

Муниципальное дошкольное общеобразовательное
учреждение детский сад «Филиппок»

*«Развитие физических качеств детей
через использование нетрадиционных
форм и методов на занятиях
физической культурой»*

Кривощекова
Ольга Васильевна
Воспитатель д/сада

с. Филиппово
2007 г.

Хотим мы того или не хотим, сегодня становится прошлым, а завтра - настоящим. И это завтра будет отличным от сегодня. Сможет ли педагог соответствовать вызову будущего, работая с этим будущим (детьми) – зависит от того, будет ли он изменяться в соответствии с требованием времени. Когда в природе происходит изменение, то любой вид живого адаптируется к новой среде, вырабатывая новые способы жизнедеятельности. Так же в условиях динамично изменяющихся взаимодействий людей, при передаче накопленного опыта от старшего поколения к младшему путем организации образовательной среды, происходит изменение системы. Структуры системы обновления определяют потребность общества и государства (дети – родители, стандарт). В созданной системе основным двигателем становится педагог, как человек, умеющий сохранить систему и динамично её развить. Для сохранения системы необходим фундамент, т.е. традиционные методы и приёмы обучения новому. Для развития эмоционального фона ситуация успеха при освоении опыта прошлых лет и прошлых поколений с учетом индивидуальных особенностей детей нашего времени. В соответствии с этим в ситуации противоречия выявилась проблема по освоению программного содержания. (Математика, развитие речи, и т.д.) на современном этапе обучения педагогика определила две линии процесса освоения знаний, умений и навыков с детьми через традиционные формы организации обучения и нетрадиционные. Рождение нетрадиционных методов обучения – инновационный процесс. Инновация в начальной стадии развития предполагает осмысление ситуаций достижения успеха в деятельности. Динамично развивающая деятельность по освоению определенных знаний предполагает точную систему планирования. В создании планов основой становится уже имеющиеся в арсенале педагогики традиционные методы обучения. Формирование успешной трассы обучения лежит в основе индивидуального подхода к обучающемуся. В рамке этого движения происходит развитие. Развитие физических качеств детей при формировании навыков двигательной активности через использование нетрадиционных форм и методов на занятиях физической культуры стало основой моего педагогического опыта, который я провожу в нашем дошкольном образовательном учреждении. Выбор нетрадиционных форм и методов определился в ходе сравнительного анализа, результата педагогической деятельности на занятиях по методике Васильевой «Физическое воспитание» и методики В.Т.Кудрявцева, Б.Б.Егорова «Развивающая педагогика оздоровления». В.Т.Кудрявцева, Б.Б.Егорова предлагали структурировать занятия физической культурой и психо-эмоционального состояния ребенка. Эффект образовательно-оздоровительной работы они предлагали получить через особые формы двигательной-игровой деятельности: массаж, дыхательная гимнастика, рефлексия, пальчиковая гимнастика.

Эффективно на занятиях физкультурой использовать упражнения для массажа. Происходит целенаправленное надавливание на биологически активные точки, малыш не просто работает, он играет, лепит, мнет, разглаживает свое тело, видя в нем предмет заботы, ласки и любви. Например:

Чтобы не зевать от скуки, встали и потерли руки.

А потом ладошкой в лоб: хлоп-хлоп-хлоп.

Щеки заскучали тоже, мы и их похлопать можем.
Ну-ка, дружно, не зевать, раз, два, три, четыре, пять.
Вот и шея, ну-ка живо, перешли на загривок.
А теперь уже, гляди, добрались мы до груди.
Постучим по ней на славу сверху вниз и слева, справа.
Постучим и тут и там и немножко по бокам.
Не скучать и не лениться, перешли на поясницу.
Чуть нагнулись, ровно дышим, хлопаем как можно выше.

Особое внимание уделяю дыхательной гимнастике. Она помогает эффективнее решать задачи укрепления дыхательной мускулатуры детей с целью повышения их сопротивляемости простудным и другим заболеваниям, а также выносливости при физических нагрузках. Дыхательную гимнастику авторы программы предлагают делать в стихотворной форме, что является отличным от традиционного подхода. Я в своей работе применяю такие игры и упражнения:

Подуем на плечо, подуем на другое.
На солнце горячо пекло дневной порою.
Подуем на живот, как трубка станет рот.
А теперь на облака и остановимся пока.

Заинтересовывают детей элементы психогимнастики. Психогимнастика развивает воображение, которое обеспечивает не только создание новых образов, но и специфического вхождения ребенка в эти образы. Например: игра «Доктор 2007».

Представьте, ребята, что вы доктора. Доктор говорит волшебные слова: «Я хороший, добрый доктор, всем детям в группе желаю здоровья. Пусть все будут добрыми, красивыми, счастливыми».

На занятиях также использую упражнения пальчиковой гимнастики, которая направлена на развитие выразительности движений, умение ориентироваться на слово при построении действий. Например:

Вот помощники мои, как их хочешь, поверни.
По дорожке белой гладкой пальцы скачут, как лошадки.
Чок-чок-чок, скачет резвый табунок.

Игровые упражнения на расслабление проводятся в конце занятия в целях снятия физического и психического напряжения, создания эмоционального настроения. Например: игра «Волшебный сон»

Реснички опускаются, глазки закрываются,
Мы спокойно отдыхаем, сном волшебным засыпаем.
Дышится легко, ровно, глубоко.
Наши руки отдыхают, ноги тоже отдыхают,
Отдыхают, засыпают.

Элементы оздоровительной педагогики вписывались в структуру построения традиционных занятий по физической культуре, но не полностью решали задачу по

созданию эмоционального фона на занятии. В ходе поисков решения данной задачи возникла идея взять за основу игровую деятельность. Предлагаемая игровая форма занятий имеет свои особенности, все они основаны на сюжете игры или путешествии. Например: «В гости к Красной шапочке», «День рождения мячика», «Искатели клада». Такие путешествия, походы, полеты на занятиях приносят детям огромную радость и создают благоприятные условия для формирования творческой личности.

Начала писать конспекты занятия, создавала фонотеку, подбирала атрибуты.

К выбранному сюжету подбираю задачи, средства, методические приемы обучения. К каждому занятию готовится стихотворный текст, который должен соответствовать сюжету занятия и движениям детей. В содержание текста включаю стихи детских писателей, поговорки, дразнилки, стихи, песни, сказки, рассказы собственного сочинения. Например:

Вышли мыши как-то раз на лужайку в поздний час,
Все играют, веселятся, видно кошки не боятся.

В водной части физкультурного занятия текст решает не только образовательные, но и психологические задачи: активизировать внимание детей, вызвать интерес к занятию, создать эмоционально положительный настрой. Например:

Раз, два, три, четыре, пять, мы идем в поход опять.
Так и тянет нас на волю приключения искать.
Вот и все мы снова с песней, мы уходим дружно вместе.
Никого мы не боимся и всегда мы веселимся.

В основной части стихотворный текст выполняет несколько функций:

* развитие физических качеств: силы, выносливости, ловкости и т. д.

Покажу, как по мосточку перейти нам нужно точно:
Руки в стороны расставим, ножку к ножке мы приставим
Пятка к носочку.

* Помогает в развитии психических процессов: памяти, внимания, воображения.

Нужно это всем понять, мостик с вами мы прошли.
Нужно нам по нему от кошки на коленках проползти.
Ну-ка, мышки, не зевайте, и за мною успевайте.

• Способствует формированию звуковой культуры речи, умение говорить правильно, красиво.

На машине ехали, до реки доехали.

Би-би-би, би-би-би по мосту проехали.

* Является хорошим стимулом для проявления эмоциональных и нравственных качеств детей.

В заключительной части занятия детей всегда ожидает какой-нибудь сюрприз или секрет, чему дети очень рады.

Серия сюжетных занятий с показом их для родителей натолкнула на мысль об участии самих родителей совместно с детьми на физкультурных занятиях. Например: «Дружные семейки», «Неразлучные друзья». Овладение методикой

проведения занятия способствовало изучение программы Поповой «Навстречу друг другу». Создание психологической атмосферы на таком занятии лежит в основе готовности участников педагогического процесса организованной деятельности с помощью педагога. Ощущение родителей – это новизна происходящих событий, это возможность почувствовать себя вновь ребенком рядом со своим малышом. Это игра, но игра во взрослой жизни. Для ребенка это игра вместе с родителями.

Игровой метод построения занятий опробовала через систему кружковой работы. Кружок аэробики и ритмики «Непоседы»

В программу кружка входили разделы: игро-ритмика, игро-гимнастика, игро-пластика, игро-танец. Учебно-методическое пособие Ж.Е.Фирилева, Е.Г.Сайкина «Са-Фи-Дансе» танцевально-игровая гимнастика для детей.

Накопленный опыт по кружковой работе способствовал формированию базы по созданию нетрадиционных занятий на основе какого – либо сюжета.

Сюжетность занятий и образно-танцевальные композиции, создаваемые в кружке по аэробике и ритмике «Непоседы», имеют одновременно целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенные воздействия на занимающихся, решают конкретные задачи программы.

Выпускники детского сада и их родители высказывают пожелания продолжать работу в этом направлении на базе школы или клуба. Исходя из этого, был сформирован кружок «Грация». Ежедневные занятия в этом кружке совершенствовали физические качества детей, отшлифовывали умения и навыки. Итогом работы этого кружка явилась победа в районном конкурсе «Звездный дождь», где кружковцы завоевали звание лауреатов.

Системность работы на современном этапе предполагает системный контроль. В основу контроля ложится принцип учета развития личности в деятельности. На базе этого формируется диагностическая модель отслеживания результатов, успеха обучающегося в учебно-воспитательном процессе. В основе диагностики лежит программа, которая определяет знания, умения и навыки. (таблицу с кружочками)

На базе этой таблицы просматривается результат освоения программы группой дошкольников и, одновременно, при создании сводной таблицы по уровню развития: высокий, средний, низкий, можно отследить динамику движения обучающегося по разделу программы. Общий результат группы по освоению программы наглядно виден в циклограмме. Формирование результативности работы через отслеживание итогов по кварталам позволяет осуществлять подход к планированию на основе уровня усвоения программы (план показать).

По физическому воспитанию, выявляя индивидуальные способности каждого ребенка к физическим нагрузкам, я использую следующие тесты уровня развития детей с помощью диагностической карты:

«Стандартные показатели индекса Пинье у детей»

«Показатели коэффициента выносливости».

«Шкала оценки темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста»

«Показатели физической работоспособности детей»

Которые дают характеристику физического развития ребенка дошкольного возраста и прослеживают динамику роста, исходя из прироста физических качеств развивающихся естественным путем интенсивного обучения физическим упражнениям. Все собранные данные заносятся в диагностическую карту.

В перспективе планирование станет способом успешной деятельности воспитанников по освоению процесса обучения. Роль педагога в этих рамках предполагает проектирование познавательной деятельности дошкольника с опорой на его способности, склонности, интересы.