**Организация здоровьесберегающей деятельности в ДОО**

**в условиях реализации ФГОС дошкольного образования.**

Уважаемые коллеги, я рада приветствовать вас в нашем детском саду на семинаре-практикуме «Организация здоровьесберегающей деятельности в ДОО в условиях реализации ФГОС дошкольного образования».

В. А. Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы".

Как сформировать главную, основную, жизненно важную привычку у дошкольников – привычку к здоровому образу жизни? Найти ответ на этот вопрос мы с вами попытаемся в ходе нашего семинара-практикума, посвященного данной проблеме.

***Вопросы педагогам:***

Чтобы активно влиять на позицию ребенка по отношению к собственному здоровью, нам, педагогам, необходимо знать, прежде всего, что сам термин "здоровье" определяется неоднозначно. Само состояние здоровья формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов.

По мнению родителей здоровье – это:

Физическое, социально, духовное благополучие;

Отсутствие болезней;

Способность к полноценной жизни;

Когда мы улыбаемся

Когда ты свеж и бодр

Равновесие между внутренним и внешним миром

Здоровое питание, физические нагрузки.

Сила, красота, хорошее настроение

Активный образ жизни

Вера в себя, психологический комфорт.

Образ жизни

По мнению детей здоровье – это:

Когда болеешь потом выздоравливаешь

Когда не болеешь никогда

Когда организм кушает все здоровое.

Это полезная еда

Это когда я здороваюсь

Это ходить в детский сад, не болеть.

А по вашему мнению, что такое здоровье? Я предлагаю вам назвать, из каких компонентов складывается здоровье?

Правильный ответ: 1. Соматическое здоровье — текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития. 2. Физическое здоровье — уровень роста и развития органов и систем организма. 3. Психическое здоровье — состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

***2 вопрос. Уважаемые педагоги, как вы думаете -  От каких факторов зависит здоровье дошкольника?***

Правильный ответ: Статистика утверждает, что на 20% от наследственных факторов, на 20% - от условий внешней среды, т. е. экологии, на 10% - от деятельности системы здравоохранения, а на 50% - от самого человека, от того образа жизни, который он ведет. Если на первые 50% здоровья мы, педагоги, повлиять не можем, то другие 50% мы можем и должны дать нашим воспитанникам.

***3 вопрос.***Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни. Давайте вместе сформулируем, каким компонентам ЗОЖ следует уделять особое внимание в дошкольном возрасте?

Правильный ответ:

Занятия физкультурой, прогулки,

Рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены: закаливание, создание условий для полноценного сна

Дружелюбное отношение друг к другу, развитие умения слушать и говорить, умения отличать ложь от правды

Бережное отношение к окружающей среде, к природе

Медицинское воспитание, своевременное посещение врача, выполнение различных рекомендации, прохождение медосмотра детей ежегодно – узкими специалистами (стоматолога, хирурга, ЛОР, окулист)

Формирование понятия "не вреди себе сам"

Правильное организованная воспитательно-образовательная работа в ДОУ нередко в большей степени, чем медико-гигиенические мероприятия, обеспечивает полноценное здоровье, предупреждает развитие заболеваний ребенка на самых ранних стадиях.

Начинать необходимо с выявления тех причин, на последствия которых мы можем повлиять, не затрагивая глобальные: неблагоприятную экологию, наследственную предрасположенность и пр.

Давайте сейчас попробуем определить "Что мешает ребёнку в детском саду быть здоровыми" (воспитатели на лепестках пишут и приклеивают на доске)

По мнению ученых, причинами катастрофического состояния здоровья детей следующие:

* Раннее начало систематического обучения без учета ведущего вида деятельности;
* Недостаточная подготовка педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;
* Перенасыщение образовательного процесса;
* Стрессовые последствия авторитарной педагогики;
* Несоответствие некоторых программ и методик обучения возрастным особенностям детей;
* Несоблюдение элементарных физиолого-гигиенических требований к организации образовательного процесса;
* Недостатки в системе физического воспитания.

Давайте совместно с вами попробуем обозначить, как эти причины, отрицательно влияющие на состояние здоровья детей, возможно избежать, организуя здоровьесберегающую деятельность в ДОО в условиях реализации ФГОС дошкольного образования.

***В России сегодня здоровьесберегающая функция ДОО закреплена законодательно и активно поддерживается государством:***

* ***Закон 273 от 29 декабря 2012 г. ФЗ «Об образовании в РФ», который вступил в силу с 1 сентября 2013 года, статья 41 - Охрана здоровья обучающихся:***

1. Охрана здоровья обучающихся включает в себя:

1) оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;

2) организацию питания обучающихся;

3) определение оптимальной нагрузки, режима занятий и продолжительности каникул;

4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;

5) организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом;

6) прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации;

8) обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

9) профилактику несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

10) проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.

2. Организация охраны здоровья обучающихся (за исключением оказания первичной медико-санитарной помощи, прохождения периодических медицинских осмотров и диспансеризации) в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, осуществляется этими организациями.

3. Организацию оказания первичной медико-санитарной помощи обучающимся осуществляют органы исполнительной власти в сфере здравоохранения. Образовательная организация обязана предоставить помещение с соответствующими условиями для работы медицинских работников.

4. Организации, осуществляющие образовательную деятельность, при реализации образовательных программ создают условия для охраны здоровья обучающихся, в том числе обеспечивают:

1) текущий контроль за состоянием здоровья обучающихся;

2) проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья граждан в Российской Федерации;

***3) соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов;***

5. Для обучающихся, осваивающих основные общеобразовательные программы и нуждающихся в длительном лечении, создаются образовательные организации, в том числе санаторные, в которых проводятся необходимые лечебные, реабилитационные и оздоровительные мероприятия для таких обучающихся. Обучение таких детей, а также детей-инвалидов, которые по состоянию здоровья не могут посещать образовательные организации, может быть также организовано образовательными организациями на дому или в медицинских организациях. Основанием для организации обучения на дому или в медицинской организации являются заключение медицинской организации и в письменной форме обращение родителей (законных представителей).

6. Порядок регламентации и оформления отношений государственной и муниципальной образовательной организации и родителей (законных представителей) обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей-инвалидов в части организации обучения по основным общеобразовательным программам на дому или в медицинских организациях определяется нормативным правовым актом уполномоченного органа государственной власти субъекта Российской Федерации.

***Второй важный документ – это ФГОС дошкольного образования.***

***Давайте немного коснемся того, откуда и зачем к нам в дошкольное воспитание пришел стандарт.***

Если вспомнить историю дошкольного образования, то с 1962 года детские сады работали по одной программе. Это был единый программный документ Программа воспитания и обучения в детском саду под редакцией М А Васильевой, В В Гербовой, Т С Комаровой.

**Особенности Программы под редакцией М А Васильевой, В В Гербовой, Т С Комаровой:**

* Построена по предметному принципу.
* Разработано определенное количество занятий на каждую возрастную группу, режимы дня.
* Модель была учебная, она была совершенно официальная и в любом детском саду действовала неукоснительно
* Велся один и тот же процесс (во всех садах страны), по одному набору предметов, по одним и тем же методикам (развитие речи – Гербова, Ушакова, ФЭМП – Леушина, рисование – Комарова и т д.).
* Деятельность на занятии была определена инструктивным письмом «О максимальной нагрузке на детей».
* Т е речь шла о принципе разделенных учебных методик.
* В типовой программе был заложен перечень требований того, что должно быть в группе, реализуя данную программу. То есть принцип разделенных учебных методик должен был отражаться и в группах, отсюда мы имели жесткое зонирование – уголок природы, уголок рисования, уголок чтения и пр. И все эти уголки были насыщенны учебными пособиями по большому счету.

Вот именно так выглядел детский сад, да и сейчас большинство садов выглядит по старым принципам. Поэтому долгие годы о надобности стандарта, который бы был инструментом для отслеживания, как работает детский сад, не было и речи, необходимость такая не возникала. Потому что в Программе было все заложено, как должен выглядеть детский сад, как должна быть оснащена группа.

То есть мы имели с легкой руки Усовой А П, которая в 50-60 годы руководила дошкольным воспитанием в нашей стране и занималась модной тогда темой – умственное воспитание детей, она разработала целый ряд методических рекомендаций и ввела в обиход обязательные занятия с детьми, разработала и провела на высоком уровне методическое письмо «об обязательных занятиях в детском саду». То есть эту модель мы сами ниоткуда не взяли, нам ее вменили в 60-е годы, так как она легко, логично вписывалась в содержание Программы под редакцией М А Васильевой.

Такой вопрос возник после 1991 года, когда возник принцип полипрограммности, который был закреплен в Законе «Об образовании», а затем его подкрепили уже нормативные документы более низкого уровня – это Типовое положение о ДОУ.

Это послужило толчком для поступления на наш рынок массе программ. Почти все они были родственные Программе под редакцией М А Васильевой, В В Гербовой, Т С Комаровой – «Детство» (В.И. Логинова, Т.И. Бабаева и др.); «Из детства — в отрочество» (под ред. Т. Н. Дороновой), «Кроха» (Г.Г. Григорьева, Е.Г. Кравцова и др.); «Радуга» (под ред. Т.Н.Дороновой); «Развитие» (под ред. О.М.Дьяченко).

Но были и другие программы, которые разительно отличались от привычных нам комплексных программ Детство, Радуга, Программа воспитания и обучения в детском саду под редакцией М А Васильевой, В В Гербовой, Т С Комаровой и пр.

Они назывались рамочные программы. Они задавали вектор работы, давали в руки воспитателя такой инструмент, как технология, но были пустые внутри, а воспитатель должна была иметь в голове модель проведения образовательного процесса. Эти программы провозглашали совсем другие принципы. Оттуда и пошел принцип интеграции. Предполагалось, что воспитатель не будет проводить занятие полностью например по ФЭМП, а возьмет немного из ФЭМП, немного из развития речи, немного из изодеятельности, смикширует и вместе с детьми получившийся продукт «употребит».

Таких программ было немного. Одна из них, теперь уже известная, программа «Сообщество» (США. Программа называлась «Ранний старт» или «Опережающий старт»). Еще одна из рамочных программ это «Детский сад - дом радости» Н.М.Крылова.

Реализация таких программ предполагала, что и детский сад должен был выглядеть теперь по-другому. Не бывает так, что образовательный процесс – отдельно, а среда в группе отдельно.

Программа «Сообщество» в дальнейшем сыграла немаловажную роль в развитии дошкольного воспитания в России. От нее пошел принцип интеграции, принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса, создание центров детской активности, прием – модель трех вопросов. И соответственно, развивающая среда в группах должна была измениться. Должно было появиться в группе информационное поле, где должна отражаться тема недели, по которой работает группа. Как информационное поле должно выглядеть, это уже другой вопрос, все зависит от личности воспитателя, от ее умений, творчества, знаний. Соответственно стали повышаться требования к личности самого воспитателя. Уже стало недостаточно просто быть добросовестным исполнителем.

Таким образом, с 1991 года детские сады стали работать по-разному. Но если взять Иркутскую область, то примерно 80 % садов так и работают по Программе воспитания и обучения в детском саду под редакцией М А Васильевой, В В Гербовой, Т С Комаровой, примерно 10 % садов – по Детству, 5 % - по Радуге, 5 % садов работают по рамочным программам «Сообщество», «Детский сад – дом радости».

Вот тогда, в 90-е годы и стал возникать вопрос о введении Стандарта. Большое значение имеет тот факт, кто в стране руководит дошкольным образованием. Потому что плохо это, или хорошо, но все изменения в стране сразу отражаются на дошкольном образовании. Руководила в стране Усова А П, мы получили в 60-е годы учебную модель и занятия. А в 90-е годы Стеркина Р Б, будучи человеком умным, грамотным, впервые попробовала создать временные примерные требования, помогающие измерить уровень качества работы детских садов, что бы привести сады, которые стали работать по разным программам к общему знаменателю.

С 1996 года система российского дошкольного образования руководствовалась Временными (примерными) требованиями к содержанию и методам воспитания и обучения, реализуемым в дошкольных образовательных учреждениях. В приказе МО РФ № 455, утверждавшем указанные требования, подчеркивался их временный, переходный характер – до введения в действие государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Временные (примерные) требования предъявлялись к содержанию и методам дошкольного образования. Содержание дошкольного образования включало 12 направлений деятельности ДОУ, как-то:

1 - взаимодействие сотрудников с детьми; 2 - физическое развитие и здоровье; 3 - речевое развитие ребенка; 4—8 - развитие в игровой, изобразительной, музыкальной, театрализованной, конструктивной деятельности; 9-10 - развитие элементарных математических, естественнонаучных представлений; 11-12 - развитие экологической культуры детей и представлений о человеке в истории и культуре.

Но уже тогда не оценивали детей, а оценивали условия, созданные в детском саду, личность воспитателя. Этот приказ лег в основу аккредитации дошкольных учреждений. Временные требования были прообразом Стандарта.

Далее, Россия для вступления в ВТО, подписывает ряд соглашений, в том числе и в области Образования – это Болонское соглашение, подписанное Путиным В В. В июне 1999 года подписали Болонскую декларацию, целью которой была гармонизация в системе высшего образования стран Европы. По сути, это добровольный процесс, в который можно включаться или нет. Данная система была разработана для того, чтобы повысить уровень престижности Европейских ВУЗов, повышая роль университетов в развитии культурных ценностей граждан. Таким образом, ВУЗы, которые работают в контексте данной системы, являются конкурентными, а специалисты, которые получали образование в Болонском процессе, считаются более перспективными и у них выше шансы на трудоустройство. Дипломы, которые были получены в ВУЗах, где работает данная система, позволят трудоустраиваться и развиваться в странах Европы. В 2003 году Россия вошла в число участников Болонского процесса. Теперь студенты ВУЗов имеют возможность обучаться до степени «бакалавра» и «магистра» с правом продолжать свое обучение в странах Европы. Так же по Болонскому соглашения Россия должна была подвести дошкольное образование к общему образованию.

У нас в стране с 1917 года дошкольное образование носило всегда рекомендательный характер. В декрете 1917 года прописано о доступности и бесплатности дошкольного образования. Да и сейчас оно носит рекомендательный характер, даже подписав Болонское соглашение, чем отличаемся от стран Евросоюза, куда наша страна так стремилась (где дошкольное образование с 3ех лет обязательное). В нашей стране гарантированно обеспечить всех детей местом в детском саду и финансировать в других масштабах пока невозможно, поэтому, с 1 сентября 2013 года в соответствии с Законом «Об образовании в Российской Федерации» - дошкольное образование стало 1ым уровнем общего образования, но по-прежнему осталось на рекомендательном уровне.

64 статья п 3 Закона «Об образовании в Российской Федерации» гарантирует родителям (законным представителям) несовершеннолетних обучающихся, обеспечивающие получение детьми дошкольного образования в форме семейного образования, получение методической, психолого-педагогической, диагностической и консультативной помощи без взимания платы, в том числе в дошкольных образовательных организациях и общеобразовательных организациях, если в них созданы соответствующие консультационные центры. Обеспечение предоставления таких видов помощи осуществляется органами государственной власти субъектов Российской Федерации. То есть такой пункт по закону должен быть организован, где должны быть специалисты, получающие от государства зарплату, и любой родитель может туда прийти и получить бесплатную консультацию по воспитанию ребенка.

Как только стало известно о подготовке нового Закона «Об образовании в Российской Федерации», была создана бригада под руководством Фединой Н В для разработки Федеральных Государственных Требований.

Дошкольное образование получило из ФГТ: построение образовательного процесса с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей; основываясь на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса; предусматривая решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования. Предполагалось построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

Были разработаны требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования, к условиям реализации программы. Но авторы не взяли на себя ответственность – разработать требования к результатам освоения программы, остановившись лишь на разработке интегративных качеств в количестве 9.

Но в 2013 году ФГТ отменяют, на смену ему вступает в силу Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования". Причем ввелся ФГОС ДО с долей лукавства, так как обещали вводить ФГОС постепенно. Директор ФГАУ «ФИРО» А.Г. Асмолов, один из разработчиков ФГОС ДО, говорил о том, «что бы дошкольные работники не боялись коллективного изнасилования в виде неожиданного и повсеместного введения Стандарта. Будут обозначены пилотные территории, которые долгое время будут апробировать стандарт, накопится материал, который будет обработан специалистами». И только после этого планировали запустить стандарт. Но с 1 января 2014 года ФГОС ДО вменили всем без переходного периода.

Во ФГОС ДО практически нет ничего о построении образовательного процесса, так как предполагалось, что вслед за приказом выйдут примерные образовательные программы, а к каждой программе свой УМК, свое построение образовательного процесса. А поскольку этот процесс затянулся, мы с вами остались со ФГОСом, но без программ и теряемся, как правильно организовать образовательный процесс. Этот момент очень сильно дезориентирует воспитателей, системность построения процесса пока утрачена.

Однако, воспитательно-образовательный процесс в современной дошкольной образовательной организации возможно спроектировать и организовать на основании нормативно-правовых и инструктивных документов.

При этом следует учитывать, что основная психо-дидактическая технология, заложенная в основу ФГОС дошкольного образования – это развивающее взаимодействие взрослых и детей.

При этом педагоги ДОО не могут забывать, что использование учебной модели при организации образовательного процесса в ДОО с введением ФГОС дошкольного образования совершенно исключено, так как введенной ФГОС типологией видов детской деятельности учебная деятельность детей не предусматривается.

Различия процесса обучения в детском саду, организованного в виде учебной деятельности и через организацию детских видов деятельности

|  |  |
| --- | --- |
| в виде учебной деятельности | через организацию детских видов деятельности |
| 1. Ребенок - объект формирующих педагогических воз­действий взрослого человека. Взрослый - главный. Он руководит и управляет ребенком | 1. Ребенок и взрослый - оба субъекты взаимодействия. Они равны по значимости. Каждый в равной степени це­нен. |
| 2. Активность взрослого выше, чем активность ребенка, в том числе и речевая (взрослый "много" говорит) | 2. Активность ребенка по крайней мере не меньше, чем активность взрослого |
| 3. Основная деятельность - учебная. Главный результат учебной деятельности - решение какой-либо учебной задачи, поставленной перед детьми взрослым. Цель - знания, умения и навыки детей. Актив­ность детей нужна для достижения этой цели | 3. Основная деятельность - это так называемые детские виды деятельности.  "Ребенок должен быть активен. Но при этом важно, что­бы его активность не была беспорядочной, хаотичной, а оформлялась во вполне определенные, присущие до­школьнику виды деятельности... общение, игра, пред­метная деятельность, конструирование, изобразитель­ная деятельность, элементарная трудовая деятельность"¹.  "Сам процесс их выполнения и итоги прежде всего ра­дуют самих детей и окружающих взрослых, не имея при этом каких-либо жестких норм и правил"².  Цель - подлинная активность (деятельность) детей, а освоение знаний, умений и навыков - побочный эффект этой активности |
| 4. Основная модель организации образовательного про­цесса - учебная | 4. Основная модель организации образовательного про­цесса - совместная деятельность взрослого и ребенка |
| 5. Основная форма работы с детьми - занятие | 5. Основные формы работы с детьми - рассматривание, наблюдение, беседы, разговоры, экспериментирование и исследования, коллекционирование, чтение, реализация проектов, мастерская и т. д. |
| 6. Применяются в основном так называемые пря­мые методы обучения (при частичном использовании опосредованных) | 6. Применяются в основном так называемые опосредо­анные методы обучения (при частичном использовании прямых) |
| 7. Мотивы обучения на занятии, как правило, не связаны с интересом детей к самой учебной деятельности. "Удерживает" детей на занятии авторитет взрослого. Именно поэтому педагогам зачастую приходится "украшать" за­нятие наглядностью, игровыми приемами, персонажами, чтобы облечь учебный процесс в привлекательную для дошкольников форму. Но ведь "подлинная цель взросло­го - вовсе не поиграть, а использовать игрушку для моти­вации освоения непривлекательных для детей предмет­ных знаний" | 7. Мотивы обучения, осуществляемого как организация детских видов деятельности, связаны в первую очередь с интересом детей к этим видам деятельности |
| 8. Все дети обязательно должны присутствовать на занятии | 8. Допускаются так называемые свободные "вход" и "вы­ход" детей, что вовсе не предполагает провозглашения анархии в детском саду. Уважая ребенка, его состояние, настроение, предпочтения и интересы, взрослый обязан предоставить ему возможность выбора - участвовать или не участвовать вместе с другими детьми в совместном деле, но при этом вправе потребовать такого же уважения и к участникам этого совместного дела |
| 9. Образовательный процесс в значительной степени регламентирован. Главное для взрослого - двигаться по заранее намеченному плану, программе. Педагог часто опирается на подготовленный конспект занятия, в ко­тором расписаны реплики и вопросы взрослого, ответы детей | 9. Образовательный процесс предполагает внесение из­енений (коррективов) в планы, программы с учетом потребностей и интересов детей. Конспекты могут ис­пользоваться частично, для заимствования фактического материала (например, интересных сведений о компози­торах, писателях, художниках и их произведениях), от­дельных методов и приемов и др., но не как "готовый об­разец" образовательного процесса |

При конструировании оптимальной модели образовательного процесса с учетом ФГОС следует учитывать основные особенности существующих моделей-прототипов организации образовательного процесса (учебной, комплексно-тематической, предметно-средовой) – их слабые и сильные стороны. Возможно использование положительных характеристик предметно-средовой и комплексно-тематической моделей:

* Ненавязчивая позиция взрослого;
* Использование разнообразных видов детской деятельности;
* Обращение к детской активности и создание содержательно-смыслового поля, которое позволяет избежать резкого разделения времени, которое ребенок проводит в детском саду на учебное и время присмотра;
* Использование приемов, повышающих детскую активность;
* Возможность свободного выбора предметного материала детьми.

В настоящее время в образовательном процессе выделяется два основных блока:

* совместная партнерская деятельность взрослого с детьми;
* свободная самостоятельная деятельность детей.

***Основные тезисы организации партнерской деятельности взрослого с детьми (Н.А. Короткова):***

* включенность воспитателя в деятельность наравне с детьми;
* добровольное присоединение детей к деятельности (без психологического и дисциплинарного принуждения);
* свободное общение и перемещение детей во время деятельности (главное условие для этого – соответствующая организация рабочего пространства);
* открытый временной конец занятия (каждый ребенок работает в своем темпе)

При этом следует опираться и на п. 2.7. ФГОС, где говорится, что «конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возраста детей, определяется целями и задачами Программы и может реализовываться в различных ведущих видах деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка) - возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития), которая уточняется в пункте 2.7

Таким образом, при организации образовательного подхода следует учитывать один из основных принципов организации взаимодействия с детьми – деятельностный подход, то есть из предложенных ФГОС возрастной периодизации и типологии видов детской деятельности задача воспитателя отобрать адекватные возрасту детей виды детской деятельности и на их основе организовать развивающее взаимодействие с воспитанниками.

Цель ФГОС ДО – воспитать социализированного индивида, который выйдет в общество и легко там адаптируется, легко найдет свое место в жизни, со всеми договорится. Поэтому во время образовательного процесса важно сформировать компетентности у ребенка (ребенок любознательный, активный, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения и пр.)

Принципы во ФГОС ДО – совместное сотрудничество детей и взрослых и признание ребенка полноценным субъектом образовательного процесса (партнерская деятельность). Воспитатель обязана поставить ребенка в центр процесса и установить с ним партнерские взаимоотношения. Введен термин «образовательные отношения» со всеми субъектами образовательного процесса – родители, дети, педагоги ДОУ.

При организации образовательного процесса в группе воспитатель ориентируется на решение образовательных задач пяти образовательных областей:

1. социально-коммуникативное развитие;
2. познавательное развитие;
3. речевое развитие;
4. художественно-эстетическое развитие;
5. физическое развитие.

***Давайте сегодня попробуем разобраться, так как же все таки реализовывать в детском саду содержание образовательной области «Физическое развитие»?***

Пункт 1.6. Стандарта направлен на решение следующих задач:

1) охрана и укрепления физического и психического здоровья детей**, в том числе их эмоционального благополучия;**

**6) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни…**

**В пункте 2.6. ФГОС ДО прописывается, что:**

Физическое развитие включает 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 также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением ***основных движений*** (ходьба, бег, мягкие 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 нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

***Рассмотрим составляющие компоненты***

***области Физическое развитие немного поподробнее:***

Переутомление нервной системы отрицательно сказывается на развитии ребенка, его здоровье и поведении. Следовательно, важно предупредить возникающее утомление, своевременно обнаружить первые его признаки и как можно быстрее снять их.

Основные признаки утомления (по Н. Аксариной):

1.нарушение недавно сформированных умений;

2.нарушение координации мелких движений, замедленность их;

3.длительные отвлечения;

4.примитивные манипуляции (накладывание, постукивание, бросание предметов и др.);

5.появление ранее существовавших, но уже изжитых автоматических движений, например, сосание пальцев, раскачивание;

6.повышенная раздражительность;

7.зевота.

Исследования показывают, что первые признаки утомления появляются у детей средней группы на 7–9-й минуте занятия, старшей – на 10–12-й, подготовительной к школе – 12–14-й (Н.Терехова, М.Антропова и др.). Эффективным средством предупреждения утомления, улучшения общего состояния являются физические упражнения. Под их влиянием увеличивается количество импульсов, поступающих из двигательного, вестибулярного и других анализаторов. Более интенсивно работают железы внутренней секреции, что приводит к возбуждению нервной системы, повышению ее работоспособности. Одновременно происходит восстановление функций тех центров, которые находились в активном состоянии при умственной работе. Физические упражнения особенно повышают последующую работоспособность при сложной умственной деятельности.

***Двигательная активность*** - биологическая потребность организма, от удовлетворения которой зависит здоровье детей, их физическое и общее развитие. Двигательная активность является производной не только от индивидуальных особенностей детей, но и от двигательного режима, который установлен в детском учреждении и дома.

Потребность детей дошкольного возраста в двигательной активности достаточно высока, но не всегда она реализуется на должном уровне. В настоящее время дети все больше времени проводят за компьютерными играми, конструированием, просмотром телепередач. Все больше ограничивается самостоятельная двигательная активность детей как в семье, так и в детском саду, т.к. увеличивается продолжительность образовательных занятий с преобладанием статических поз.

Повышение двигательной активности в течение дня способствует удовлетворению потребностей ребенка в движении. ***Это условие требует от педагога детальной продуманности, четкой организации режима детей:***

- чередование активной и пассивной деятельности;

- увеличение общей и моторной плотности всех форм физического воспитания;

- использование организованных, индивидуальных, самостоятельных занятий по физическому воспитанию.

***Как оценивается двигательная активность детей:***

С помощью механического или электронного шагомера, прикрепленного к ребенку.

Воспитатель может достаточно объективно оценить подвижность ребенка, наблюдая за ним в часы самостоятельной деятельности и на занятиях, в том числе не связанных с физкультурой.

**Чрезмерно подвижный ребенок** неусидчив на занятиях умственного характера, всегда ищет дополнительные движения на физкультурных занятиях; выбирает для игр игрушки, требующие быстрых движений; часто наблюдается бессознательные показатели основных движений на уровне средних и ниже средних.

***Малоподвижный ребенок*** в движениях не уверен, его трудно вовлечь в общую подвижность игры, в сюжетно ролевых играх чаще сидит с игрушкой; робок в общении со сверстниками; малоактивен на всех занятиях. Малая подвижность-фактор риска для ребенка. Она объясняется отсутствием в группе условий для движений, неблагоприятными психологическим климатом, слабыми двигательными умениями или нездоровьем.

***Поведение детей средней подвижности*** плавное и спокойное, подвижность их равномерна на протяжении всего дня. Движения их обычно достаточно развиты, уверенные, целенаправленные, четкие. Их двигательная активность саморегулируема, не требует особого внимания взрослых.

***Работа с гиперактивными детьми.***

  Гиперактивные дети импульсивны, чрезмерно возбудимы, они не умеют сдерживать свои желания, управлять своим поведением. Им свойственны двигательная расторможенность, суетливость, несдержанность и раздражительность.

Особенности поведения таких детей  свидетельствуют о недостаточно сформированных регулятивных механизмов психики и прежде всего самоконтроля произвольного поведения.

Основное направление коррекции эмоционально-аффективного поведения гиперактивных детей состоит в изменении характера их двигательной деятельности.

Для реализации этой задачи используются следующие методы.

1. Наблюдение за поведением детей в различных видах двигательной деятельности в условиях дошкольного учреждения  
2.  Беседа с воспитателями об особенностях поведения детей во время физкультурных занятий и подвижных игр.  
3.  Комплексная оценка двигательной активности каждого ребенка в определенные режимные моменты  
4.  Работа с родителями.  
5.  Организация контрольных двигательных заданий.  
***Работа с гиперактивными детьми осуществляется в двух направлениях:***

* Первое направление – ежедневная работа по развитию движений и самоконтроля поведения детей во время прогулок, используются двигательные упражнения в игровой форме индивидуально или с небольшой подгруппой.
* Игры упражнения направлены на развитие внимания и координации у детей. Подробно объясняются правила и показывается каждое движение. В процессе усвоения правил и содержания игры дети должны действовать по инструкции взрослого и под его наблюдением.

Второе направление - работа с семьей, которая включает индивидуальные консультации, беседы, игровые упражнения различной направленности и др.

В условиях детского сада  педагог  должен опираться   на   когнитивное  развитие ребенка:

· строить работу с гиперактивным ребенком индивидуально. Он всегда должен находиться перед глазами воспитателя;

·     предоставить ребенку возможность обращаться за помощью в случае любого затруднения;

· чаще хвалить;

·  избегать завышенных или заниженных требований;

·  использовать на занятиях элементы игры и соревнования;

·  давать задания в соответствии с возможностями ребенка;

·  большие задания разбивать на последовательные части, контролируя каждое;

·  создавать ситуации, в которых гиперактивный ребенок может показать свои сильные стороны;

·  игнорировать негативные поступки и поощрять позитивные;

·  строить процесс воспитания на положительных эмоциях;

·  помнить, что с ребенком необходимо договариваться, а не стараться сломить его!

·  терпеливо обучать необходимым социальным нормам и навыкам общения;

·  профессионально регулировать взаимоотношения с другими детьми.

Гиперактивность - это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и психологический диагноз, который может быть поставлен:

1) специалистами;

2) по достижении ребенком возраста 8 лет;

3) по результатам специальной диагностики и наблюдения за ребенком в течение 6 месяцев.

Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями. Гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми он самостоятельно не может. Дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а скорее ухудшат его.  
Эффективные результаты коррекции достигаются при оптимальном сочетании медикаментозных, психологических и педагогических методов, один из которых –упражнения, игры, и другие психотерапевтические средства. 

***Воспитателю так же следует обратить внимание на малоподвижных детей.***

***Что отличает малоподвижных детей?***

Организм малоподвижных детей наиболее уязвим. Их характеризует общая вялость, пассивность, они быстрее других устают. В противоположность подвижным детям, умеющим найти пространство для игр, они стараются уйти в сторону, чтобы никому не мешать, выбирают деятельность не требующих активных движений. Они робки в общении, не уверены в себе, не любят игры с движениями.

Малая подвижность – фактор риска для ребенка, она объясняется, как правило, его нездоровьем, отсутствием условий для движений, неблагоприятным психологическим климатом, слабыми двигательными умениями или тем, что ребенок уже приучен к малоподвижному образу жизни.

***Какие методы используются для коррекции ДА детей малой подвижности?***

Выбор методов определяется задачами воспитания. У малоподвижных детей следует воспитывать интерес к движениям, потребность в подвижных видах деятельности. Особое внимание уделяется развитию основных движений, отличающихся особой интенсивностью, - бегу, прыжкам и т.д. Малоподвижные дети вовлекаются в активную двигательную деятельность на протяжении всего дня. Эта деятельность должна быть для детей непринужденной, интересной.

Не нужно бояться, что дети утомятся, этого не произойдет, если обеспечить условия для разнообразных движений в различных видах деятельности: физкультурной, игровой, трудовой. Полезно помнить наставления физиологов: дети не устают, если часто меняют движения, их темп, амплитуду, место выполнения. Такое переключение для детей естественный активный отдых.

Разнообразная двигательная деятельность не только не утомляет ребенка, наоборот – снимает утомление, активизирует память, мышление, все психические процессы.

***Как можно использовать бесконечные «почему?»***

***в двигательном развитии детей 4-5 лет?***

Удивительный мир детей - «почемучек» требует такой системы формирования ДА, в которой естественное место заняли бы детские вопросы. Для этого нужно продумать специальные ситуации, где предметно-игровая среда помогает ребенку ответить действием на вопрос взрослого, а затем научиться задавать вопросы сверстникам.

Пусть дети пробуют отгадать двигательные загадки:

для какого движения какая подходит дорожка (построить узкую, широкую, извилистую, наклонную и т.д. дорожки; мостик узкий и широкий, прочный и качающийся), и проверить движением;

как построить такую дорожку, когда для ходьбы потребуется помощь товарища;

какие предметы можно использовать для того, чтобы перейти «болото»;

если 2-4 детей построят каждый свою дорожку, то сколько будет всего дорожек? Как интереснее ходить: по одинаковым дорожкам или по-разным;

при ходьбе по дорожке что может делать язычок (петь, считать, щелкать) туловище, глаза;

какие «ворота» можно построить «из себя» (стать ноги врозь, на четвереньки, «мостик»), чтобы прокатить мяч;

может ли воздушный шарик прокатиться по наклонной дорожке до конца;

какой мяч (тяжелый или легкий) дальше покатиться по наклонной дорожке? Покатится ли кубик, кегля, мешочек с песком?

***Игры для детей с синдромом дефицита внимания  и  гиперактивностью***

***1.     «Передай хорошее  настроение» игра-разминка.***Цель: создать положительный эмоциональный настрой.  
***2.     «Считалочки-бормоталочки».***Цель: развитие произвольности психических процессов, внимания.

По просьбе педагога дети повторяют фразу: «Идет - бычок - качается». В первый раз произносят вслух все три слова, во второй раз вслух только «идет - бычок», а слово «качается» про себя, хлопая при этом один раз в ладоши. В третий раз вслух произносят только слово «идет», а слова «бычок - качается» про себя, сопровождая каждое слово хлопком в ладоши. В четвертый раз все три слова произносят про себя, заменяя их тремя хлопками. Итак, это будет выглядеть следующим образом:  
Вариант 1  
1.Идет - бычок - качается.  
2.Идет - бычок - хлопок.  
3.Идет - хлопок - хлопок.  
4.Хлопок - хлопок - хлопок.   
Вариант 2  
1.Ехал - грека - через - реку.  
2.Ехал - грека - через - хлопок.  
3.Ехал - грека - хлопок - хлопок.  
4.Ехал - хлопок - хлопок - хлопок.  
5.Хлопок - хлопок - хлопок - хлопок.  
Вариант 3  
1.Подарил - утенку - ежик - пару - кожаных - сапожек.  
2.Подарил - утенку - ежик - пару - кожаных - хлопок.  
3.Подарил - утенку - ежик - пару -хлопок - хлопок.  
4.Подарил - утенку - ежик - хлопок -хлопок - хлопок.  
5.Подарил - утенку - хлопок - хлопок -хлопок - хлопок.  
6.Подарил - хлопок - хлопок - хлопок -хлопок - хлопок.  
7.Хлопок - хлопок - хлопок - хлопок -хлопок - хлопок.  
   
***3.« Будь внимательным».***

Цель: развитие внимания, памяти, формирование самоконтроля двигательной активности.   
Взрослый предлагает детям показать разные движения – упражнения.  
После показа  упражнения дети все его повторяют, после показа второго упражнения, дети его запоминают и повторяют сначала первое, затем второе и т.д. до 8-10 движений. Затем взрослый предлагает вспомнить и показать в разброс 5, 8, 4.

***4.«Чужие колени или ладошки».***

Цель: развитие концентрации внимания, сосредоточенности, взаимоконтроля деятельности.  
 Дети, сидя на стульях, образуют тесный круг. Каждый участник должен положить свои руки на колени соседей, т.е. правую руку на левое колено соседа справа, левую - на правое колено соседа слева. В результате на коленях у каждого участника оказываются руки его соседей по кругу. Разобравшись с этим условием, можно приступать к выполнению упражнения, суть которого заключается в том, чтобы руки хлопали по коленям соседей последовательно, не обгоняя друг друга. Задание не такое простое, как кажется, поскольку все руки покоятся на чужих коленях и нужно внимательно следить, когда очередь дойдет до собственной руки, а не до собственного колена. Упражнение требует постоянной сосредоточенности. Как только сосредоточенность снижается, участник ошибается. Тот, кто ошибся, убирает руку, которой была совершена ошибка. 

***5. «Встреча»***

Цель. Снять мышечное напряжение, развивать умение переключать внимание.  
Дети по сигналу ведущего начинают хаотично передвигаться по комнате и здороваться со всеми, кто встречается на их пути (возможно, кто-либо из детей захочет поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом: один хлопок -здороваемся за руку; два - здороваемся плечами; три хлопка - здороваемся спинами.  
Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре помогает избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

***6. «Запомни и повтори».***

Цель: развитие внимания, визуальной памяти.  
 На полу в произвольном порядке разложены различные предметы. Взрослый на несколько минут раздаёт детям карточки с изображением двух-трех предметов ( кубик, мяч, кольцо), затем собирает их. Звучит сигнал: дети произвольно двигаются по комнате, затем, продолжая двигаться выполняют задания:  
  собери предметы, которые ты видел на карточке.  
      собери предметы в том порядке в котором они были изображены на карточке.

***7.«Развивающие кубики».***

Цель: развитие внимания, памяти, комбинаторные способности, логическое мышление, пространственное представление и воображение.  
Предлагается детям собрать из кубиков различные фигуры, постройки. Взрослый может использовать подсказку в виде крупной картинки, несли задание не трудное, то может показать только на своем примере.  
Это малоподвижные игры, направлены на развитие произвольности психических процессов. в тоже время в этих играх решается задача взаимоконтроля деятельности.   
   
***8. «Кричалки - шепталки -молчалки» (И.В. Шевцова)***

Цель. Развивать наблюдательность, умение действовать по правилу, волевую регуляцию.  
Из разноцветного картона надо сделать три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь, «кричалку», можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь, «шепталка», означает, что можно тихо передвигаться и шептаться; синяя ладонь, «молчалка», призывает детей замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалками».

***9. «Колпак мой треугольный»***

Цель. Научить концентрировать внимание, способствовать осознанию ребенком своего тела, научить управлять движениями и контролировать свое поведение.  
Играющие сидят в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, мой треугольный колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак». После этого фраза повторяется снова, но дети, которым выпадет говорить слово «колпак», заменяют его жестом (например, два легких хлопка ладошкой по своей голове). В следующий раз уже заменяются два слова: «колпак» и «мой» (показать рукой на себя). В каждом последующем кругу играющие про­износят на одно слово меньше, а «показывают» на одно больше. В завершающем повторе дети изображают жестами уже всю фразу.  
Если такая длинная фраза трудна для воспроизведения, ее можно сократить.

***10. «Ласковые лапки» (И.В. Шевцова)***

Цель. Снять напряжение, мышечные зажимы, снизить агрессивность, развивать чувственное восприятие, гармонизировать отношения между ребенком и взрослым.  
Взрослый подбирает шесть-семь мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д., выкладывает их на стол. Ребенку воспитатель предлагает оголить руку по локоть, объясняет, что по ней будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасался к руке, -отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.  
Варианты игры: «зверек» может прикасаться к щеке, колену, ладони; можно поменяться с ребенком местами.

Первое место в двигательном режиме детей принадлежит физкультурно – оздоровительным мероприятиям:

- утренняя гимнастика

- гимнастика после дневного сна

- подвижные игры и физические упражнения во время прогулок

- физкультминутки на занятиях с умственной нагрузкой

Второе место в двигательном режиме детей занимают учебные занятия по физической культуре – как основная форма обучения двигательным навыкам и развития оптимальной ДА детей.

Третье место отводится самостоятельной двигательной деятельности, возникающей по инициативе детей. При этом необходимо, чтобы в распоряжении детей были пособия, стимулирующие разнообразную двигательную активность. Физкультурный уголок с набором спортивного инвентаря (мячи, обручи, мешочки, шнуры, канаты, ленты, платочки, ребристая доска и т.д.), шапочки для подвижных игр, коврики для профилактики плоскостопия, дорожка здоровья.

Необходимо целесообразное оснащение групповых участков оборудованием и выносным оборудованием (cкакалки, футбольные и баскетбольные мячи, самокаты, мешочки для метания на дальность). Размещение его должно способствовать двигательной активности детей, а его подбор — поддерживать у детей интерес к разным видам движений. В повседневной жизни следует предоставлять детям больше самостоятельности, не стеснять инициативу, стремление к двигательному творчеству. Желательно участие воспитателя в играх: личный пример взрослого повышает у детей интерес к двигательной деятельности, позволяет педагогу ненавязчиво следить за всей группой детей и направлять деятельность каждого ребёнка.

Что касается развития основных движений, в системе физического вос­питания детей дошкольного возраста оно имеет большое значение (ходьба, бег, мета­ния, прыжки, лазание и др.) Они характерны для повсе­дневной трудовой деятельности человека и являются важ­ным средством физического воспитания.

Систематическое выполнение основных движений оказывает положительное влияние на всестороннее физическое развитие ребенка, улучшает работу сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, укрепляет мышцы и опор­но-двигательный аппарат, развивает такие физические качества, как быстрота, ловкость, сила, выносливость и др.

Довольно часто можно встретить взрослых людей, у кото­рых отсутствует элементарная культура движений: поход­ка их некрасива, идут они вразвалку, часто сутулятся, шаркают ногами и слишком широко размахивают рука­ми. Если приходится перепрыгнуть через канавку или не­широкую лужу, они теряются, чувствуют себя скованно. Очевидно, что еще в дошкольный период родители не об­ращали должного внимания на такие, по их мнению, ме­лочи.

Многочисленными исследованиями доказано, что ста­новление навыков в жизненно важных движениях наибо­лее эффективно происходит в дошкольный период жизни человека. Если этого не произошло, то в школьные годы обучение   детей   основным   движениям   растягивается   на более длительное время.

***Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта:***

Практика показывает, что дети дошкольного возраста с большим удовольствием занимаются физкультурой и началами различных видов спорта. Большой интерес у них вызывают спортивные игры – баскетбол, футбол, волейбол, настольный теннис, бадминтон, хоккей и др. Эффективность этих мероприятий зависит от того, насколько естественны и адекватны условия жизнедеятельности ребенка в дошкольном образовательном учреждении закономерностям формирования его организма. Условия детского сада на данный момент не в полном объеме соответствуют возрастным потребностям роста и развития ребенка, и обеспечивают его гармоничное развитие.

Однако, как показывает практика, реальный уровень представление об играх с элементами спорта не соответствует программным требованиям и возрастным возможностям детей старшего дошкольного возраста, больше половины старших дошкольников не знакомы с элементами таких интересных и увлекательных игр, как городки, настольный теннис, бадминтон, баскетбол и другие, и не владеют ими.

Даже взрослому порой непросто разобраться во всем разнообразии видов спорта. Сейчас, когда в России прошла зимняя Олимпиада в Сочи – 2014, вопрос становится актуальным. Необходимо, чтобы дети понимали, что представляет собой тот или иной вид спорта, какой спортивный инвентарь нужен для того, чтобы им заниматься, где можно ему обучиться и т.д.

***Проведенный анализ и выявленные недостатки в результатах показывают, что существует ряд проблем:***

* недостаточно представлений о различных видах спорта;
* аспекты обучения элементам спортивных игр, построенного с учетом разного уровня развития и исходных данных физического состояния каждого ребенка;
* не выполняется реальный объем двигательной активности детей в течение дня (спортивные игры, праздники о спорте).

Недостатки в основном процессе:

* отсутствие целенаправленного подхода к организации обучения;
* недостаточного уровня теоретической и практической подготовки воспитателей.

Недостатки в условиях:

* отсутствие обоснованных форм, методов и приемов дифференцированного руководства процессом развития двигательных способностей;
* в слабой организации предметной развивающей среды.

Таким образом, исходя из вышеперечисленных проблем, следует отметить, что у детей не сформированы представления о некоторых видах спорта, детям дошкольного возраста не предоставляется возможность проявить свои способности, умения, разнообразно использовать свой двигательный опыт. В связи с чем, обусловлена необходимость пристального внимания к вопросу формирования у них положительного отношения к спорту.

В настоящее время, когда вступили в силу Федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного образования (ФГОС ДО), актуализируются вопросы поиска нового содержания, форм и методов воспитательно - образовательного процесса в детском саду, нацеленного на формирование ребенка как личности, готовой к жизни в меняющемся мире.

***Обучая детей элементами спортивных игр, должны решаться следующие задачи:***

* Формировать начальные представления о некоторых видах спорта;
* Формировать у дошкольников устойчивый интерес к играм с элементами спорта, спортивными упражнениями, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
* Обогащать двигательный опыт дошкольников новыми двигательными действиями (баскетбол – бросок мяча, забрасывание в кольцо, футбол – отбивание мяча ногой и т.п.);
* Учить правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
* Воспитывать положительные морально – волевые качества в спортивных играх;
* Формировать привычку к здоровому образу жизни.

***Реализация данного направления обеспечивается:***

* направленностью воспитательно-образовательного процесса на формирование первичных представлений о некоторых видах спорта;
* комплексом мероприятий в режиме дня в зависимости от времени года (утренняя гимнастика «Мы любим волейбол», физкультурные занятия «На старт, внимание марш!», прогулка);
* формированием подходов к взаимодействию с семьей и развитием социального партнерства. Консультации для родителей: «Использование здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовательном учреждении», «Спортивные подвижные игры на прогулке».

***Образовательный процесс:***

* Беседы: «Если хочешь быть здоров», «Я здоровье берегу – сам себе помогу», «История развития спорта»;
* Спортивные развлечения: «Если хочешь быть здоров», «В гостях у олимпийцев», «Играем, прыгаем, смеемся!»;
* Спартакиады: «Осенний марафон», «Путешествие в Спортландию», «Зимняя спартакиада»;
* Совместные развлечения детей и родителей: «Зимушка - зима», «Хороши пловцы – наши малыши», «Мы – спортсмены»;
* Фоторепортажи «Физкультурой занимайся»;
* Семинары: «Развитие у детей физических и волевых качеств в зимних видах спорта»; «Средства укрепления психофизического здоровья детей старшего дошкольного возраста»;
* Мастер – класс для воспитателей: «Использование спортивных игр и упражнений на прогулке».

***Овладение подвижными играми с правилами:***

На подвижных играх мы также сильно останавливаться не будем в связи с изученностью вопроса и систематическим применением п/и в практике детских садов.

Основными задачами проведения подвижных игр являются:

- дальнейшее расширение двигательного опыта детей, обогащение его новыми, более сложными движениями;

- совершенствование, имеющихся у детей навыков с основных видах движений, путем применения их в изменяющихся игровых ситуациях;

- развитие двигательных качеств: быстроты, выносливости, ловкости;

- воспитание самостоятельности, активности, положительных взаимоотношений со сверстниками.

При проведении подвижных организованных игр очень важна роль воспитателя, которому необходимо не только знать правила игры, но и умело руководить ее процессом, чтобы осуществить цели, поставленные в игре. Очень важно пользоваться так называемыми сигнальными словами, диктующими то или иное действие. Их надо произносить четко, требовательно, несколько громче остальных и выделять предварительно паузой.

***Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере:***

Двигательный анализатор имеет обширные связи со всеми структурами центральной нервной системы, принимает участие в их деятельности и имеет огромное значение в развитии функций мозга. Нормальное сенсомоторное развитие составляет фундамент всего психического развития ребенка и является тем базисом, над которым надстраивается вся совокупность высших психических функций.

Для повышения эффективности в становлении целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере во всех формах работы с детьми (на занятиях, утренней гимнастике, при организации подвижных игр и эстафет) предлагается использовать карточки - схемы со схематичным изображением общеразвивающих упражнений, основных видов движений, подвижных игр.

Работа с карточками позволяет детям использовать накопленный двигательный опыт в самостоятельной деятельности, учит организовывать соревнования со сверстниками, подчиняться правилам. Критерием подготовки детей к самостоятельной организации двигательного досуга является их умение выполнять игровые движения, схематично обозначенные на специальных карточках

**Использование схем-карточек при проведении утренней гимнастики**

Наряду с традиционной утренней гимнастикой мы предлагаем использовать в практике с детьми дошкольного возраста карточки-схемы. Можно использовать следующие способы:

- Разметили беговую дорожку. Разделили её на несколько этапов. Чтобы повысить активность, заинтересованность дошкольников, на каждом отрезке дорожки поставили картинки-подсказки. На них изобразили животных, выполняющих определённые движения. Например: на отрезке *ходьба на носках*показана лиса, на отрезке *прыжки*- заяц, на отрезке *бег*– лошадка. Дети заранее ознакомлены с персонажами-животными, знают какой вид движения надо выполнять.

Карточки-схемы для проведения гимнастики с целью развития общефизической подготовки. Ребёнок получает или выбирает карточку с изображением одного или двух снарядов или пособий. Например: ходьба, бег, приседания, прыжки в длину, и самостоятельно выполняют упражнения.

**Использование схем-карточек на занятиях физической культурой.**

При помощи карточек дети старшего возраста могут провести общеразвивающие упражнения на занятиях самостоятельно. Эти карточки в определённой последовательности располагаются на наборном полотне, мольберте или фланелеграфе и на протяжении всей недели находятся на видном месте. В идеале используется экран, интерактивная доска. Таким образом, каждый ребёнок старшего дошкольного возраста умеет самостоятельно воспроизводить весь комплекс, состоящий из 6 – 8 упражнений.

Такие качества, как самостоятельность, умение ориентироваться в окружающей обстановке, оценивать свои физические качества развиваются при проведении физкультурных занятий по принципу круговой тренировки. Эффективность и значимость таких занятий определяется моторной плотностью, формированием умений и навыков, развитием физических качеств, стимулированием индивидуальных особенностей, самостоятельности.

При проведении таких занятий эффективно использовать карты-схемы. Они раздаются каждому ребёнку или капитану команды. На карте схематично изображены спортивные снаряды или виды упражнений. Карточки очень помогают и при обучении основным видам движений. Если ребёнок плохо овладевает, например, прыжком в высоту способом перешагивания, то ему даётся карточка с изображением подводящего упражнения. Или же наоборот, сильный физически ребёнок получает индивидуальную карточку и работает самостоятельно.

Только здесь надо обязательно помнить правило, что при подборе упражнений для занятий не воздействовать на одну и ту же группу мышц, что вызывает ненужную утомляемость, а распределить нагрузку на разные группы мышц и вариативно менять виды деятельности.

**Использование схем-карточек во время эстафет, соревнований, подвижных игр.**

Карточки-схемы применяются не только на занятиях по принципу круговой тренировки, но и как приём в сюжетных, игровых занятиях, занятиях – соревнованиях, эстафетах.

В конце занятия или по его ходу проводятся эстафеты, подвижные игры. Дети, соединяя карточки, самостоятельно составляют вариант игры-эстафеты, самостоятельно готовят эстафету, т.е. расставляют пособия.

При проведении подвижных игр, педагоги часто пойманного игрока выводят из игры, и он пассивно стоит, наблюдая за игрой. Лучше предложить такому участнику выбрать карточку и выполнить задание (приседание или сгибание и разгибание рук, или прыжки на скакалках и т.д.). Ребёнок знает, что, выполняя простые упражнения, он становится более сильным и более ловким, это в свою очередь добавляет детям уверенности и самостоятельности, развивает умение доводить начатое дело до конца.

Опыт показывает, что самостоятельный вид деятельности является важным источником активности и саморазвития ребёнка. В результате последовательно проводимой работы по обучению умения «считывать» задание-рисунок, схему - развивается инициатива у каждого ребёнка, желание как можно лучше выполнить задание.

Самостоятельная двигательная активность является критерием степени овладения двигательными умениями и навыками. Дети должны самостоятельно и творчески использовать весь арсенал игр и упражнений, разучиваемых во время организованных видов занятий, в своей самостоятельной деятельности.

Итак, применение карточек-схем в работе инструктора по физической культуре, воспитателя способствует развитию у детей:

* устойчивого интереса к двигательной активности;
* развивает творческие способности;
* развивается самостоятельность и самоконтроль;
* помогает добиваться техничного выполнения упражнений по физической культуре;

**Правила использования (введения карточек)**

- движение (игра) должны быть знакомы (на стадии закрепления и совершенствования)

- карточка должна быть знакома, в одном стиле,

- перед работой со схемой педагог должен объяснить принцип ее использования.

**Виды схем:**

**-** схематичное изображение ОРУ,

- схематичное изображение расстановки игроков во время игры,

- схематичное изображение вида подвижной игры,

- изображение вида спортивного оборудования,

- схематичное изображение ОВД,

- схематичное изображение выполнения эстафеты.

***Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).***

Формирование у детей ответственности за индивидуальное здоровье – это педагогическая проблема, и только медицинскими средствами ее не решить.

Существуют три уровня решения задач целенаправленного приобщения детей к ценностям ЗОЖ.

Первый уровень – информационный (когнитивный), определяющий сформированность знаний в области культуры здоровья и физической культуры, которая проявляется в соответствующих высказываниях и суждениях.

Второй уровень – личностный, свидетельствующий о сформированности эмоционально положительного отношения ребенка к содержанию занятий (эмоционально – мотивационный уровень ценностного отношения). Его показатели – интерес, потребность, положительные эмоции при выполнении заданий.

Третий уровень – деятельностный, характеризующий активную включенность ребенка в деятельность по организации ЗОЖ.

Компоненты здорового образа жизни ребенка дошкольного возраста практически идентичны таковым для образа жизни любого другого возраста, однако, естественно, существуют определенные нюансы, характерные именно для возраста 2-7 лет.

***Рациональный режим дня***

Режим дня подразумевает особое распределение времени и чередование различных видов деятельности в течение дня. Соблюдение режима дает возможность наладить функционирование всех органов и систем, облегчить процесс обучения, сделать процессы работы и восстановления организма наиболее эффективными. Именно поэтому режим дня становится основой формирования здоровья с самых первых дней жизни.

  На чем должны строиться режимные мероприятия детей дошкольного возраста?

 1.На полноценном удовлетворении потребностей организма ребенка (сон, питание, движение, общение и т.п.).

2.На рациональном уходе, в том числе обеспечении чистоты.

3.На вовлечении ребенка в трудовые процессы.

4.На формировании общепринятых гигиенических навыков.

5.На эмоциональном благополучии и общении.

6.На учете индивидуальных особенностей ребенка.

#### Питание.

В связи с важностью такого компонента питания, как регулярность, в выходные и праздничные дни родителям рекомендуют придерживаться того же распорядка приема пищи, что и в дошкольном учреждении. Конечно, вполне допустимо отклонение от режима питания, обоснованное, например, выездом на природу, однако и в этом случае прием пищи лучше максимально приближать к привычному времени.

***Закаливание.***

Польза закаливающих процедур заключается в повышении сопротивляемости организма ребенка к различным инфекционным заболеваниям. Кроме того, замечено, что закаливание способствует повышению работоспособности и развитию целого комплекса компенсаторных реакций.

### *Гигиенические мероприятия и навыки.*

  Гигиенические мероприятия должны стать для дошкольника обычными и субъективно необходимыми – этого можно достичь регулярностью и возможно более ранним их введением. Однако, несмотря на все воспитательные мероприятия, стоит учитывать, что ребенок дошкольного возраста в большинстве случаев нуждается в контроле. Напоминайте ребенку о необходимости мыть руки, контролируйте его умывание, поощряйте его самостоятельность в этих вопросах.

Основные гигиенические правила для ребенка дошкольного возраста:

1.умывание и чистка зубов утром и вечером;

2.мытье рук после гуляния и перед каждым приемом пищи;

3.мытье ног и тазовой области перед сном;

4.смена нижнего белья один раз в 1-2 дня;

5.мытье всего тела и волос один раз в 5-7 дней;

6.замена постельного белья раз в 2-3 недели;

7.регулярная замена индивидуальных полотенец;

8.использование туалетной бумаги.

Мы перечислили только те моменты, которые касаются чистоты, однако в понятие гигиена входит также соблюдение гигиены зрения (освещение, правильная посадка при чтении и рисовании, ограничение просмотра телевизора), гигиена слуха (сводится преимущественно к ограничению громкости передач и музыки), требования к одежде и обуви (соответствие размера, натуральность тканей, свободный покрой) и некоторые другие показатели.

***Третий важный документ, необходимый педагогам в работе:***

***Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15 мая 2013 г. N 26.***

***Что из*** санитарно-эпидемиологических требований должен брать на вооружение воспитатель, организовывая здоровьесберегающую деятельность в детском саду:

XI. Требования к приему детей в дошкольные образовательные организации, режиму дня и организации воспитательно-образовательного процесса

11.1. Прием детей, впервые поступающих в дошкольные образовательные организации, осуществляется на основании медицинского заключения.

11.2. Ежедневный утренний прием детей проводится воспитателями и (или) медицинскими работниками, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. По показаниям (при наличии катаральных явлений, явлений интоксикации) ребенку проводится термометрия. Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в дошкольные образовательные организации не принимаются; заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в помещениях медицинского блока) до прихода родителей или их госпитализации в лечебно-профилактическую организацию с информированием родителей.

11.3. После перенесенного заболевания, а также отсутствия более 5 дней (за исключением выходных и праздничных дней) детей принимают в дошкольные образовательные организации только при наличии справки с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии [контакт](http://xn----etbdbxf0aacqne0a.xn--p1ai/kontakts)а с инфекционными больными.

11.4. Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

11.5. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

11.6. Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

11.7. При организации режима пребывания детей в дошкольных образовательных организациях (группах) более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3 - 4 часа и дневной сон; при организации режима пребывания детей до 5 часов - организуется однократный прием пищи.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Для детей от 1 года до 1,5 года дневной сон организуют дважды в первую и вторую половину дня общей продолжительностью до 3,5 часов. Оптимальным является организация дневного сна на воздухе (веранды). Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.

11.8. На самостоятельную деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3 - 4 часов.

11.9. Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

11.10. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.

11.11. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

11.12. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

11.13. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

XII. Требования к организации физического воспитания

12.1. Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

12.2. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах, плавание и другие.

В объеме двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных образовательных организаций.

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

12.4. С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2 - 3 раза в неделю. С детьми второго года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

12.5. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,

- в средней группе - 20 мин.,

- в старшей группе - 25 мин.,

- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

12.6. Закаливание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы дошкольной образовательной организации. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы - постепенность, систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

12.7. При организации плавания детей используются бассейны, отвечающие санитарно-эпидемиологическим требованиям к плавательным бассейнам.

Продолжительность нахождения в бассейне в зависимости от возраста детей должна составлять: в младшей группе - 15 - 20 мин., в средней группе - 20 - 25 мин., в старшей группе - 25 - 30 мин., в подготовительной группе - 25 - 30 мин. Для профилактики переохлаждения детей плавание в бассейне не следует заканчивать холодовой нагрузкой.

Прогулку детей после плавания в бассейне организуют не менее чем через 50 минут, в целях предупреждения переохлаждения детей.

12.9. Дети могут посещать бассейн и сауну только при наличии разрешения врача-педиатра. Присутствие медицинского персонала обязательно во время плавания детей в бассейне и нахождения их в сауне.

12.10. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

В заключение нашего семинара-практикума, хочу пожелать здоровья вам, вашим семьям, воспитанникам и коллегам и раздать памятки:

**10 советов здорового образа жизни**

Существует 10 советов, разработанных международной группой врачей, диетологов и психологов, которые составляют основу здорового образа жизни. Следуя им, можно продлить и сделать более приятной нашу жизнь.

**1 совет:** разгадывая кроссворды, изучая иностранные языки, производя подсчеты в уме, мы тренируем головной мозг. Таким образом, замедляется процесс возрастной деградации умственных способностей; активизируется работа сердца, системы кровообращения и обмен веществ.

**2 совет:** работа – важный элемент здорового образа жизни. Найдите подходящую для себя работу, которая будет вам в радость. Как утверждают ученые, это поможет выглядеть моложе.

**3 совет:** не ешьте слишком много. Вместо привычных 2.500 калорий обходитесь 1.500. Это способствует поддержанию активности клеток, их разгрузке. Также не следует впадать в крайность и есть слишком мало.

**4 совет:** меню должно соответствовать возрасту. Печень и орехи помогут 30-летним женщинам замедлить появление первых морщинок. Содержащийся в почках и сыре селен, полезен мужчинам после 40 лет, он способствует разряжению стресса. После 50 лет необходим магний, который держит в форме сердце и полезный для костей кальций, а рыба поможет защитить сердце и кровеносные сосуды.

**5 совет:** имейте на все свое мнение. Осознанная жизнь поможет как можно реже впадать в депрессию и быть подавленным.

**6 совет:** дольше сохранить молодость помогут любовь и нежность, поэтому найдите себе пару. Укреплению иммунной системы способствует гормон счастья (эндорфин), который вырабатывается в организме, когда человек влюблен.

**7 совет:** спать лучше в прохладной комнате (при температуре 17-18 градусов), это способствует сохранению молодости. Дело в том, что и от температуры окружающей среды зависят обмен веществ в организме и проявление возрастных особенностей.

**8 совет:** чаще двигайтесь. Учеными доказано, что даже восемь минут занятий спортом в день продлевают жизнь.

**9 совет:** периодически балуйте себя. Несмотря на рекомендации, касательно здорового образа жизни, иногда позволяйте себе вкусненькое.

**10 совет:**не всегда подавляйте в себе гнев. Различным заболеваниям, даже злокачественным опухолям, более подвержены люди, которые постоянно ругают самого себя, вместо того, чтобы рассказать, что их огорчает, а иногда и поспорить.

Так же рекомендую вам посмотреть в сети интернет документальный фильм «Малыши».

Режиссер данного кинофильма является обладателем огромного количества наград в области документалистики. На протяжении 18 месяцев Томас Бальмес не выпускал из рук камеру, наблюдая за младенцами из четырех стран мира. Каждый их взгляд и малейшие движения были запечатлены. Постановочных сцен в данной кинокартине нет. Подход к съемочному процессу был разработан столь тщательно, что результат оказался неимоверным! Зритель переживет удивительное приключение вместе с детками из Монголии, Японии, США и Намибии, которые в течение всей киноленты будут маленькими шагами ступать в новый, такой интересный для них мир.  
Смотрите онлайн французский документальный проект "Малыши". Каждую секунду на свет появляется четверо малышей. Известный документалист Томас Бальмес полтора года провел в наблюдениях за маленькими детьми. Зрители увидят трогательные сцены из жизни маленького человека. Героями фильма стали Мари (Япония), Байярджаргал (Монголия), Хетти (США), Понихао (Намибия). Четверо карапузов помогут вам заново открыть для себя мир, посмотреть на все чистым и открытым взглядом.