РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ПРОГРАММЫ «Доктор Мяч» с применением фитбол-мячей В МАДОУ ДСКВ «Сказка» на 2014-2015 гг.

К одной из новых форм оздоровления детей относится фитбол-гимнастика. Упражнения на фитболе несут оздоровительный эффект, что подтверждено опытом врачей многочисленных специализированных медицинских центров. За счёт вибрации (при выполнении упражнений) и амортизационной функции мяча улучшаются обмен веществ, кровообращение и микродинамика в межпозвонковых дисках и внутренних органов, что способствует разгрузке позвоночного столба, мобилизации различных его отделов, коррекции лордозов и кифозов. Упражнения на мячах тренируют вестибулярный аппарат, развивают координацию движений и функцию равновесия дошкольников, оказывают стимулирующее влияние на растущий организм.

В МАДОУ ДСКВ «Сказка» разработана целая система занятий по физической культуре, включающая комплексы упражнений по фитбол-гимнастике, направленных на развитие ловкости, выносливости.

 Для оценки эффективности нашей работы по развитию ловкости старших дошкольников на начало года и на середину текущего года была осуществлена диагностика, которая проводилась на основе тестов, представленных в пособии «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего возраста» под ред. Н.А. Ноткиной.

Результаты диагностики показали, что комплексы упражнений по фитбол-гимнастике действительно являются эффективным средством развития ловкости у дошкольников. Так, на период 2014-2015 учебного года старшие дошкольники имели 10% - низкий уровень развития ловкости, 20 – средний и 70 высокий.

В середине года 72% воспитанников перешли на высокий уровень развития ловкости, 23% - на средний, низкий уровень составил уже 5%.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Начало года | Середина года |
| Низкий уровень развития ловкости | 10 % | 5% |
| Средний уровень развития ловкости | 20 % | 23 % |
| Высокий уровень развития ловкости | 70 % | 72 % |

Таким образом, применение в работе МАДОУ ДСКВ «Сказка» инновационных здоровьесберегающих педагогических технологий, а именно фитбол-гимнастики, повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у воспитанников ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление собственного здоровья.