

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. КРАСНОДАР

«Центр развития ребенка – детский сад № 72»

Консультация:

**«Использование современных
игровых-технологий на
физкультурных занятиях с детьми
дошкольного возраста.»**



инструктор по физкультуре: Рогоуленко С. В.

Октябрь

2023 год

На сегодняшний момент возрастает роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей.

«*Берегите здоровье смолоду*» - этот девиз отражает необходимость укрепления здоровья ребенка с первых дней его жизни.

Действительно, невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых досугов и развлечений, шумных праздников и 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. Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем. На интересе детей к физкультурной деятельности следует формировать умения и навыки здоровой жизнедеятельности, мотивацию на здоровье.

Игра представляет собой особую деятельность, которая расцветает в детские годы и сопровождает человека на протяжении всей его жизни.

Обучение в форме игры может и должно быть интересным и занимательным.

Использование музыки в физкультурной деятельности делает ее увлекательной и эффективной. Она поднимает настроение, организует движения детей и облегчает в ряде случаев их усвоение. Музыка способствует улучшению осанки, придает движениям выразительность, способствует развитию их точности, координированности. Она также облегчает усвоение различных построений и перестроений, которые обычно даются в начале или заключительной части занятия.

При проведении спортивных праздников, организации досугов и развлечений дети получают возможность проявлять большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях.

В настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется применение в условиях детского сада следующих педагогических технологий в образовательной области «Физическое развитие» - это использование в работе здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии – это система мер, направленная на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Ритмопластика. Введена в физкультурные занятия с детьми (по программе А.И. Бурениной), в цикл занятий «Гимнастика и спортивные

игры». Во время занятий у детей развивается музыкальный слух, чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка.

Динамические паузы проводятся ежедневно, во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

Подвижные игры проводятся ежедневно воспитателем, как правило, на прогулке или в групповой комнате - малой, со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка.

Спортивные игры с элементами спорта. Введены в физкультурные занятия (по программе Н.И. Николаевой «Школа мяча»), в цикле «Гимнастика и спортивные игры». Помогают лучше научить детей владеть мячом, на достаточно высоком уровне, укрепляет мышечно-связочный аппарат, вызывает интерес к игровым видам спорта.

Релаксация используются специально подобранные упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Проводятся в любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей определяется интенсивность технологии. Используется для работы спокойная классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.

Пальчиковая гимнастика проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

Гимнастика для глаз проводится ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, улучшению кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

Дыхательная гимнастика проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

Гимнастика пробуждения. Проводится ежедневно после сна, 5-10 минут во всех возрастных группах. Форма проведения различна: упражнения выполняют в кроватках, в ходьбе по ребристым дорожкам ит.д.

Оздоровительный бег. Осуществляется с детьми ежедневно, начиная со среднего возраста и старше, в теплый период (сентябрь - октябрь и май - июнь), на прогулке.

Игровая оздоровительная гимнастика проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин., упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки.

Технологии обучения здоровому образу жизни:

Утренняя гимнастика проводится ежедневно 6-8 мин. С музыкальным сопровождением. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.

Физкультурные занятия проводятся 3 раза в неделю по 20-25 мин. в соответствии программой, по которой работает ДОУ (традиционные, сюжетно - игровые, интегрированные, оздоровительные). Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

Проблемно-игровые ситуации. Проводится в свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом. Занятие может быть организовано незаметно для детей, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности. Возможность целенаправленного формирования основ психической саморегуляции у детей достигается через подвижные, сюжетно-ролевые игры, физкультминутки.

Самомассаж. самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребёнком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. самомассаж проводится в игровой форме ежедневно в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях.

Активный отдых (физкультурный досуг, спортивный праздник, «День здоровья»). При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более непосредственно, чем на физкультурном занятии.

Если меры по укреплению здоровья ребёнка, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и играми в домашних условиях, с учетом индивидуальности ребёнка, с использованием разнообразных игр и упражнений, у детей развиваются определенные положительные склонности и интересы.

Из всего сказанного можно сделать ещё один вывод: органичное сочетание всех здоровьесберегающих технологий в ДОУ способствует совершенствованию системы иммунной защиты ребёнка.