Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

муниципального образования город Краснодар

«Детский сад комбинированного вида № 1»

Российская ул.100, город Краснодар, 350901, тел/факс (861)252-56-82

**ТЕМА: *«СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ, РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НЕТРАДИЦИОННОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБОРУДОВАНИЯ»***

|  |
| --- |
| F:\картинка для опыта.jpg |

Автор опыта: Беспоясная Юлия Александровна,

инструктор по физической культуре

МБДОУ «Детский сад № 1»

2012 г.

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Информация об опыте…………………………………………………………………...3

2. Актуальность опыта……………………………………………………………………..4

3. Технология опыта………………………………………………………………………..5

5. Результативность опыта…………………………………………………………………6

6. Библиографический список……………………………………………………………11

7. Приложение к опыту:

7.1. Перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности

в старшей группе с использованием нетрадиционного физкультурного

оборудования……………………………………………………...................................12

7.2. Конспекты комплексов утренней гимнастики с использованием нетрадиционного

оборудования в старшей группе………………………………………………………22

7.3. Спортивные развлечения с использованием нетрадиционного оборудования…...28

7.4. Консультации и памятки для родителей……………………………………………..35

7.5. Консультации для воспитателей……………………………………………………...44

7.6. Описание нестандартного оборудования…………………………………………….48

|  |
| --- |
| «Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»  В.А.Сухомлинский. |

Великая ценность каждого человека – здоровье. Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед дошкольным учреждением.

В последние годы заметно возросло количество физически ослабленных детей. Проблемы экологии, занятость родителей, низкий уровень двигательной активности семьи - все это не укрепляет здоровье ребенка, а наоборот. Многие родители чрезмерно увлечены интеллектуальным развитием своих детей, совершенно забывая о том, что укрепление их здоровья, содействие физическому и психическому развитию является в настоящее время особенно значимым.

По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей, Научного центра здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь 9% от контингента детей, поступающих в школу. Лишь 5-7% дошкольников здоровы, 30-35% страдают хроническими заболеваниями, свыше 60% имеют функциональные отклонения.

Именно поэтому проблема ухудшения здоровья населения страны и особенно детей становится национальной. Подписанное президентом В. Путиным Постановление «О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни населения» показало беспокойство государства за будущее страны. В связи с этим Правительством Российской Федерации своевременно принята целевая программа «Дети России».

Особое место в программе уделяется подпрограмме «Здоровый ребенок», целью которой является сохранение и укрепление здоровья детей и подростков на всех этапах развития. А в «Концепции модернизации Российского образования» четко определена задача достижения нового современного качества образования за счет обновления содержания образования и совершенствования механизмов контроля за его качеством.

Актуальность данной проблемы определена и в Законе «Об образовании» (подраздел 2, ст.1, ч.1), Федеральной программе развития образования, Национальной доктрине образования, в Конвенции о правах ребенка и Всемирной декларации об обеспечении выживания, защиты и развития детей.

Актуальность материала заключается в необходимости работы по сохранению и укреплению здоровья старших дошкольников, развитию их физических качеств и устойчивого интереса к разнообразной двигательной деятельности.

Исходя из того, что проблема формирования двигательной активности детей актуальна, мною была проведена диагностика физической подготовленности старших дошкольников. Диагностика показала, что основные движения детей развиты недостаточно, высокий уровень имеют 5 % детей, средний -72 %, низкий - 23 %.

Передо мной встала педагогическая проблема: какими средствами повысить интерес детей к физической культуре и тем самым повысить уровень физической подготовки.

Исходя из важности этой проблемы, была поставлена **цель:** найти пути совершенствования физических качеств и творческих способностей у детей старшего дошкольного возраста средствами нетрадиционного физкультурного оборудования и следующие **задачи:**

1. Изучить и проанализировать педагогическую и психологическую литературу по данной теме.

3. Составить план мероприятий по данной теме (непосредственно образовательная деятельность, развлечения, комплексы общеразвивающих упражненийи утренних гимнастик).

2. Разработать систему работы по совершенствованию физических качеств, развития творческих способностей старших дошкольников, посредством использования нестандартного оборудования и проверить ее эффективность.

4. Разработать педагогические рекомендации и консультации для родителей и педагогов.

5. Привлечь детей, педагогов и родителей к изготовлению нестандартного физкультурного оборудования.

Работа по решению поставленных задач проводилась с учетом следующих **принципов:**

1. Принцип систематичности и последовательности. Этот принцип предполагает, что усвоение учебного материала идет в определенном порядке, системе. При планировании устанавливается последовательность раскрытия темы, продумывается связь нового материала с ранее усвоенной образовательной деятельностью, опытом детей.

2. Принцип доступности - предполагает соотнесение содержания, характера и объема учебного материала с уровнем развития, подготовленности детей.

3. Принцип наглядности. Этот принцип соответствует основным формам мышления дошкольников. Наглядность обеспечивает понимание, прочное запоминание. Сделать обучение наглядным - значит создать у ребенка зрительные образы, обеспечить восприятие окружающего, включить непосредственно в практическую деятельность, связать обучение с жизнью.

4. Принцип координации деятельности педагогов, специалистов и родителей. Предполагает сотрудничество воспитателей, инструктора по физической культуре и родителей в достижении общей цели.

Педагогам известно, что огромная нагрузка в плане физического развития детей ложится на непосредственно образовательную деятельность. Что же нужно сделать, чтобы физкультура стала более интересной, увлекательной и эффективной для маленьких детей. Ведь порой одного профессионализма, эмоциональности педагога недостаточно для побуждения интереса у дошкольников к физической культуре. Л.Н. Толстой подчеркивал, что ребенок занимается охотно тогда, когда ему это интересно.

С.Я Файнштейн утверждал, что ни имитация, ни образы не дают такого положительного результата при выполнении двигательных заданий, как оборудование и пособия. Это и побудило меня к поиску и внедрению нового нестандартного оборудования для использования его на физкультуре, с целью повышения интереса к непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию, для укрепления здоровья детей и совершенствования физических качеств.

Свою работу я начала с изучения соответствующей научной и методической литературы, составила план оснащения предметной развивающей среды по физическому развитию в группах.

Разработанное и изготовленное мною нестандартное оборудование несложное, недорогое, универсальное, малогабаритное вносит в каждое мероприятие с детьми элемент новизны. Эти пособия многофункциональны, что дает возможность применять их в различных видах деятельности. Детей привлекают необычные формы, красочность такого оборудования, что способствует более высокому эмоциональному тонусу во время проведения непосредственно образовательной деятельности и интересу детей к ним, формирует потребность к движению.

Нестандартное оборудование я применяла во всех спортивных мероприятиях: физкультурная непосредственно образовательная деятельность, эстафеты, спортивные праздники и досуги, в подвижных играх, на утренней зарядке.

Во время использования нестандартного оборудования, я заметила живой интерес детей к выполнению разных видов движений, которые они придумывали и выполняли самостоятельно, т.е. развивали свои творческие способности.

Новизна опыта состоит в том, что в нем представлено рациональное использование нетрадиционного физкультурного оборудования,позволяющее шире использовать различные упражнения, варьировать заданияв педагогическом процессе, с целью совершенствования физических качеств, развития творческихспособностей старших дошкольников,

Проведение мероприятий по физическому развитию с использованием нестандартного оборудования показало, что интерес к ним возможен за счет его эффективного использования, что позволяет быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки.

Во время непосредственно образовательной деятельности с использованием нестандартного оборудования могут создаваться вариативные и усложненные условия для выполнения различных физических упражнений. Например, дети, преодолевая полосу препятствий, состоящую из различного нестандартного оборудования, совершают множество движений. При этом развиваются ловкость, выносливость, быстрота реакции, а так же смелость, решительность и находчивость.

«Стопа – это фундамент, на котором стоит здание – ваше тело» - утверждал Гиппократ. К сожалению, у современных детей с «фундаментом» возникает все больше проблем.

Стопу можно сравнить с картой всего организма: нет таких мышц, желез, органов, которые не имели бы своего «представительства» на ней. Современный ребенок не имеет возможности ходить по неровной поверхности, а значит, не массируются, не раздражаются многочисленные нервные окончания, расположенные на стопе. Именно поэтому во время непосредственно образовательной деятельности в области физическая культура дошкольники обязательно должны ходить по разным поверхностям. И такую возможность представляют «Массажные дорожки» и «Канаты-удавчики», которые были изготовлены мной совместно с воспитателями.

Для развития силы у ребят я использую такое нестандартное оборудование как «Набивные мячи», «Прилипала», «Веселые мешочки».

Для развития ловкости, внимания и быстроты реакции «Гамачки», «Яркие ленточки», «Бильбоке», «Озорные клоуны».

Для развития меткости ко мне на помощь опять приходит нестандартное оборудование «Прилипала», «Веселые мешочки», «Набивные мячи», «Гамачки», «Дуга-солнышко», «Дуга-лисичка». Ребятам очень нравится набрасывать колечки на лучики солнышка или хвостик лисички и прокатывать мяч под дугой.

Для развития равновесия, координации движений и ориентировке в пространстве я использую «Массажные дорожки», «Лесные пенечки», «Сказочные пенечки», «Лыжи», «Ходунки», «Канаты-удавчики».

Я разработала конспекты непосредственно образовательной деятельности и общеразвивающих комплексов с использованием изготовленного мной нестандартного физкультурного оборудования и успешно применяю их на практике. Под моим руководством в группе созданы физкультурные «центры здоровья», где в доступном для детей месте находятся пособия для развития двигательной активности. Это и фабричное спортивное оборудование, и нестандартное, изготовленное детьми, педагогами и родителями. Здесь можно увидеть различные массажные и ребристые дорожки, для профилактики плоскостопия, кольцебросы, «ловушки», мягкие мишени, разноцветные флажки, ленты, косички, султанчики и многое другое. Нестандартное оборудование используется в нашем детском саду во всех видах физкультурно-оздоровительной работы: во время проведения утренней гимнастики, оздоровительной гимнастики, в игровой деятельности, непосредственно образовательной деятельности, развлечениях, досугах.

|  |
| --- |
| Положительного результата можно добиться, лишь сделав своими союзниками родителей. Я постаралась вызвать у них интерес к физической культуре, укреплению здоровья своих детей. С этой целью было проведено анкетирование по теме «Физическая культура в вашей семье».  Анкетирование показало, что физическим воспитанием ребенка занимается в основном детский сад, дома же дети большую часть времени проводят в статическом положении. Всего в 12 семьях, из 60 опрошенных, имеются спортивные уголки, родители признались, что мало времени проводят с ребенком на свежем воздухе. Поэтому я провела родительское собрание на тему «Здоровье детей в наших руках», в котором раскрыла тему охраны и укрепления здоровья детей, рассказала о пользе закаливания, о современных спортивных играх, в которые можно играть всей семьей. Дала практические рекомендации как весело можно сделать дома зарядку с ребенком.  Провела с родителями семинар-практикум «Как изготовить интересное нестандартное оборудование своими руками». Родителям были показаны чертежи-схемы и рисунки нестандартного оборудования. Большинство родителей, вначале отнеслось к этой идее без энтузиазма, и только 16 семей заинтересовались нестандартным оборудованием и изготовили его по нашим образцам. Результаты не замедлили сказаться: родители отметили повышенный интерес детей к физическим двигательным упражнениям, увеличению их двигательной активности, понижение заболеваемости.  Так же проводилась с родителями следующая работа:   1. - консультация «Спортивный уголок дома»; 2. - размещение памяток для родителей в уголке физкультурного работника; 3. - составление фотоочерка о своей семье «Активный отдых в выходные дни»; 4. - проводился конкурс «Здоровая семья», который, состоял из конкурса фотогазет «Спортивный портрет нашей семьи», конкурса «Любимая подвижная игра семьи», конкурса рисунков «Мы любим спорт», викторины «Как стать Неболейкой» и в завершение был проведен замечательный спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья» совместно с родителями, от которого получили массу положительных эмоций и родители и их дети.   Подводя итоги проделанной работы, можно отметить положительные результаты: возрос интерес детей к разным видам движений, появилась изобретательность в самостоятельной двигательной активности, значительно повысился эмоциональный тонус на физкультуре.  Результаты проведенной диагностики наглядно показывают более высокий уровень развития основных движений. К концу учебного года высокого уровня физической подготовленности достигли 25% детей, среднего - 75 %, низкий уровень отсутствует. Повысился интерес детей к физическим упражнениям.  **Диагностика уровня физического развитиядетей старшего дошкольного возраста(образовательная область «Физическая культура»Сентябрь 2011 год).**  **Диагностика уровня физического развитиядетей старшего дошкольного возраста(образовательная область «Физическая культура» Май 2012 год).**  **Аналитическая справка по результатам диагностики**  **образовательной области «Физическая культура»**  **2011 - 2012 учебный год**  **Группа № 12 старшая**  **Дата проведения:** с 3сентября 2011г. - по 1 октября 2011г.  **Цель:** обследование физической подготовленности, как отдельного ребенка, так и группы в целом в условиях дошкольного образовательного учреждения.  **Задачи:** 1.Выявить уровень физической подготовленности и работоспособности детей.  2. Осуществить индивидуально-дифференцированный подход в физическом воспитании детей.   1. Упорядочить запись данных, сбор информации.   **Предполагаемый результат:**  Диагностика по физическому воспитанию позволяет:   1. Получить объективную оценку уровня физической подготовленности детей; 2. Составить план физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками, скорректировать его; 3. Осуществить индивидуально-дифференцированный подход в физическом воспитании детей.   Данную группу посещает 38 детей. В диагностике принимало участие 38 детей.  По итогам диагностики дети данной группы 5 % показали высокий уровень, 72 % - средний, 23 % показали низкий уровень.  **Рекомендации:**  при планировании работы по образовательной области «Физическая культура» на новый учебный год необходимо уделить внимание:   1. упражнениям на развитие быстроты реакции; 2. упражнениям на развитие силы; 3. упражнениям на развитие гибкости.   Справку составил инструктор по физическому воспитанию Беспоясная Ю.А.  5 октября 2011 г.  **Аналитическая справка по результатам диагностики**  **образовательной области «Физическая культура»**  **2011- 2012 учебный год**    **Группа 12 старшая**  **Дата проведения:** с 6 мая 2012г. - по 30 мая 2012г.  **Цель:** обследование физической подготовленности, как отдельного ребенка, так и группы в целом в условиях дошкольного образовательного учреждения.  **Задачи:** 1.Выявить уровень физической подготовленности и работоспособности детей.  2. Осуществить индивидуально-дифференцированный подход в физическом воспитании детей.   1. Упорядочить запись данных, сбор информации.   **Предполагаемый результат:**  Диагностика по физическому воспитанию позволяет:   1. Получить объективную оценку уровня физической подготовленности детей; 2. Получить результат проделанной работы за учебный год 3. Осуществить индивидуально-дифференцированный подход в физическом воспитании детей.   Данную группу посещает 38 детей. В диагностике принимало участие 38 детей  По итогам диагностики дети данной группы 25 % детей показали высокий уровень,75 % – средний.  Детей показавших низкий уровень нет.  Анализ диагностики, помог выявить предполагаемую причину роста уровня физической подготовленности детей:   1. Использованиев непосредственно образовательной деятельности нетрадиционного оборудования**,** что повысило интерес у детей к выполнению упражнений. 2. Систематичность проведения непосредственно образовательной деятельности. 3. Низкая заболеваемость в группе.   Справку составил инструктор по физическому воспитанию Беспоясная Ю.А.  5 июня 2012 г.    В дальнейшем планирую продолжить работу по совершенствованию двигательной активности детей с использованием нестандартного оборудования. Продолжить оснащать физкультурные уголки, а также физкультурный зал нестандартным физическим оборудованием в соответствии с возрастными особенностями детей, составить перспективное планирование физкультурных досугов совместно с родителями, обобщать опыт семейного воспитания родителей наиболее активно занимающихся спортом со своими детьми.  Я дошколятам говорю: «Главное для меня – научить вас быть здоровыми. Думаете, что вы маленькие и не сможете этому научиться? Сейчас у вас есть заботливая мама, сильный папа, добрая бабушка, врач, который вылечит вас. Это – физкультура».  Я не ставлю своей целью достижения высоких результатов, я помогаю детям проявить собственные потенциальные возможности, данные им от рождения, а они есть у каждого. Моя дружба и понимание детей помогают мне находиться в удивительном мире детства. Я увидела, как расправились детские плечи, выпрямились спины, какими они стали ловкими, быстрыми, сильными, как свободно они общаются друг с другом, шутят, смеются.  Результатом работы считаю то, что дети с радостью бегут в физкультурный зал на физкультуру, дают «клятвенные» обещания хорошего поведения. От занятий с использованием нетрадиционного оборудования дети получают эмоциональный подъем, ярко проявляют свои творческие способности, выявляют у себя позитивные качества характера, такие как: находчивость, взаимопомощь, смелость, умение сопереживать, умение работать в коллективе, силу воли, целеустремленность, излучают энергию, бодрость, которые возвращаются ко мне по принципу бумеранга.  «Единственная красота, которую я знаю – это здоровье!» - сказал, когда - то один философ. Я и мои воспитанники с ним согласны.  Материалы данного опыта работы могут успешно применяться инструкторами по физической культуре и воспитателями дошкольных учреждений.  Литература  1. Бабина К.С. «Комплексы утренней гимнастики в детском саду: Пособие для  воспитателя дет. сада.» - М., Просвещение, 1978  2. Бабенкова Е.А. «Как помочь детям стать здоровыми» Москва: 2003 г.  3. Васильева Н.В. «Как вырастить ребенка здоровым и ловким» Москва 2003 г.  4. Волкова К.С. «Как воспитать здорового ребенка» - Киев: 1981 г.  5. Вильчковский Э.С. «Физическое воспитание дошкольников в семье» - Киев: 1987 г.  6. Ефименко Н.Н. «Театр физического развития и оздоровления» - М.: 2006 г.  7. Ермак Н.Н. «Физкультурные занятия в детском саду» Ростов  8. Зарипова Т.П. «Планирование оздоровительной работы» - Управление ДОУ №1 2004  9. Кочеткова Л.В. «Оздоровление детей в условиях детского сада» - М.: 2005 г.  10. Картушина «Быть здоровыми хотим» - М.: 1999 г.  11. Маханева М.Д. «Воспитание здорового ребенка» - М.: 1999 г.  12. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. «Нетрадиционные подходы к физическому  воспитанию детей в ДОУ». Детство-пресс 2012г.  13. Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду» - М.:1986 г.  14. Оверчук «Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных учреждениях» - М.:  2001  15. Сивачева Л.Н. «Спортивные игры с нестандартным оборудованием» - М.: 2001г.  16. Журнал «Обруч» № 4/2001г. Стр.38 «Спортивные игры с нестандартным  оборудованием»  17. Журнал «Д/В» № 6/2002г. Стр. 42 «Упражнения с использованием нестандартного  оборудования» |
|  |