

Консультация для воспитателей
«Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе ДОУ»

подготовил инструктор по ФИЗО Борисов С.Н.

Сохранение и укрепление здоровья детей — основная цель любого ДОУ. Коллектив ДОУ большое внимание уделяет укреплению здоровья и физическому развитию воспитанников и в соответствии с этим решает задачи воспитательно-образовательной работы. Сегодня я хочу познакомить вас с инновационными формами физкультурно-оздоровительной работы с детьми от 1,5 до 7 лет.

При внедрении новой формы работы — **оздоровительно-игрового «часа»**, следует учитывать: продолжительность и интенсивность двигательной активности, обогащение содержания и увеличение количества основных движений, индивидуальные особенности в объеме и виде основных движений, ярко выраженную тенденцию к повышению двигательной активности в весенне-летний период и ее снижению в осенне-зимний период.

Основным приемом организации такого «часа» для малышей является «игровой момент». Оздоровительно-игровой «час» для малышей организуется воспитателем после дневного сна. Его длительность составляет для детей с 1,5 до 2 лет — 8 мин, с 2 до 3 лет — 8—10 мин. Ведущая роль в данной форме работы с детьми, естественно, принадлежит воспитателю. Организация оздоровительно-игрового часа предусматривает творческий подход: воспитатель может заменить игру, использовать музыкальное сопровождение, ввести дополнительные игровые персонажи, использовать художественное слово и др. Но при этом необходимым условием остается учет оптимальной физической нагрузки и эмоциональное состояние малышей.

Другой формой физического развития детей от 3 до 7 лет стал **«час» двигательного творчества**, когда они имеют возможность сами выбрать вид двигательной деятельности, спортивный инвентарь, партнера и т.д., другими словами, дети могут почувствовать себя хозяевами в спортивном зале, освоить его пространство. Отсутствие внешней регламентации позволяет им оценивать собственные действия как успешные или неуспешные. Самостоятельное перемещение в зале способствует снятию зажатости, нерешительности, скованности, развивает уверенность в своих силах, в своей безопасности и причастности к общему делу. Для часа двигательного творчества используются разнообразные виды движения: от хорошо знакомых детям подвижных игр до совместной со взрослым или сверстниками деятельности в организованном физическом пространстве. Час двигательного творчества проводится во второй половине дня в спортивном зале под непосредственным контролем и при активном участии воспитателя. Поощряется также участие родителей. Все это стимулирует активность детей («мы сами»), они начинают интересоваться умениями товарищей, помогают

друг другу, обмениваются опытом, учатся действовать совместно, уверенно ориентируются в спортивном зале.

В образовательный процесс может быть введен третий дополнительный час физкультурной деятельности — *динамический «час»*, который организуется воспитателем на дневной прогулке. Его длительность составляет 18—20 мин в группах младшего и среднего возраста, 25—30 мин в группах старшего дошкольного возраста. Содержание определяется в соответствии с возрастом детей.

Вместо классической организации физкультурной деятельности на воздухе упор был сделан на основной вид детской деятельности - игру.

Структура динамического часа состоит из двух частей.

1. *Оздоровительная разминка* подготавливает организм к физической нагрузке. В игровой форме используются различные виды ходьбы, бега, прыжков, имитационные движения, упражнения для профилактики плоскостопия и осанки.

2. *Оздоровительно-развивающая* — тренировка определенного вида физических умений и навыков, развитие физических качеств, формирование умения играть вместе в подвижные игры.

Число заданий в первой и второй частях зависит от возраста детей, погодных условий, двигательной активности и умений, места проведения динамического часа и т.д. Для повышения интереса к выполнению заданных упражнений используются образно-игровые сюжеты: «циркачи», «юные следопыты», «индейцы», «оленоводы» и др.

В зависимости от времени года, места проведения, погодных условий и поставленных задач можно рекомендовать несколько вариантов построения динамического часа:

- игровые упражнения и подвижные игры;
- игровые упражнения, подвижные и спортивные игры;
- спортивные игры и игровые упражнения;
- игровые упражнения, игры-эстафеты;
- игровые упражнения, хороводные игры.

В наиболее холодные зимние месяцы (январь—февраль) динамический час организуется в центре двигательной активности музыкальном или спортивном зале при соблюдении температурного режима, в облегченной одежде. Динамический час организуется воспитателем в соответствии с перспективным планом. Можно производить замену одной или нескольких структурных единиц с обязательным сохранением двигательной нагрузки и учетом интересов детей и природно-климатических условий в день его проведения.

Система здоровьесберегающих физкультурно-оздоровительных мероприятий, реализуемая ДОУ, и контроль за организацией инновационных форм двигательной активности (ДА) позволят снизить заболеваемость воспитанников. Без увеличения нагрузки детям может быть предложена насыщенная разнообразными возможностями двигательная деятельность, что позволит реализовать главную их потребность — потребность в движении.