

Инновационные подходы в физическом воспитании детей дошкольного возраста

О.Н.Владимирова. г. Кемерово

Работа по оздоровлению и физическому воспитанию детей должна строиться на основе ведущей деятельности детей дошкольного возраста – игровой, а двигательно-игровая деятельность – это основа воспитания, оздоровления, развития и обучения детей дошкольного возраста. Только благодаря применению игровой деятельности и правильно сформированной системе физкультурно-оздоровительной работы, можно добиться снижения уровня заболеваемости у детей.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования определяет содержание образовательной области «Физическое развитие» направленного на достижение следующих целей:

- формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой;
- гармоничное физическое развитие
- развитие физических качеств: скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Образовательная область «Физическое развитие» должна быть направлена, главным образом, на достижение важнейшей цели – формирование представлений у дошкольников о здоровом образе жизни. Важнейшая роль в физическом воспитании ребенка по-прежнему принадлежит воспитателям и инструкторам. Именно их умение методически правильно организовать и провести занятия, **нестандартные подходы** к выбору форм и средств их проведения – важнейшие компоненты развития интереса к занятиям, формирования у ребенка необходимых привычек, двигательных умений и навыков.

Применение инновационных технологий в физическом воспитании дошкольников - одно из главных условий для проведения результативной работы на современном этапе.

Современные направления физического воспитания дошкольников делятся на два основных направления:

1. Детский фитнес: фитбол, степ, йога, батут, аквааэробика и другие

2. Спортизация: внедрение отдельных элементов видов спорта (спортивной, художественной гимнастики; единоборства; спортивные игры: волейбол, баскетбол, плавание и др., круговая тренировка, тренажеры

1. Детский фитнес:

Фитбол-гимнастика – это занятия на больших упругих мячах. Фитбол-гимнастика позволяет решать следующие задачи: развитие двигательных качеств, обучение основным двигательным действиям, развитие и совершенствование координации движений и равновесия, укрепление мышечного корсета, создание навыка правильной осанки, улучшения функционирования сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нормализация работы нервной системы, стимуляция нервно-психического развития, улучшение коммуникативной и эмоционально-волевой сферы.

Степ – аэробика для детей дошкольного возраста. Занятия со степом способствуют: формированию осанки, укреплению мышечного корсета, развитию координации движений, формированию умения ритмически согласованно выполнять простые движения.

Йога для детей: совершенствует силу, выносливость, увеличивает пластичность и гибкость суставов, улучшает работу вестибулярного аппарата, успокаивает и гармонизирует эмоциональное состояние ребёнка

Аквааэробика - это вид деятельности, основанный на умеренных по интенсивности движениях в воде под музыку. Занятия аквааэробикой способствуют: релаксации и расслаблению нервной системы, разгрузке как позвоночника, так и всего опорно-двигательного аппарата, массажному эффекту, улучшению циркуляции крови, лимфы в организме, развивать координацию и выносливость, закаливанию.

2. Спортизация:

Одно из направлений спортизации - внедрение отдельных элементов разных видов спорта: спортивной, художественной гимнастики; единоборства; плавание; спортивные игры: волейбол, баскетбол, футбол и др.)

Круговая тренировка. В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста рекомендуется применять упрощенные варианты круговой тренировки, предусматривающие дифференцирование нагрузки посредством последовательного использования на "станциях" однотипных упражнений, отличающихся друг от друга различной степенью трудности.

Использование современных тренажеров в практике физического воспитания дошкольников позволяет обеспечить функциональную тренировку организма ребёнка, современные тренажеры сложного устройства имеют привлекательный вид, тем самым побуждают детей к двигательной активности.

Внедрение инновационных технологий – одно из важных условий для успешного проведения физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ в соответствии с ФГОС ДО, для создания необходимой здоровьесберегающей среды, ориентированной на интересы и возможности каждого ребенка.