

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ ПО ПРИОБЩЕНИЮ ДОШКОЛЬНИКОВ К ЗОЖ

Федорченко Елена Юрьевна (учитель-дефектолог/старший воспитатель детского сада «Дельфин» г. Нефтегорска)

Для решения задач физического развития детей старшего дошкольного возраста в детском саду «Дельфин» г. Нефтегорска ведётся работа по формированию мотивации к выполнению норм комплекса ГТО 1 степени. Поэтому с детьми 5 – 7 лет используются педагогические практики, такие как:

- ежедневная утренняя гимнастика;
- 1 раз в неделю третье физкультурное занятие на открытом воздухе;
- ежедневное выполнение упражнений по дневнику «Я Готов» в детском саду и дома;
- 1 раз в месяц физкультурно-познавательный досуг по теме ГТО;
- коллекционирование экспонатов для мини-музея «История спорта»;
- зимний и летний праздники с детьми и родителями;
- спортивные мероприятия разного уровня;
- тестовые испытания выполнения норм ГТО 1 степени детьми 6-7 лет.

Данные практики разработаны и апробированы в течение трёх лет работы региональной опорной площадки на базе детского сада по физическому развитию.

Остановимся на каждой форме подробнее.

Утренняя гимнастика представлена циклом комплексов на учебный год, объединённых единой темой ГТО, разработанных инструктором по физической культуре нашего детского сада.

К комплексу подобраны музыкальные произведения на спортивную тематику с ярко выраженным ритмом и различным темпом.

Утренняя гимнастика состоит из двух частей:

1 часть – разнообразные упражнения в ходьбе, беге со сменой темпа, направления и в различных построениях и перестроениях. Они не длительны, 1,5 – 2 минуты.

2 часть – это комплекс из 6 - 8 общеразвивающих упражнений.

В течение года воспитатель проводит 1 раз в неделю физкультурное занятие на открытом воздухе.

Третье физкультурное занятие, как и любое занятие по физическому развитию, состоит из трех взаимосвязанных частей: вводной, основной и заключительной. В структуре занятий, разработанных в нашем детском саду, неизменной остается только вводная часть, а все последующие части адаптированы под цели и задачи, направленные на подготовку детей к выполнению тестовых испытаний ВФСК ГТО. Поэтому в содержание подвижных и малоподвижных игр включены речевки, считалки, кричалки по теме ГТО, специально подобранные и разработанные коллективом нашего детского сада.

Содержание занятий входит в авторское Методическое пособие к проведению третьего НОД на открытом воздухе для детей старшего дошкольного возраста.

Инструктор по физической культуре проводит один раз в месяц физкультурно-познавательные досуги и два спортивных праздника: зимний и летний.

Праздники, объединенные темой ГТО, уже разработаны и опубликованы в Методических рекомендациях.

В детском саду функционирует мини - музей «История спорта». Экспонаты, представленные в музее, собраны силами педагогов, родителей воспитанников, детьми и социальными партнерами и представлены в виде коллекций. За время работы площадки музей пополнился несколькими видами коллекций посвящённых теме ГТО, это «История ГТО в картинках» (плакатная часть экспозиции), «Достояние ГТО в мире наград» (значки, медали, кубки), «Современные символы ГТО», семейная коллекция «Спортивные награды моей семьи», пластилиновая коллекция «Символы ГТО» и «Коллекция спортсменов».

Дети, которые являются потенциальными участниками выполнения норм ГТО, дополнительно работают с Дневником «Я Готов» в детском саду и дома.

Каждую неделю ребенок выполняет по два упражнения на развитие определенных физических качеств: одно упражнение выполняется – в детском саду, другое – дома.

После выполнения двигательного задания, ребенок заполняет Дневник соответствующим стикером – смайлом.

В групповой комнате для детей оформлены уголки двигательной активности в соответствии с Методическими рекомендациями. Для родителей оснащены информационные стенды по подготовке к комплексу ГТО первой ступени.

По рекомендациям инструктора по физической культуре родители дома в комнате у ребенка оборудуют спортивный уголок, или подготавливают место для выполнения ребенком двигательных заданий. Некоторые задания можно выполнять на открытой площадке во дворе, на стадионе. Некоторые упражнения предполагают совместное с родителями выполнение, например, бег вокруг дома, подъем по лестнице и др. Это эмоционально обогащает детей, укрепляет веры в свои силы и мотивируют их на физическую активность при поддержке и личном примере родителя.

В течение учебного года ребята тренируются, а, уже перейдя в подготовительную к школе группу, когда им исполняется 6 лет, переходят к следующему этапу, непосредственному выполнению тестовых испытаний. Родители лично регистрируют своего ребёнка на сайте gto.ru. Весь комплекс сдаётся не сразу, а распределён на весь календарный год, в соответствии с графиком Центра тестирования.

Имея результат и положительные отзывы от родителей, коллег, с уверенностью можем сказать, что используемые педагогические практики помогают приобщать дошкольников к ЗОЖ.

Литература

1. Готовимся к сдаче норм ГТО в детском саду и дома: методическое пособие по развитию общей физической подготовленности посредством подготовки к ФСК ГТО 1 ступени детей старшего дошкольного возраста О.Л. Шими́на, Е.Ю. Федорченко, И.Е. Лобина, С.М.Струкова. – Самара: Научно-технический центр, 2019. – 114 с.
2. Дневник для детей старшего дошкольного возраста по подготовке к сдаче норм ГТО в детском саду и дома «Я ГоТОВ» 1 часть (Струкова С.М., Лобина И.Е., Шими́на О.Л., Федорченко Е.Ю.)
3. Дневник для детей подготовительной к школе группы по подготовке к выполнению норм ГТО в детском саду и дома «Я ГоТОВ» 2 часть (Струкова С.М., Лобина И.Е., Шими́на О.Л., Федорченко Е.Ю.)
4. Методические рекомендации «Система работы в ДОУ по развитию общей физической подготовленности посредством подготовки к комплексу ГТО 1 ступени детей старшего дошкольного возраста и приобщение к ценностям здорового образа жизни» (Струкова С.М., Лобина И.Е., Шими́на О.Л., Федорченко Е.Ю.)