

Шульженко Людмила Васильевна

музыкальный руководитель

Борисова Ярослава Леонидовна

инструктор по физическому воспитанию

Смолякова Светлана Анатольевна

воспитатель

Пикулина Наталья Александровна

старший воспитатель

МБДОУ «Д/С КВ №12»

г. Алексеевка, Белгородская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

***Аннотация:** статья посвящена вопросу физического воспитания детей. Авторы отмечают роль физического воспитания в разностороннем морфологическом и функциональном совершенствовании детского организма, формировании двигательных навыков, психофизических качеств, достижении физического совершенства. Такой подход к воспитанию позволяет усваивать основы здорового образа жизни и физической культуры, гармонически развивать личность. В статье отмечается, что физическое развитие детей и их состояние здоровья является объектом постоянного внимания специалистов ДОУ (медицинских и педагогических) и для его реализации необходимо пользоваться главной деятельностью в дошкольном возрасте – игровыми технологиями.*

***Ключевые слова:** физическое развитие, оздоровительная работа, здоровый образ жизни, физкультурные занятия, игровые технологии, спортивные соревнования, двигательные навыки, активный отдых, самостоятельная двигательная активность детей, физкультурные досуги.*

В нашем детском саду физкультурно-оздоровительная работа с детьми ведется в соответствии с ФГОС дошкольного образования и строится с учетом целей и задач образовательной области «Физическое развитие». В узком смысле физическое развитие дошкольников – это процесс формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных свойств детских организмов, обозначаемых антропометрическими и биометрическими показателями (рост, вес, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких; состояние осанки, изгибов позвоночника, динамометрия, изменение сводов стопы и др.) [3]. В широком смысле физическое развитие предполагает развитие психофизических качеств и двигательных способностей (силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости, координации, глазомера). В методике физического воспитания, кроме методов, выделяются следующие специфические организационные формы:

- *физкультурные занятия;*
- *физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня* (утренняя гимнастика, спортивные упражнения на прогулке, физкультминутки, прогулки за пределами участка, индивидуальная работа);
- *самостоятельная двигательная активность детей;*
- *активный отдых* (физкультурный досуг, праздники, дни здоровья и др.).

Сегодня разработка и внедрение технологий во многом обусловлены поиском путей совершенствования здоровьесберегающей деятельности педагогов детского сада в рамках реализации модели здоровьесбережения [4]. Это связано с тем, что охрана здоровья и здоровый образ жизни населения в настоящее время является первоочередной задачей для нашей страны и становится основой для интеграции образовательных областей. Данная интеграция предполагает использование соответствующих технологий. Например, при интеграции задач образовательных областей «Физическое развитие» и «Социально-коммуникативное развитие» возможна оптимизация процесса адаптации ребенка младшего дошкольного возраста к детскому саду. Это возможно на основе применения игровой технологии кинезотерапии. Кинезотерапия, как одно из

направлений психотерапии, означает «терапию движением», она выступает как важнейший фактор физического и психического развития ребенка [3]. Это связано с тем, что здоровый ребенок стремится к движениям, активной деятельности: в этом он находит источник живой радости, что является сильным, мощным эмоциональным зарядом для того, чтобы выплеснуть в движении свои эмоции. В рамках кинезотерапии используются игры и игровые упражнения, предполагающие чередование разных видов двигательной активности, направленные на сближение детей друг с другом и воспитателем («Давайте познакомимся», «Лови-лови», «Кто в домике живет?», «Расскажи стихи руками»). При этом сначала используются игры малой подвижности. В них важен положительный эмоциональный фон. В построении этих игр есть особенности: двигательные действия выполняются в спокойной обстановке, без излишней торопливости, внимание детей не отвлекают дополнительные сигналы. Эти игры надо проводить в помещениях группы, показав при этом дошкольникам все уголки, рассказав об их назначении, правилах поведения в различных комнатах («Найди и изобрази игрушку», «Чьи вещи – покажи, не говори?», «Как пройти?» и др.). Во время этих игр дети знакомятся, запоминают имена друг друга. Каждую игру можно проводить по-разному. И чтобы дети быстрее запомнили окружающую их пространственную среду (где находятся приемная, групповая, спальня, комната для персонала детского сада и т. д.), воспитателям рекомендуется использовать игры типа «найди игрушку». Дошкольники предварительно знакомятся с различными помещениями группы, узнают об их назначении, затем воспитатель (а впоследствии и дети) с помощью двигательной импровизации показывает, какая игрушка спрятана. Участники игры догадываются и находят игрушку.

В условиях реализации ФГОС ДО в нашем детском саду игра рассматривается как основной вид деятельности в образовательном процессе. Понятие «игровые технологии» включает достаточно обширную группу методов и приемов организации образовательного процесса в форме различных игр. Игровая форма занятий создается при помощи игровых приемов и ситуаций, которые вы-

ступают как средство побуждения, стимулирования детей к двигательной деятельности. Реализация игровых приемов и ситуаций в разных формах организованной образовательной деятельности происходит по следующим основным направлениям:

- 1) образовательная цель ставится перед детьми в форме игровой задачи;
- 2) образовательная деятельность подчиняется правилам игры: в НОД вводится элемент соревнования, который переводит дидактическую задачу в игровую;
- 3) успешное выполнение дидактического задания связывается с игровым результатом.

В настоящее время использование современных игровых технологий невозможно представить без использования информационно-коммуникационных технологий. Используя электронные презентации и видеоролики во всех видах деятельности, физкультурных занятиях, во время спортивных и музыкальных праздников, на родительских собраниях.

На занятиях по физической культуре используем презентации по темам «Виды спорта», «ОБЖ», «Здоровый образ жизни», «Олимпийские игры», «Гимнастика для глаз» и др. Мы создали медиа-коллекцию презентаций и познавательных роликов для дошкольников, которая постепенно пополняется.

Современным детям интересны герои современных мультфильмов и игр. Детей привлекают яркость картинки, разнообразные герои, занимательные сюжеты расширяют кругозор и знания ребенка. Мультфильмы могут стать способом коммуникации с другими детьми, ведь им всегда будет что обсудить, если вкусы детей совпадают. Просматривая мультики, ребенок невольно становится виртуальным соучастником описываемых событий, примеряет на себя разные социальные роли, дает оценку главным героям и их поступкам. Ребенок получает определенный жизненный опыт из мультфильмов: он узнает, что дорогу можно переходить только в безопасных специальных местах, что играть с огнем нельзя, что обижать других – некрасиво, а помогать взрослым и заботиться о младших и слабых – хорошо и благородно. Поэтому в своей работе мы часто обращаемся к современным мультфильмам, с целью повышения интереса детей

к занятиям физической культурой и спортом, их активности в двигательной и игровой деятельности.

В этом году начали активно знакомить детей со старинной народной игрой в городки. Одним из удачных приемов повышения интереса к городкам, помимо личного примера педагогов, стал просмотр эпизода мультфильма «Ну, погоди!», в котором Бегемот играл в городки. Дети активно включились в обучающе-игровой процесс. В работе использовали дидактические игры «Построй такую же», «Чья команда быстрее?», «Кто больше?», «Городки» с целью закрепить знания детей о городошных фигурах, закрепить умения работой картой-схемой, правильно строить городошные фигуры, развития моторики, памяти, мышления. Проведенная работа уже дала положительный результат.

Следует отметить, что применение современных игровых технологий также невозможно представить без основы методики, а именно подвижной игры.

Подвижные игры занимают особое место в развитии и оздоровлении детей дошкольного возраста. Их применение способствует совершенствованию двигательных умений и навыков, повышению эмоционального состояния детей и получению удовольствия от процесса и результатов игры, формированию навыков честного соперничества. Дошкольный возраст характеризуется развитием всех двигательных способностей: быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости. Эффективным средством развития этих способностей являются подвижные игры. В них проявляется достаточно высокая активность детей, формируется ответственность за выполнение правил и достижение определенного результата. В подвижной игре дети получают удовлетворение, поэтому даю детям возможность поиграть, набегаться, полностью ощутить привлекательность взаимодействия в коллективе сверстников. Каждый ребенок должен чувствовать себя в обществе сверстников, как равный среди равных. Активные действия в игре помогают детям устранить неуверенность в своих силах, застенчивость, робость. В своей работе мы используем разнообразные виды подвижных игр: игры-эстафеты, игры с элементами спорта, сюжетные игры, безсюжетные игры, народные игры; хороводные; спортивные упражнения. Особое

внимание отводим играм с мячом. Мяч – снаряд, требующий проворных рук и повышенного внимания. Мяч – удивительно интересная игрушка, его роль важна в развитии координации движений кисти руки, а, следовательно, и совершенствовании коры головного мозга. Ребенок, играя, выполняет разнообразные манипуляции с мячом: целится, отбивает, подбрасывает, соединяет движения с хлопками, поворотами. Эти игры развивают глазомер, двигательные координационные функции. С детьми младшего и среднего возраста проводим такие игры: «Прокати мяч», «Бери мяч», «Брось и догони», «Скати с горки», «Мяч в кругу», «Мяч лови – свое имя говори», «Попади в воротаки», «Мой веселый звонкий мяч». А с ребятами старшей и подготовительной групп организуем игры посложнее: «Мяч водящему», «Передал – садись», «Играй, играй – мяч не теряй!», «Мяч бросай – слово называй», «Проведи, не задень». В конце занятия проводятся малоподвижные игры, релаксационные упражнения «Летает, не летает», «Затейники», «Пушистые облака» или медитация.

Положительный эффект в решении задач по физическому воспитанию дают игры, возникающие по инициативе детей – самодеятельные и самостоятельные.

Инициатива и самостоятельность у детей не может возникнуть сама по себе. Поэтому на физкультурных занятиях, как в зале, так и на воздухе детям предлагается организовать подвижные игры. Такие игровые задания используются как часть занятия. Мы проводим целые занятия, выстроенные на играх, предложенных детьми, а также предлагаем придумать свой вариант игры. Этот класс игр представляется наиболее продуктивным для развития интеллектуальной инициативы, творчества ребенка, которое проявляется в постановке себе и другим играющим новых игровых задач; для возникновения новых мотивов и видов деятельности. Игры, возникающие по инициативе самих детей, наиболее ярко представляют игру как форму развития общения и взаимодействия детей со сверстниками. Ведь дети должны за очень короткое время суметь договориться и принять решение, удовлетворяющее всех участников игры.

Совместно со специалистами используем игровые технологии в организации активного отдыха и физкультурно-массовых мероприятий, в которых при-

нимают участие родители и дети. К ним относятся Дни здоровья, физкультурные досуги, физкультурно-спортивные праздники, игры – соревнования, совместные летние походы, которые являются эффективной формой активного отдыха детей. В нашем детском саду на физкультурные праздники приглашаются родители, сестры, братья, бабушки и дедушки. Темы праздников самые разнообразные: «Весёлые старты», «Путешествие в снежную страну», «Мой папа – супергерой». Но наибольшую пользу для оздоровления и закаливания детей приносят физкультурные праздники, организованные на открытом воздухе. Во время физкультурного досуга дети участвуют в развлекательных играх, забавах, танцуют, отгадывают загадки. Большое количество игр носит характер эстафет, где дети делятся на команды, соревнующиеся между собой. Физкультурный досуг не требует специальной подготовки, он строится на хорошо знакомом материале и проводится несколькими группами, близкими по возрастному составу (старшие и подготовительные группы, младшие и средние). Такие мероприятия в нашем детском саду проводятся раз в месяц.

Создание эмоционального комфорта детей – важнейшая задача нашего детского сада. Мы стремимся к тому, чтобы современные игровые технологии присутствовали во всех видах образовательной деятельности. Это поможет обеспечить более бережное отношение к физическому здоровью воспитанников, выявить и развить способности и потенциал каждого ребенка.

В заключение хочется привести слова знаменитого педагога Сухомлинского: «Единственный язык, который легко дается детям – это язык игры. Именно игра позволяет скорректировать возникающие возрастные проблемы и сложности. Без игры жизнь ребенка невозможна!»

Список литературы

1. Бабаева Т.И. Детство. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного воспитания / Т.И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, З.И. Михайлова [и др.]. – СПб., 2011.
2. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого / В.К Бальсевич. – М.: ФиС, 2000.

3. Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4–5 лет в ДОУ. Практическое пособие для старших воспитателей и педагогов ДОУ / Т.М. Бондаренко. – Воронеж, 2012. – 207 с.

4. Буренкова А.А. Технологии образовательной кинезиологии в развитии детей дошкольного возраста. Методическое пособие / А.А. Буренкова. – Новокубанск, 2021. – 41 с.

5. Виноградова Н.А. Физическое развитие дошкольников. Часть 1. Охрана и укрепление здоровья: учебное пособие / Н.А. Виноградова. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 144 с.

6. Воробьева Е.В. Технология модульно-блочного обучения в формировании творчества и воображения специалиста / Е.В. Воробьева // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия «Образование, здравоохранение, физическая культура». – 2005. – №4 (44). – С. 250–254.

7. Макота В.Ю. Современные игровые технологии в физическом развитии дошкольников / В.Ю. Макота [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2018/10/26/soobshchenie-iz-opyta-raboty-po-teme-sovremennye-igrovyie-tehnologii-v> (дата обращения: 20.01.2023).