

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА ДОУ КАК СРЕДСТВО УСПЕШНОЙ СОЦИАЛИЗАЦИИ РЕБЕНКА

(из опыта работы на методическом объединении)

Петрова Н.Л.,

МБДОУ № 23,

Инструктор по ф-ре

(Слайд 2) Социализация ребенка - процесс сложный и длительный. С одной стороны, общество заинтересовано в том, чтобы ребенок принял и усвоил определенную систему социальных и нравственных ценностей, идеалы, нормы и правила поведения, стал его полноправным членом. С другой стороны, на формирование личности ребенка оказывают влияние разнообразные стихийные, спонтанные процессы, происходящие в социуме. Совокупный результат таких целенаправленных и стихийных влияний не всегда предсказуем и отвечает интересам общества. Таким образом, социализация, базируясь на воспитании, выступает определяющим фактором развития личности.

На наш взгляд, в процессе социализации принимает участие все окружение ребенка: семья, соседи, сверстники, педагоги. И, конечно же, немаловажное значение на процесс вхождения человека в общество оказывает его здоровье. Здоровье надо беречь с детских лет и среда, которая окружает ребенка дома, в детском саду, в школе должна помогать ему расти крепким физически и морально, быть благоприятной, сохранять его здоровье, т.е быть здоровьесберегающей.

(Слайд 3, 4) Под понятием "здоровьесберегающая среда" мы понимаем окружающую и социальную среду, которая способствует достижению полноценного формирования личности, содействует ее физическому, духовному и социальному благополучию.

(Слайд 5,6,7,8) Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является организация предметно- пространственной развивающей среды в ДОУ. Предметно- пространственная развивающая среда моделируется с учетом реализации основных направлений развития ребенка и

обеспечивает реализацию всех образовательных областей, которые прописаны в ФГОС ДО. Внедряя в практику новые подходы в организацию предметно – пространственной развивающей среды мы обеспечиваем полноценное развитие дошкольников; сохранение и укрепление физического, психического здоровья, повышение устойчивости к стрессам; развиваем полноценную личность, познавательную активность и творческие способности; развиваем коммуникативные качества личности дошкольников.

(Слайд 9) А чтобы создать предметно-пространственную развивающую среду в дошкольной образовательной организации должна быть создана материально-техническая база, в нашем случае, для физического развития детей: физкультурный и музыкальный залы с соответствующим оборудованием, спортивным инвентарем, современные малые игровые формы и площадки.

В настоящее время активно разрабатываются и вводятся новые формы работы с дошкольниками, так называемые, фитнес – помощники, тренажеры и физкультурное оборудование, которое позволяет повысить эффективность занятий. Много новых программ основывается на большое количество дорогостоящего физкультурного оборудования, приобрести которое не может позволить себе рядовой детский сад.

Как сделать так, чтобы процесс физкультурного воспитания стал интереснее, разнообразнее?

Из всего многообразия нового спортивного физкультурного оборудования мы остановились в использовании нетрадиционного физкультурного оборудования при проведении занятий физкультуры.

(Слайд 10,11) Результатом педагогических исследований и размышлений стал проект «Использование современного физкультурного оборудования в ДОУ по образовательной области «Физическое развитие».

Характеристика используемого нетрадиционного и современного физкультурного оборудования.

(слайд 12) *Мяч гимнастический большого диаметра. (фитбол)*

Фитбол – красивая игрушка, модное увлечение, эффектный предмет интерьера. Но не только. Надувной мяч хорош еще тем, что идеально подходит для занятий с детьми и практически не имеет противопоказаний. Фитбол – это мяч, предназначенный для оздоровления. Фитбол отличается от волейбольного, баскетбольного не только размером, мяч разработан специально для укрепления отдельных групп мышц. Это превосходный помощник для развития чувства равновесия, координации движений. Мячи помогают развивать и укреплять мышцы спины, пресса, ног и рук, формировать правильную осанку детей и корректировать ее у взрослых. Казалось бы ничего особенного.

«Мяч здоровья» отлично снимает напряжение с позвоночника, суставов. Занятия помогают выработать и поддержать правильную осанку, ведь балансировать и удерживать равновесие на мяче можно только если спина выпрямлена, плечи расправлены, ноги стоят ровно.

(Слайд 13 – 28) *Степ – платформа.*

Степ-аэробика – это ритмичные движения вверх и вниз по специальной степ-платформе.

Степ-аэробика развивает подвижность в суставах, формирует свод стопы, тренирует равновесие, укрепляет мышечную систему, улучшает гибкость, пластику, восстанавливает тонус тела, нормализует деятельность сердечно-сосудистой системы, помогает выработать хорошую осанку, красивые, выразительные и точные движения, способствует гармоничному развитию.

Для работы по данной технологии не требуется приобретения дорогостоящего оборудования. Достаточно шаговой скамейки, высотой не более 8 см, шириной

— 25 см, длиной — 40 см, обтянутой мягким дерматином, которую можно изготовить своими руками.

Упражнения для степ-аэробики подбираются преимущественно циклического характера (в основном, это ходьба, вызывающие активную деятельность органов кровообращения и дыхания, усиливающие обменные процессы, простые по своей двигательной структуре.

Комплекс упражнений состоит из подготовительной и основной части. Подготовительная часть обеспечивает разогревание организма, подготовку его к главной физической нагрузке. Все упражнения основной части выполняются на степе в легком танцевальном ритме с небольшой амплитудой. Заканчивается комплекс аэробики упражнениями на дыхание и расслабление, выполняемыми в медленном темпе.

Один комплекс степ-аэробики, как полное занятие, выполняется детьми в течение трех месяцев, некоторые упражнения по мере их усвоения могут изменяться и усложняться.

Степ-аэробика проводится под веселую музыку, знакомую детям. Можно использовать современную эстрадную музыку. Самое главное, чтобы она была ритмичная, жизнерадостная и эмоциональная.

Коллективные занятия детей под музыкальное сопровождение воспринимаются воспитанниками гораздо лучше, повышают их эмоциональность. Выполняя совместные упражнения, дети не чувствуют дискомфорт, неуверенность даже если не всё получается.

В детском саду мы используем следующие варианты степ-аэробики:

- в форме полных занятий оздоровительно-тренирующего характера с детьми старшего дошкольного возраста, продолжительностью 25—35 мин. ;

- как часть занятия (продолжительность от 10 до 15 мин.) в виде ОРУ с предметами и без;
- в форме утренней гимнастики, что усиливает ее оздоровительный и эмоциональный эффект;
- в показательных выступлениях детей на праздниках;
- как степ-развлечение;

Степ-платформа используется разнообразно:

- в качестве оборудования для формирования основных видов движений: бег, ходьба, прыжки, ползание;
- для подвижных игр как для детей старшего, так и младшего возраста,
- для проведения эстафет,
- для выполнения ритмических композиций, танцевальных движений, игроритмики и элементов эвритмики;
- для индивидуальной и самостоятельной двигательной активности.

Традиционные и всем знакомые подвижные игры так же можно разнообразить, используя ступы.

1. Игра «Воробышки и автомобиль». Дети располагаются на ступах («в гнездышках»). Под веселую музыку воробышки разлетаются по залу. По сигналу «Автомобиль!» бегут и забираются каждый на свою платформу.

(Слайд 29,30,31,32) Деревья для эстафет «Собери урожай», «Иголки и колючки».

Авторская разработка инструктора по физкультуре. Ствол деревьев сделан на чем хранится линолеум, остальное фанера.

(Слайд 33) *«Цветик-семицветик»*

(Слайд 34,35) «Цыплят по осени считают» используется в адаптационный период.

(Слайд 36,37) «Волшебное колесо». В ДОУ 3 колеса., используется как сюрпризный момент.

Как вы думаете можно ли пролезть в такое маленькое отверстие?

(Слайд 38,39,40,41) Предметно-развивающая среда на территории ДОУ также организована с учётом необходимости сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Педагогами нашего учреждения уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе. Прежде всего на территории д/сада и на участках групп выделено единое пространство физического развития, которое объединяет зоны, в наибольшей степени стимулирующие двигательную активность детей: сюда включаются специально выделенные зоны подвижных и спортивных игр на участках, На участке ДУ имеется спортивная площадка, оборудованная беговой дорожкой, ямой с песком для прыжков, а также оформлено разнообразное спортивно-игровое оборудование.