

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Петрова Наталья Александровна

инструктор по физической культуре

АНО ДО «Планета детства «Лада» Д/С №67 «Радость»

г. Тольятти, Самарская область

СОВРЕМЕННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПО ОСУЩЕСТВЛЕНИЮ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ

Аннотация: в данной статье идет рассуждение о физическом состоянии детей дошкольного возраста, а также о современных образовательных технологиях по осуществлению оздоровительных мероприятий в системе дошкольного воспитания.

Одной из важнейших проблем современного общества является существенное ухудшение состояния здоровья детей дошкольного возраста, постоянно снижающийся уровень их физических кондиций.

Анализ многочисленных исследований этой проблемы свидетельствует, что около 80% рождающихся в России детей имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья, и только около 30% детей можно считать вполне здоровыми.

Очевидно, особая роль в решении, как существующих проблем здоровья детей, так и возникающих в связи с изменениями в социально–экономической жизни общества принадлежит научным исследованиям, раскрывающим эффективные механизмы оздоровления человека.

Введение в действие Федерального государственного стандарта образования заставляет пересмотреть методы и формы организации педагогического процесса в детском саду. Стандарт направлен на решение первостепенной задачи образовательной области «Физическое развитие»: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей.

Требования Стандарта к результатам освоения Программы представлены в

виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально – нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования, звучат следующим образом: у ребенка развита крупная и мелкая моторика, он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Учитывая данные требования, важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Таким образом, наиглавнейшим направлением в работе педагогов детского для решения основной задачи дошкольного образования по сохранению и укреплению здоровья ребенка, становится обеспечение оптимального двигательного режима, определение достаточного времени в режиме дня для осуществления оздоровительных мероприятий.

На этапе реформирования и модернизации системы дошкольного образования воспитатель ДОО не может обойтись без современных технологий, которые формируют у дошкольников предпосылки учебной деятельности. Дошкольное образование ориентировано на внедрение здоровьесберегающих технологий.

В практике работы детского сада №67 «Радость» общеразвивающего вида была создана и реализована методика по совершенствованию двигательной активности дошкольников – «Волшебная дорожка», которая представляет собой спортивное оборудование в форме тренировочной (координационной) лестницы из полиэстера с перекладинами из пластика, длиной около четырех метров и шириной сорок – пятьдесят сантиметров. Расстояние между перекладинами регулируется, на концах лент пластиковые карабины для прикрепления другой лестницы, в случае необходимости увеличения большей длины лестницы.

Уникальность данного пособия заключается в разнообразии способов применения в самостоятельной, совместной и образовательной деятельности, а также во всех режимных моментах.

«Волшебная дорожка» может использоваться на любом этапе образовательной деятельности:

- в разминке: в различных видах ходьбы, бега и прыжках;
- в основных видах движения;
- в подвижных играх.

Особенностью работы с тренировочной лестницей, заключается в том, что координация движений, быстрота и сила ног, выносливость развиваются за счёт увеличения скорости выполнения упражнений и их усложнения. Кроме этого, с помощью разнообразных упражнений, развиваются мышцы стопы и голеностопа, что очень важно для дошкольников в профилактике плоскостопия.

Используя данное оздоровительное пособие, хочется отметить, что с его помощью, наиболее эффективно, можно проводить индивидуальную и дифференцированную работу с дошкольниками по формированию навыков двигательной активности.

Кроме физического развития, с помощью координационной лестницы, у дошкольников формируются социально – коммуникативные навыки поведения: дети становятся более внимательными, дисциплинированными, проявляют больший интерес к занятиям физической культурой, учатся договариваться между собой, помогать друг другу.

Таким образом, результатами планомерной работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников нашего дошкольной образовательной организации, являются результаты диагностики по выявлению сформированности двигательной активности у старших дошкольников (программа «Развитие», Л. Венгер). Показатели высокого и среднего уровня выносливости увеличился с 89% в 2012 году до 91% в 2013 году, низкий уровень ловкости – снизился с 8% до 6% в 2013 году, а высокий и средний показатели сформированности координационных способностей увеличился на 3%, с 83% в 2012, до 86% в 2013 году.

Список литературы

1. Аксенова, Н.А. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях / Н.А. Аксенова // Дошкольное воспитание. 2000. – № 6. – С.37–39.

2. Аршавский, И.А. Ваш малыш может не болеть / И.А. Аршавский. М.: Советский спорт, 1990. – 30., ил. – (Физкультура для здоровья).