

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида №3 г.Ардон

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

### **«Иновационные технологии в физическом воспитании дошкольников»**

**Подготовил:**                   инструктор по физической культуре **Давыденко М.В.**

2024г.

## **«Иновационные технологии в физическом воспитании дошкольников»**

Одна из главных **задач** дошкольных учреждений – укрепление здоровья детей через физическое воспитание. Здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека.

**Физическое здоровье** – основополагающее условие духовного и нравственного развития человека. В дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья: происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, развиваются его адаптационные возможности, повышается его устойчивость к внешним воздействиям, формируется осанка, приобретаются физические качества, привычки, вырабатываются волевые черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Выдающийся педагог В. А. Сухомлинский подчеркивал, что от здоровья, жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Занятия физической культурой в дошкольном учреждении позволяют детскому организму накопить силы и обеспечить не только полноценное физическое, но и разностороннее развитие.

Существенной особенностью детства является взаимосвязь и взаимозависимость состояния здоровья, физического и нервно-психического развития детей. Крепкий, физически полноценный ребенок не только меньше подвергается заболеваниям, но и лучше развивается психически. Физические упражнения развивают и укрепляют опорно-двигательный аппарат, предупреждают нарушение осанки и деформацию скелета. Занятия физическими упражнениями имеют не только оздоровительное, но и воспитательное значение. У детей развивается внимание и наблюдательность, воспитываются волевые качества, вырабатывается характер.

Недостаток движений плохо сказывается и на состоянии здоровья, и на развитии детей. Физические упражнения помогают улучшить психическое состояние, кровообращение и защитить организм от сердечных заболеваний. Двигательная активность - вот в чем нуждается ребёнок, для укрепления здоровья и хорошего самочувствия. Движения оказывают всестороннее влияние на организм человека, и это влияние неизмеримо выше для растущего и развивающегося детского организма.

Воспитывая у детей потребность, ежедневно двигаться, выполнять физические упражнения с ранних лет, можно заложить прочные основы здоровья, гармоничного развития ребенка

В последние годы заметно возросло количество физически ослабленных детей. Мышечная нагрузка у детей уменьшается в силу объективных причин: меньше играют в подвижные игры, родители увлекаются интеллектуальным

развитием своих детей, совсем не заботясь о физическом развитии. Одной из важнейших теоретических и практических проблем физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ является внедрение и использование в процессе физического развития детей инновационных технологий.

**Острота проблемы состоит в том, что:**

- анализ заболеваемости детей выявляет острую необходимость изменений во всей системе образования, начальной ступенью которого являются ДОУ;
- показатели здоровья детей требует принятия эффективных мер по улучшению их здоровья;
- многие дети нуждаются в особых технологиях физического развития, в которых должен быть учтен весь комплекс соматических, физических и интеллектуальных проблем. Эти технологии должны в первую очередь способствовать коррекции не только психомоторного, но и речевого, эмоционального и общего психического развития.

Поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей. Основная нагрузка в плане физического развития детей ложится на физкультурные занятия.

Традиционная система занятий с детьми недостаточно совершенна. Необходимо искать новые формы, методы и приёмы физического развития детей.

**Цель работы:** создать условия для формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культуры, гармоничного физического развития.

**Актуальность выше изложенной проблемы позволяет определить задачи:**

1. Внедрить нетрадиционные приёмы проведения занятий;
2. Повысить интерес к физкультурным занятиям;
3. Закрепить технологию выполнения основных видов движения приёмами занимательной физкультуры;
4. Повысить двигательную активность детей системой физкультурных развлечений;
5. Развивать гибкость, координацию движений элементами стретчинга.
6. Ввести новые спортивно-дидактические игры для обучения основным движениям.

Так как же сделать физкультурное занятие радостным событием и потребностью в режиме дня дошкольника?

**Выход** - соединить положительные качества традиционной программы и внедрения инновационных технологий. Использование в процессе физического воспитания дошкольников известных физкультурно-оздоровительных методик и инновационных технологий, адаптированных к возрастным особенностям детей, способствуют коррекции не только психомоторного, но и речевого, эмоционального и общего психического развития. Эта система основана на повышении интереса к физической культуре и спорту за счет введения увлекательных форм работы во все части занятий, таких как:

### **Весёлый тренинг.**

Весёлый тренинг – это упражнения способствующие координации движения и осанки, дают нагрузку для определённых групп мышц, развивают гибкость, подвижность суставов, улучшают кровообращение. Наблюдение за выполнением упражнений дает возможность оценить у каждого ребёнка уровень физической восприимчивости тех или иных мышечных нагрузок, и, тем самым, индивидуализировать объем и количество повторений. Качественно выполнить и запомнить упражнения детям помогают их названия, символизирующие подражание каким-либо действиям различных персонажей из произведений и сказок, а также предметов, птиц, рыб, зверей, деревьев и т. д.

Физкультурные занятия, утренняя гимнастика проводятся через разнообразные формы: на танцевальном и литературном материале, круговой тренировке, в форме подвижных игр и оздоровительного бега, что позволяет более эффективно реализовать двигательную активность дошкольников, повысить уровень их физического и эмоционального развития. Веселые сказочные персонажи, красочные атрибуты (флажки, шары, ленты, обручи, необычные игры-забавы, аттракционы, тщательно подобранное музыкальное сопровождение способствуют созданию у детей психологического комфорта, желанию заниматься физическими упражнениями.

**В каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность:**

- в среднем возрасте - развить физические качества (*прежде всего, выносливость и силу*);
- в старших группах - сформировать потребность в движении, развить двигательные способности и самостоятельность.

Рекомендуется использовать разнообразные варианты проведения физкультурных занятий:

- занятия по традиционной схеме (вводно-подготовительная часть, общие развивающие упражнения, основные виды движений, подвижные игры);
- занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности;

-занятия - тренировки в основных видах движений;

-ритмическая гимнастика - занятия, состоящие из танцевальных движений;

-занятия - соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей;

-занятия - зачеты, во время которых дети сдают физкультурные нормы по выполнению основных видов движений на время, скорость, расстояние;

**Внедряя комплексное сочетание традиционных программ и инновационных технологий в систему занятий физической культурой:**

1. У детей повысится интерес к занятиям.
2. Увеличится уровень их физической подготовленности, развития физических качеств: мышечной силы, ловкости, выносливости, гибкости;
3. Получим развитие психических качеств: внимание, память, воображение, умственные способности.
4. Повысится уровень воспитанности нравственных качеств, коммуникабельности.
5. Укрепитя костно-мышечная система дошкольников.
6. Положительное психоэмоциональное состояние детей на занятиях благоприятно сказывается на здоровье каждого ребенка.