Слайд 12)**

1. **Внедрение современных образовательных технологий.**

В своей работе я использую программу Н.Н.Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». **(Слайд 13)** Автор видоизменил общепринятую структуру основных движений, учитывая то, что предыдущий вид движе­ний, который освоил ребенок, предопределяет последующий. Ключевыми позициями системы являются строгое следование законам природы и всеобъемлющий игровой метод. **(Слайд 14)** В соответствии с этим вы­делено девять основных двигательных режимов: плаватель­ный, лежачий, ползательный, сидячий, стоячий, ходьбовый, лазательный, беговой, прыжковый. **(Слайд 15)**

Биоло­гическую основу новой авторской системы составляют 7 формул двигательного развития детей. Содержание их сводится к тому, что любую форму двигательной актив­ности детей разумно начинать из горизонтальных положе­ний как наиболее естественных (упражнения лежа, сидя, ползая) **(Слайд 16)** и постепенно усложнять к более вертикализованным (упражнения стоя, в ходьбе, лазательные упражнения), гравитационно-нагрузочным (бег, прыжки). Таким образом, авторский подход с его театрализацией и тотальный игровой метод и нацелены на поддержание интереса дошкольников на протяжении всего занятия. **(Слайд 17)**

1. **Использование разнообразных форм физического воспитания**

Ознакомимся с формами физического воспитания, которые мы используем в нашей работе и рекомендуем:

-**утренняя гимнастика пробуждения (зарядка);**

В теплое время года зарядка проводится на свежем воздухе. **(Слайд 18)** Мы проводим ее на площади перед входом в детский сад. Зарядка массовая, с музыкальным сопровождением, с использованием танцевальных элементов. **(Слайд 19)** В холодный период зарядка проводится воспитателями, либо в группе, либо в зале. У них имеются комплексы упражнений, который меняется один раз в две недели. Массовость, разнообразие комплексов упражнений, личный пример воспитателей, музыкальное сопровождение, позитивный эмоциональный фон – все это содействует развитию интереса детей к двигательной активности. **(Слайд 20)**

**- гимнастика пробуждения после дневного сна (в условиях спальни);**

Целью гимнастики пробуждения является создание таких двигательно-игровых условий, при которых дети смогли бы естественным образом перейти от состояния сна, покоя, к состоянию оптимальной психофизической готовности для второй половины дня. **(Слайд 21)** Чтобы гимнастика пробуждения была более интересна детям, Н.Н. Ефименко предлагает использовать разнообразные сценарии «Физкультурных сказок». Они коренным образом отличаются от традиционной зарядки. Новизна заключается в более естественной смене исходных положений тела: от лежачих (горизонтальных) до стоячих (вертикальных). **(Слайд 22)**

**- занятия по физической культуре в спортивном зале (физкультурные сказки);**

Физкультурные сказки – это способ построения игрового занятия, где каждое упражнение связано друг с другом сюжетом. **(Слайд 23)** Такие занятия пользуются у воспитанников особым успехом. Интересные, захватывающие сюжеты физкультурных сказок стимулируют двигательную активность дошкольников, заряжают их огромной энергией двигательных образов. **(Слайд 24)** Элементы драматизации вызывают соответствующую готовность действовать и добиваться положительного результата.

**(Слайд 25)** Например, такие физкультурные сказки, как «Приключения червячков», подполз червячок к берегу и увидел легкие лодочки, упражнение «Легкие лодочки» (для укрепления мышц спины). **(Слайд 26)** Переползая через дорогу, заметил червячок группу велосипедистов. Упражнение «Велосипед», для мышц пресса. **(Слайд 27)** Пополз червячок дальше, подобрали червячка гусята (ходьба на корточках). **(Слайд 28)** А вот схватила червячка ворона (раскрыли пальцы ног, поставили на веревочку, захватили ее). **(Слайд 29)** Полетела ворона на дерево (нога назад, руки в стороны, продвижение на одной ноге вперед).

**(Слайд 30)** Физкультурная сказка «Африканские воины». Вышли на тропу состязаний, упражнение «Тише воды» (перешагивание через натянутую веревку). **(Слайд 31)** Упражнение «Ниже травы» (подлезание под веревкой).

**(Слайд 32)** Физкультурная сказка «Боцман и юнги». Упражнение «Матросики-насосики» (откачиваем воду из трюма). **(Слайд 33)** К загрузке крокодилов приступить! (лежа на животе, скольжение по скамейке). Загружаем обезьян (ходьба на высоких четвереньках). **(Слайд 34)** Наблюдаем за дельфинами (приседания на скамейке, сохраняя равновесие). **(Слайд 35)**

**- (забавные физкультуринки);**

Эта форма физического воспитания, которая предполагает отход от единого сказочного сюжета. Здесь подразумеваются отдельные игровые упражнения, не связанные друг с другом по сюжету. **(Слайд 36)** Для поддержания интереса детей к таким занятиям желательно использование веселых юмористических названий и проведение по эволюционному принципу (от горизонтальных положений – к вертикальным). **(Слайд 37)** Например, «Кошачья аэробика», **(Слайд 38)** «Радужные росинки». **(Слайд 39)** «Официант и хрустальное блюдо». Такая форма физического воспитания располагает детей к двигательно-игровой активности, создает положительный эмоциональный фон, доставляет удовольствие и снимает психическое напряжение. **(Слайд 40)**

**- занятия по физической культуре на улице;**

Такие занятия проводятся, как правило, в теплое время года. Следуя программе «Театр физического воспитания…» из положения лежа начать занятие не представляется возможным. Более полугода, занимаясь в зале, мы укрепляли мышечный корсет, начиная с более естественных упражнений лежа, ползая, сидя. **(Слайд 41)** На свежем воздухе можно начать занятия, если позволяет погода, выполнив упражнения из упора на руки (попеременное сгибание, подъем рук и ног). **(Слайд 42)** Сидя на корточках, перекаты с правой на левую ногу, либо движения руками, удерживая равновесие. Больший акцент мы делаем на выполнение упражнений стоя, в ходьбе, лазании, беге и прыжках. **(Слайд 43)** Во время физкультурных занятий на воздухе у ребенка еще больше активизируется дыхание, улучшается кровообращение (тренируется сердечная мышца), значительно увеличивается нагрузка и тренирующий эффект. Интерес к двигательной деятельности возрастает, особенно ранней весной, когда солнечно, прохладно, пробуждается природа, поднимается настроение. **(Слайд 44)**

**- индивидуальное занятие с ребенком или мини-группой детей;**

Сегодня официальная статистика признает, что от 60 до 85% детей дошкольного возраста имеют те или иные отклонения в здоровье и развитии. Одной из самых распространенных проблем является нарушение опорно-двигательного аппарата (плоскостопие, нарушение осанки). Занятия по системе Н.Н.Ефименко и направлены на укрепление формирующегося мышечного корсета, способствуют преодолению имеющихся проблем.

**(Слайд 45)**  Сегодня хотим обратить внимание на такую проблему опорно-двигательного аппарата, как гипотония (мышечная вялость) плечевого пояса и рук. Это актуальная на сегодняшний день проблема для инструкторов по физическому воспитанию, которые занимаясь индивидуальной работой, готовят детей к сдаче норм ГТО. Если к концу подготовительной группы дети легко справляются с таким испытанием как бег на 30 метров (преобладает высокий и средний уровень), то подтягивания, отжимания, метание в цель вызывают трудности.

Предлагаем вашему вниманию фрагмент индивидуальной работы с детьми группы коррекционной направленности совместно с мамой. Эта работа нацелена на укрепление мышц плечевого пояса и рук, развитие мелкой моторики и других кистевых функций. **(Слайд 46 ВИДЕО)**

**(Слайд 47)**

**- физкультурная минутка (физкультурная пауза);**

Физкультурная пауза предотвращает развитие переутомления у детей, снимает утомление мышц, нервной системы, напряжение в процессе занятия умственной нагрузкой, что способствует более быстрому восприятию материала, улучшает кровообращение, создает положительные эмоции, увеличивает двигательную активность детей.

**(ТРЕНИНГ «МАССАЖ УШЕЙ ПО НОРБЕКОВУ»)**

Арсенал физминуток у воспитателей очень большой, есть и в стихотворной форме. Я рекомендую, если позволяют условия, проведение физминуток по системе Н.Н. Ефименко, выполнить несколько упражнений в положении лежа. **(Слайд 48)**

**- ГПБ (пластические этюды, ритмические этюды);**

Горизонтальный пластический балет – это одно из направлений программы «Театр физического воспитания...», которое оказывает на детей колоссальное положительное физическое, психическое и эмоциональное воздействие. **(Слайд 49)** В горизонтальном пластическом балете сохраняется эволюционный принцип (от исходного положения лежа или сидя к положению стоя на коленях или стоя, причем, горизонтальные положения преобладают). Я в своей работе использую и танцевальные движения, чтобы номер смотрелся более динамично. В балете особо просматривается гендерный подход.

**(Слайд 50)** У нас был опыт переработки пластического этюда в танцевальный номер, для участия детей в конкурсе «Детство – чудные года, детство – праздник навсегда» в номинации «Хореография». **(Слайд 51)** Получился динамичный, зрелищный номер. Лауреатами мы не стали, но детям было очень интересно само выступление на сцене, подготовка к нему. У родителей это выступление и его подготовка вызывала не меньший интерес.

Сейчас представляем вашему вниманию композицию «В светлый праздник рождества» с девочками, посещающими кружок добротолюбия. Это были «Рождественские посиделки», праздник, устроенный Людмилой Николаевной Журавлевой, руководителем кружка. Гостями праздника были представители организации пожилых людей «Серебряный век». **(Слайд 52 ВИДЕО)**

**(Слайд 53) - спортивные развлечения (физкультурные праздники, дни здоровья, эстафеты);**

Это одна из наиболее эффективных форм активного отдыха. Повышается интерес к состязательной составляющей, спорту, благотворное влияние оказывается на настроение детей. Спортивный досуг способствует воспитанию чувства коллективизма, умение работать в команде, имеет колоссальный оздоровительный эффект, развивает двигательные качества (быстроту, ловкость, меткость и т.д.)

Спортивные праздники, проводимые у нас в детском саду:

Осенние праздники: **(Слайд 54)** «Герои спорта» или «Навстречу нормам ГТО». После диагностики, сдачи нормативов, инструктор для себя выделяет воспитанников, показавших наиболее высокие результаты. **(Слайд 55)** На этом спортивном досуге участники двигаются по станциям, которые почти дублируют испытания на сдаче нормативов ГТО (челночный, или бег на 30 метров, метание в цель, прыжки с места в длину).

**(Слайд 56)**  «Осенний марафон». Командное соревнование, проводимое на улице с использованием разнообразного инвентаря, с музыкальным сопровождением (на каждом празднике), **(Слайд 57)**динамичное, эмоциональное и интересное детям. **(Слайд 58)**

«Лесные приключения». Осенний спортивный праздник по системе Н.Н Ефименко. Доказывает, что соревноваться можно даже лежа. **(Слайд 59)**

Зимние праздники «Зимние забавы», **(Слайд 60)** «Веселые старты», **(Слайд 61)** «Богатырские забавы».

**(Слайд 62)** Весенние праздники , «Большие космические приключения», «Семейные старты» и т.д. **(Слайд 63)** И, конечно же, наша традиционная спортивно-патриотическая игра «Зарница». Она уже давно переросла в отдельное от торжественного парада мероприятие, занимающее продолжительное время, требующее большой подготовки. **(Слайд 64)** Зарница очень интересна детям, насыщена разнообразными заданиями – испытаниями. **(Слайд 65)**

Летний оздоровительный период «Летние спортивные игры», «Ребята и зверята» (названия эстафет перекликаются с животным миром, с зоопарком), **(Слайд 66)** «Веселые мячи» (каждое испытание проводится с использованием мячей различных размеров и фактур) и т.д.

1. **Работа с родителями**

**(Слайд 67)** Среди родителей, воспитанников группы коррекционной направленности, нами было проведено анкетирование (относительно небольшая выборка). Целью анкетирования являлось выявить мотивацию и интерес к физической культуре в семье, установить связь между образом жизни родителей и их детей.

**(Слайд 68)** Таким образом, из результатов анкетирования мы видим, что все родители (100 %) имеют представление о ЗОЖ и признают взаимосвязь развития физических способностей и гармоничного всестороннего развития ребенка.

Имеют дома спортивный инвентарь и оборудование (детские спортивные мини-комплексы, турник, велотренажер, гантели, мячи, скакалки) 46,2 %; не имеют какого-либо инвентаря и спортивного оборудования 53,8 % семей воспитанников.

Родители (либо папа, либо мама, либо оба родителя), которые сами занимаются каким - либо видом спорта (фитнес, аэробика, силовые тренировки, футбол, волейбол, баскетбол, бокс, горные лыжи, байдарки) 69,2 %; не занимаются спортом 30,8 %.

Детей, посещающих спортивные секции (акробатика, каратэ, плавание) 38,5%; не посещающих спортивные секции 61,5 %. Это связано, прежде всего, с тем, что не у всех детей есть желание и предрасположенность к дополнительным занятиям спортом. А также с тем, что не во всех спортивных школах есть секции для дошкольников.

Утреннюю зарядку иногда делают 69,2 % (ни одного утвердительного ответа не было), не делают 30,8 % семей.

Соблюдают режим дня, утвердительно ответили 38, 5 %, иногда 30, 8%, нет 30,7 %. (!)

Гуляют на свежем воздухе с ребенком 38,5% родителей, 61,5% не гуляют, (уповая на то, что воспитатели в детском саду выводят детей на прогулку и этого достаточно, либо не хватает на это времени).

Просмотром телевизора (компьютера) занимаются все (100%).

Чтением книг с детьми 76,9 %, не читают детям книг или читают очень редко 23,1%.

В настольные игры играют 61,5 %, в подвижные игры 61,5 % (в теплое время года).

**(Слайд 69)** Безусловно, весь уклад семейного здорового быта оказывает огромное влияние на физическое развитие детей. В жизнь каждой семьи должны прочно войти физические упражнения, совместные тренировки, подвижные и спортивные игры или игры с элементами спорта. **(Слайд 70)** Семья во многом определяет отношение детей к физкультуре, их интерес к спорту, активность и инициативу. **(Слайд 71)** Именно в такой семье у ребенка воспитывается и удовлетворяется потребность в двигательной активности.

Представляем вашему вниманию видео со спортивного мероприятия детей и родителей «Вместе веселее». **(Слайд 72 ВИДЕО)**

**Вывод**

**(Слайд 73)** Многочисленными исследованиями доказано, что завтрашний интеллект ребенка и его сегодняшняя малоподвижность имеют прямую зависимость. Мы будем долго жить, если будем здоровы. А здоровы будем, если будем заниматься спортом и вести здоровый образ жизни. **(Слайд 74)** В.А.Сухомлинский писал: «Укрепить здоровье человека в детстве, не допустить, чтобы ребенок вступал в юность хилым и вялым, - значит дать ему всю полноту жизненных радостей». Поэтому педагоги совместно с родителями должны помогать себе и своим воспитанникам, детям быть здоровыми, сохранять интерес к физической культуре и спорту различными методами и приемами, в том числе и теми, которые были сегодня представлены вашему вниманию.

**Заключение**

Немаловажное влияние на развитие двигательной активности детей оказывает и ДОУ, так как дошкольник большую часть времени проводит в детском саду.

Таким образом, перед инструктором физической культуры и другими педагогами, работающими с детьми, встает вопрос о повышении двигательной активности дошкольников и повышении у них интереса к занятиям физкультурой. Предложенные нами методы и приемы во многом способствуют повышению интереса дошкольников к двигательной активности.

Проводите работу по созданию насыщенной, разнообразной, вариативной, многофункциональной, эстетической предметно-пространственной развивающей среды. Внедряйте в свою практику современные образовательные технологии. Используйте разнообразные формы физического воспитания и активно вовлекайте в свою работу родителей.

**Мастер-класс «Использование спортивного инвентаря на физкультурных занятиях» (проводится в спортивном зале)**

**Список литературы**

1. Ефименко Н. Н. Двигательно-игровая деятельность. Сценарии игр-занятий. 6—7 лет. ФГОС: физическое развитие ребенка в дошкольном детстве: Учебно-метод. пособие. — М.: Дрофа, 2014. — 144 с: ил. — (ФГОС: от задачи — к результату).
2. Ефименко Н. Н. Театрализация физического воспитания дошкольников (драма­тизация как расширение игрового метода физического развития де­тей): Учебно-методическое пособие / Н. Н. Ефименко. - Винница : ТОВ «Нилан-ЛТД», 2016. - 168 с. ил.
3. Ефименко Н. Н. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве: Методические рекомендации. Театр физического воспита­ния и оздоровления дошкольников. — М.: Дрофа, 2014. — 288 с: ил. — (От задачи — к результату).
4. Кожухова Н. Н. и др. Воспитатель по физической культуре в дошкольных уч­реждениях: Учеб. пособие для студ. высш. и сред. пед. учеб. заве­дений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С. А. Козловой. — М.: Издательский центр «Акаде­мия», 2002. — 320 с.
5. Харченко Т. Е. Организация двигательной деятельности детей в детском саду. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010,- 176 с, ил.

Заведующий МБДОУ ДС

«Катюша» г.Волгодонска \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.М. Самарская