



## Издательство и Образовательный Центр "Лучшее Решение"

[www.лучшеерешение.pф](http://www.лучшеерешение.pф) [www.lureshenie.ru](http://www.lureshenie.ru) [www.высшийуровень.pф](http://www.высшийуровень.pф)  
[www.лучшийпедагог.pф](http://www.лучшийпедагог.pф) [www.publ-online.ru](http://www.publ-online.ru) [www.полезныекниги.pф](http://www.полезныекниги.pф)  
[www.t-obr.ru](http://www.t-obr.ru) [www.1-sept.ru](http://www.1-sept.ru) [www.v-slovo.ru](http://www.v-slovo.ru) [www.na-obr.ru](http://www.na-obr.ru)

### Научно-практическая конференция "Проблемы передачи педагогического опыта в свете ФГОС"

**Доклад:**

**Развитие интереса к физической культуре у детей старшего дошкольного возраста через нетрадиционные формы физкультурных занятий с использованием ИКТ**

**Докладчик:**

**Чащина Алена Леонидовна**

**МБДОУ "Детский сад № 318", Нижний Новгород**

Современный ребенок много времени проводит в положении сидя или лежа за планшетом, телефоном, перед телевизором. Это приводит к ухудшению кровообращения в мышцах, головном мозге, нарушается циркуляция спинномозговой жидкости. В результате уменьшается подвижность нервных процессов, у детей снижается способность к обучению.

Именно в период дошкольного детства закладываются основы здоровья, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития.

Важно привить детям дошкольного возраста интерес к регулярным занятиям физической культурой, потребность в таких занятиях.

Физкультурные занятия в нетрадиционной форме развивают у детей интерес к движениям и желание самостоятельно заниматься физическими упражнениями, укрепляют знания об их пользе, о роли двигательной активности. Дети становятся более внимательными и наблюдательными, более дисциплинированными.

Поэтому развитие интереса у детей старшего дошкольного возраста к физической культуре считаю актуальным.

**Цель** моей работы: развивать интерес к физической культуре у детей старшего дошкольного возраста через нетрадиционные формы физкультурных занятий с использованием ИКТ.

**Задачи:**

- обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально организованные оптимальные для данного возраста физические нагрузки;
- удовлетворять естественную биологическую потребность детей в движении;
- создать условия для разностороннего развития детей, когда движения и двигательные действия в необычных ситуациях способствуют активизации их мышления, поиску адекватных форм решения проблемных ситуаций, встрече с красивым и увлекательным миром.

Для реализации проекта я:

- Изучила методическую литературу по этой проблеме.
- Разработала проект, который включает серию нетрадиционных физкультурных занятий с использованием ИКТ, с периодичностью 1 занятие в месяц.
- Совместно с родителями и детьми изготовили необходимые атрибуты, подобрали интерактивные игры, составили презентации к занятиям.

Остановимся подробнее на наших занятиях.

Все занятия проводились в игровой форме с использованием тематических мультимедийных презентаций, которые способствовали вовлечению детей в игровую ситуацию, стимулировали к выполнению заданий и физических упражнений.

В нашем детском саду приобрели мобильную интерактивную приставку, которая преобразует любую поверхность в интерактивную, что позволяет включить интерактивные игры в занятия, проводимые в разных помещениях.



### **Первое занятие было «Путешествие в Морское царство».**

#### **Задачи:**

- упражнять в ходьбе и беге врассыпную;
- упражнять в ползании и ходьбе по гимнастической скамейке;
- упражнять в переходе с пролета на пролет по гимнастической стенке;
- развивать координацию движений и ловкость;
- закреплять умение выполнять упражнения в общем темпе;
- создать радостное настроение, вызвать интерес и желание заниматься.

Вначале перед детьми поставлена проблемная ситуация «На чем можно отправиться в путешествие по морю?». Детям была предложена интерактивная игра «Построй корабль из геометрических фигур».

Затем перед детьми встает новая задача «Корабль не может причалить к берегу». Ребята ползут по «узкому мостику до шлюпок» на животе, подтягиваясь на руках.

Чтобы шлюпки поплыли грести нужно дружно, в общем темпе (быстрее, медленнее).

Следующее упражнение на развитие гибкости спины и растяжку мышц ног «Делаем запасы»

Во время плавания путь кораблю преграждают скалы. Дети лазают по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет, так они карабкались по скалам, чтобы добраться до острова, назад на корабль дети возвращались вплавь. Потом матросы и пассажиры делали зарядку со спасательными кругами, ОРУ с обручами.

Во время путешествия дети выполняли интерактивные задания «Сосчитай рыбок»

Затем детям было предложено спуститься с корабля на берег по трапу: здесь решалась задача профилактики плоскостопия, упражнение в сохранении равновесия.

Закончилось занятие снятием мышечного и эмоционального напряжения, релаксацией под музыку «Подводный мир».

### **Следующее занятие «Путешествие в сказку Гуси-Лебеди»**

#### **Задачи:**

- упражнять в выполнении ходьбы и бега с изменением темпа;
- упражнять в подлезании разным способом;
- продолжать учить выполнять ОРУ с предметами;
- развивать умение выполнять упражнения на равновесие;
- закрепить умение выполнять прыжки;
- воспитывать стремление к достижению цели и уверенности в своих силах;
- ввести детей в сказочный мир, развивая у них творчество и фантазию.

Вначале дети получают письмо от Аленушки, где она просит помочь ей спасти братика. Ребята отправляются на поиски.

По пути дети встречают персонажей сказки, чтобы получить подсказку, выполняют различные задания, преодолевают препятствия.

Печка предлагает погреться, дети выполняют подлезания различными способами, проявляя инициативу.

У яблони выполняют ОРУ с мячами (яблоками).

Речка предлагает попрыгать с кочки на кочку, пройти по мостику (это профилактическая дорожка с различным наполнением, на расслабление и напряжение мышц стопы).

К избушке Бабы-Яги дети пробираются через препятствие «Дремучий лес». Чтобы Баба-Яга отпустила Иванушку, дети выполняют интерактивные задания, строят ей новый дом.

Заканчивается занятие прогулкой в цветущих сад и релаксацией «Цветочки».

**Следующее занятие также было по типу путешествия «Прогулка в лес».**

**Задачи:**

- упражнять в выполнении ходьбы и бега с изменением темпа;
- упражнять в подлезании разным способом;
- продолжать учить выполнять ОРУ с предметами;
- развивать умение выполнять упражнения на равновесие;
- закрепить умение выполнять прыжки;
- воспитывать стремление к достижению цели и уверенности в своих силах;
- ввести детей в сказочный мир, развивая у них творчество и фантазию.

Дети, превратившись, в птенчиков, не умеющих летать, отправляются в свой дом «Лес». По пути они встречают препятствия.

Выполняя упражнение «Птенчики учатся прыгать» дети закрепляют прыжки с продвижением вперед отталкиваясь двумя ногами.

В упражнении «Прыг-скок через ручеек» детям на выбор были предложены схемы передвижения.

Ребята с большим интересом выполняли предложенные упражнения, придумывали свои движения для укрепления «крыльев», вспомнили, что птичкам, как и детям, надо правильно питаться, чтобы быть сильными и научиться летать.

В конце занятия детям предлагалось занять удобную позу и послушать пение птиц.

**Наряду с физкультурными занятиями в режиме дня проводилась организованная образовательная деятельность с детьми «Забочусь о своем здоровье» с использованием ИКТ. Которая включала ситуативные беседы с рассматриванием плакатов, слайдов о ЗОЖ, корригирующую гимнастику, самомассаж, интерактивные игры.**

**На занятии «Пищеводик»** дети познакомились с правильным питанием, с полезными и неполезными продуктами, с тем, как надо ухаживать за своим организмом. Ребятам предлагались интерактивные игры «Разбери продукты», «Что вредно для зубов?».

Выяснилось, что многие дети употребляют неполезные продукты, такие как чипсы, сухарики, лимонад. А вечером дети рассказывали родителям о том, что нельзя покупать такие продукты. Значит, наша беседа была продуктивной.

В качестве физкультминутки использовали самомассаж и упражнения для животика.

**Занятие «Чтобы быть здоровым ...»** включало знакомство с полезными привычками.

Так же предлагались интерактивные игры «Одежда по сезону», «Предметы гигиены».

Дети подбирали для малыша одежду по погоде. Закрепляли знания о предметах личной гигиены, о том, что такие предметы нельзя давать даже лучшему другу.

Большое внимание уделяли правильной осанке, т.к. работа в неоптимальной позе приводит к избыточному статическому напряжению мышц и может вызвать существенные перепады артериального и внутричерепного давления, головную боль, заложенность носа, ухудшение настроения, аппетита, когнитивных функций. Использовали плакаты, разучивали памятки: «Правильно сидим, вперед глядим. Плечи расслабляем, ниже опускаем. Так сидеть привычно, учимся отлично». Выполняли корригирующую гимнастику как в положении сидя, так и стоя. Каждую позу удерживая в течении 10-15 с, занимая детей рассказом по сюжету.

**Серия занятий «Забочусь о своем здоровье»** завершилась **«Путешествием в страну Здоровячков»**. Физкультурное занятие проводилось в форме путешествия, где закреплялись знания о ЗОЖ.

На каждой станции дети выполняли разнообразные задания. Упражнения для закрепления правильной осанки, профилактики плоскостопия, гимнастику для глаз, корригирующую гимнастику, пальчиковые игры.

**Параллельно проводилась работа с родителями.** В родительских уголках размещала плакаты:

«Как сохранить здоровье»

«Правильная осанка»

«Из тайной жизни леса» (корригирующая гимнастика)

«Вредные продукты».

Организовывала фотовыставки «Моя спортивная семья», «Здоровый образ нашей семьи» На родительских собраниях показывали фото и фрагменты занятий.

Итак, на основе наблюдений можно сделать следующие выводы:

- использование нетрадиционных форм физкультурных занятий с использованием ИКТ вызвало у детей желание заниматься физической культурой.

- постоянный элемент новизны, необычности стимулировал дошкольников к выполнению физических упражнений.

- нетрадиционная форма способствовала освоению двигательных умений и навыков в игровой, занимательной форме.