

**Нетрадиционные формы работы
по физической культуре –
одно из условий формирования
потребности в двигательной
активности
у детей старшего дошкольного
возраста**

МДОАУ № 6

Бирюкова Елена Анатольевна

Цель работы:

Создать условия для формирования у старших дошкольников потребности в двигательной активности.

Задачи:

1. Формировать умение использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.
 2. Формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры. >>
 3. Воспитывать стремление участвовать в различных подвижных играх и упражнениях.
 4. Поддерживать интерес детей к различным формам физической культуры
-

Интеграция областей

- «Здоровье» - Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни
 - «Безопасность» - формирование навыков безопасного поведения при проведении подвижных игр и упражнений
 - «Труд»- привлечение детей к участию в расстановке и уборке физкультурного оборудования и инвентаря
 - «Познание» - активизация мышления детей через самостоятельный выбор игры, необходимого оборудования
 - «Коммуникация» - поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы занятий физической культурой
 - «Чтение художественной литературы» - организация игр и упражнений под стихотворные тексты, на темы прочитанных сказок, потешек
 - «Музыка» - проведение подвижных игр, упражнений под музыкальное сопровождение.
-

Диагностические методики:

- диагностика физической подготовленности (Г.Лесковой, Н.Ноткиной)

1. Тест на определение скоростных качеств

Оценка скоростных качества в беге на 30 м с высокого старта.

2. Тест на определение силовых качеств, глазомера, координации

Оценка силовых качеств, глазомера, координации, ловкости при метании мешочка с песком вдаль.

3. Тест на определение ловкости

Определение ловкости при подбрасывании и ловле мяча.

Оценка ловкости, скорости реакции, устойчивости позы при отбивании мяча от пола.

4. Тест на определение скоростно-силовых качеств

Определение скоростно-силовых качеств в прыжке в длину с места

5. Тест на определение выносливости

Изучение выносливость в беге на расстояние.

- диагностика развития самостоятельной двигательной деятельности (Г. Юрко, В.Белоярцева) оценивалась:

по показателю использования детьми физкультурного оборудования в самостоятельной двигательной деятельности

по показателю самоорганизации подвижных игр

- креативность (Е.Р.Торренс) тест «Круги».

Уровень организованной и самостоятельной двигательной деятельности детей

Уровень	Количество детей
Высокий	8%
Средний	50%
Низкий	42%

Основные формы работы по физической культуре.

- различные виды НОД по физической культуре,
 - утренняя гимнастика,
 - упражнения и подвижные игры,
 - гимнастика после сна,
 - самостоятельные подвижные игры,
 - игры на свежем воздухе,
 - спортивные игры.
-

Внедрение в практику дошкольного учреждения нетрадиционных форм работы с детьми по физической культуре

- самомассаж,
- игры с фитболом,
- дыхательная гимнастика,
- релаксация,
- пальчиковая гимнастика,
- креативная гимнастика,
- офтольмотренаж

Самомассаж

Значение:

- повышает производительность детской деятельности,
- снимает напряжение и утомление.
- активно влияет на газообмен, на минеральный и белковый обмен.



Игры с фитболом



Задачи:

- Развитие двигательных качеств;
- Развитие и совершенствование координации движений и равновесия;
- Укрепление мышечного корсета, создание навыка правильной осанки;
- Улучшения функционирования сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- Улучшение кровоснабжения позвоночника, устранение венозного застоя;
- Улучшение коммуникативной и эмоционально-волевой сферы

Офтольмоотренаж

- способствует расслаблению глазодвигательных мышц и мышц, воздействующих на хрусталик,
- снижает напряжение,
- улучшает кровообращение глаз,
- создает благоприятные условия для формирования органа зрения, предупреждает его переутомление.



Пальчиковая гимнастика

Задачи:

- развитие соответствующих отделов мозга,
- обострение тактильных возможностей,
- тренировка мускульной памяти,
- развитие усидчивости и внимания,
- развитие речи,
- подготовка к обучению письму.



Дыхательная гимнастика

Задачи:

- тренировки дыхательных мышц
- профилактики простудных заболеваний.

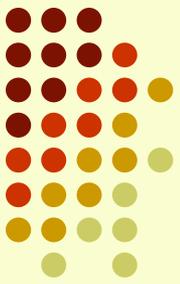


Релаксация

Главная задача
релаксации –
СНЯТИЕ
напряжения



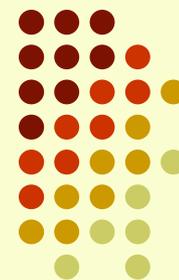
Проект «КРЕАТИВНАЯ ГИМНАСТИКА»



Вид проекта: исследовательский,
творческий

Продолжительность проекта: 3 года.
с сентября 2009 г. по май 2012 г.

Возраст участников: 4-7 лет

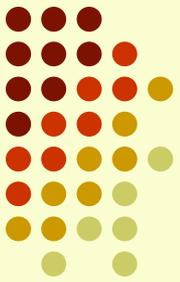


Цель проекта: способствовать формированию творческого потенциала воспитанников, развитию их творческих способностей, навыков самовыражения через движение.

Задачи:

- развивать творческие способности детей в двигательной деятельности**
- совершенствовать умение творческого осмысления движений**
- развивать способности к двигательной импровизации**
- способствовать развитию воображению, фантазии, а так же инициативности и самостоятельности,**

$$W = \frac{(V2 - V1)}{0,5 (V1 + V2)} \times 100$$



Шкала оценки темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста

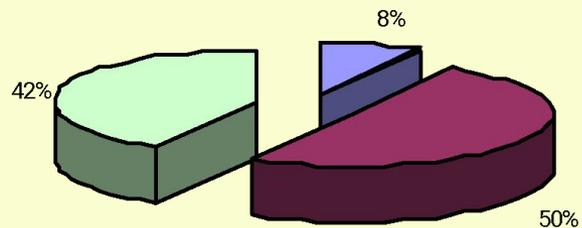
Темпы прироста, %	Оценка	За счет чего достигнуто
прирост до 8	Неудовлетворительно	За счет естественного роста.
8-10	Удовлетворительно.	За счет естественного роста и роста естественной двигательной активности.
10-15	Хорошо	За счет естественного роста, повышения двигательной активности и регулярных занятий физическими упражнениями.
свыше 15	Отлично.	За счет эффективного использования естественных сил природы и целенаправленной системы физического воспитания.

Уровень организованной и самостоятельной двигательной деятельности детей

Уровень	Сентябрь 2011 г	Май 2012
Высокий	8%	62%
Средний	50%	38%
Низкий	42%	0%

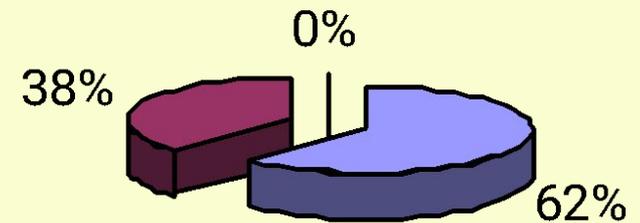
Диаграммы уровня организованной и самостоятельной двигательной деятельности детей подготовительной к школе группы

Сентябрь 2011 г.



- высокий
- средний
- низкий

Май 2012 г.



Использование нетрадиционных форм работы с детьми по физической культуре позволяет:

- Приобщать детей к ценностям здорового образа жизни
- Использовать полученные знания в свободной двигательной деятельности, активно проявляя инициативу и творчество
- Воспитывать у детей интерес к физической культуре



Спасибо за

внимание!

Успехов в

работе!