«Инновационные технологии физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ»

Согласно ФГОС ДО в процессе образовательной деятельности в дошкольном учреждении необходимо плавно сочетать индивидуальный и дифференцированный подход к каждому ребенку.

Этап врастания ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в первую общественную образовательную систему – это время дошкольного детства, дошкольное обучение и воспитание. Работа по физическому воспитанию в первую очередь должна быть направлена на решение общих и коррекционных задач. Одной из основных задач является стимулирование позитивных сдвигов в организме, формирование двигательных умений и навыков физического развития, направленных на развитие и совершенствование организма, на жизнеобеспечение, на адаптацию в обществе. Одним из путей коррекции психомоторного, речевого, эмоционального и общего психического развития детей в ДОУ является целенаправленное использование в процессе физического воспитания известных физкультурно - оздоровительных методик и инновационных технологий, адаптированных к возрастным и индивидуальным особенностям детей.

В настоящее время для детей с ОВЗ в системе занятий по физическому развитию наиболее актуально включение адаптивной физической культуры (АФК). Эта система включает комплекс мероприятий спортивно оздоровительного характера, направленных на адаптацию и реабилитацию в социальной среде детей с ограниченными возможностями здоровья. Преодолевая психологические барьеры, препятствующие ощущению полноценной жизни, ребенок осознает необходимость своего личного вклада в социальное развитие общества. Занимаюсь с детьми АФК, необходимо учитывать рекомендации всех специалистов индивидуально для каждого ребенка и обеспечить лечебный, общеукрепляющий, реабилитационный и профилактический эффекты. Улучшение качества жизни детей с ОВЗ по

средствам спорта и физической активности- главная задача АФК: необходимо формировать у детей потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни, развивать способность к преодолению физических нагрузок, психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни, формировать функции разных систем и органов вместо нарушенных или отсутствующих.

Важным компонентом является включение родителей в совместную деятельность со специалистами, педагогами. Обучить родителей педагогическим технологиям по организации жизни ребенка в обществе и осуществление комплексной оздоровительной работы во взаимодействии со специалистами – основная задача педагогов. К сожалению, родители, зная и понимая важность оздоровительных мероприятий, не делают утреннюю гимнастику, не имеют дома элементарных спортивных снарядов, не посещают в выходные дни спортивные учреждения, не соблюдают режима дня и питания.

Чтобы сохранить и улучшить здоровье детей в один из самых ответственных периодов жизни, необходима огромная работа с семьей. Задача педагога ДОУ – своевременно и поэтапно включать родителей в совместную деятельность со всеми специалистами образовательного учреждения. Система занятий по АФК лежит в основе организации всей жизни детей в дошкольном учреждении и в семье. В режиме должны быть предусмотрены технологии сохранения и стимулирования здоровья, а также технологии обучения здоровому образу жизни и нетрадиционные коррекционные методики с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей с ОВЗ.

Утренняя гимнастика с элементами кинезиологических упражнений.

При проведении утренней гимнастики используются кинезиологические комплексы как индивидуальные, так и общие, групповые. Кинезиологические упражнения, совершенствуя мелкую моторику рук, развивают межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта. Имитационные движения способствуют формированию у детей представлений о средствах

двигательной выразительности, помогают войти в воображаемую ситуацию, увидеть и понять образ другого (новый образ «Я»), вести диалог через язык жестов, мимики, поз.

Ритмическая гимнастика.

Это комплекс упражнений, которые проводятся под музыку и обычно очень нравятся детям. Гимнастика развивает ловкость и координацию движений.

Нетрадиционные виды упражнений.

Игровой самомассаж.

Является основной для закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомоссажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитию навыков собственного оздоровления.

Пальчиковая гимнастика.

С помощью пальчиковой гимнастики развивается мелкая моторика, стимулируются речевые и моторные центры ребенка. Веселые игры доставляют удовольствие детям, сопровождаются интересными стишками.

Динамические паузы.

Снимают усталость и переключают внимание во время работы на занятиях.

Подвижные игры.

Способствуют выходу запасов энергии, развитию координации движений, при этом прививаются навыки общения и укрепляется психоэмоциональное здоровье.

Дыхательная гимнастика.

Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой.

Корригирующая гимнастика.

Способствует коррекции имеющихся недостатков в физическом развитии. Воспитывает бережное отношение к своему телу. Дает заряд бодрости на весь день.

Бодрящая гимнастика после дневного сна.

Поднимает настроение и мышечный тонус детей с помощью физических упражнений, устраняет сонливость и вялость, помогает организму «проснуться».

Физкультминутки.

Повышают и удерживают умственную работоспособность детей на занятиях, обеспечивают кратковременный активный отдых для дошкольников во время занятий.

Сказкотерапия.

Обыгрывание ситуаций с любимыми героями сказок позволяет легко добиться замечательных результатов в области психологии, развития и воспитания малышей.

Креативная гимнастика.

Предусматривает целенаправленную работу с применением нестандартного оборудования – «Дорожка здоровья».

Физкультурные занятия.

Совершенствуют двигательные умения и навыки детей, развивают быстроту, ловкость, выносливость, гибкость.

Релаксация.

Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим- сконцентрировать внимание, снять возбуждение.

Прогулки на свежем воздухе в любое время года.

Оказывают закаливающее воздействие на организм в естественных условиях.

Системный подход к организации физкультурно-коррекционных мероприятий, внедрение здоровьесберегающих технологий по АФК позволяет эффективно осуществлять коррекцию нарушений в развитии детей.

Внедрение в практику работы физкультурно- коррекционных мероприятий данной системы, в которой присутствует обучение, воспитание и оздоровление, позволяет достичь положительных результатов.

Дошкольный возраст является важнейшим периодом формирования здоровья и психофизического развития ребенка.

Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются те двигательные качества, навыки и умения ребенка, который служит основой его нормального физического и психологического развития.

Нормальное сенсомоторное развитие составляет фундамент всего психологического развития ребенка и является базисом, над которым надстраивается вся совокупность высших психологических функций.