

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра методологии образования

**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО  
РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса группы 521,  
направления 440301 «Педагогическое образование»  
профиля «Дошкольное образование (заочная форма обучения)»  
факультета психолого-педагогического и специального образования  
**Шашкиной Елены Викторовны**

Научный руководитель:  
канд. пед. наук  
доцент

\_\_\_\_\_

подпись, дата

И.В. Кошкина

Зав.кафедрой  
доктор пед. наук,  
профессор

\_\_\_\_\_

подпись, дата

Е.А.Александрова

Саратов 2016

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность** исследования обусловлена тем, что с рождения до семи лет у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития. Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными – задача не только родителей, но и каждой дошкольной образовательной организации.

Важнейшей задачей, определяющей особую значимость физического воспитания как основы всестороннего развития, является формирование здорового, крепкого, закаленного, жизнерадостного, отзывчивого, инициативного ребенка, хорошо владеющего своими движениями, любящего спортивные и физические упражнения, способного к обучению в школе и к активной последующей творческой деятельности.

Совершенствование системы физического воспитания дошкольников во многом определяется уровнем научной обоснованности методов физической подготовки детей дошкольного возраста. До сих пор теория и методика дошкольного воспитания являлась переложением теории и методики физической культуры и приспособлением ее положений к физическому воспитанию дошкольников. Однако, разработка самих методов невозможна без знаний характера развития основных физических качеств ребенка. В то же время в недостаточной мере изучены возрастные особенности развития двигательных способностей детей дошкольного возраста.

Кардинальные изменения, произошедшие в жизни страны в последнее десятилетие, потребовали серьезных реформ в деятельности образовательных организаций. Именно в период дошкольного детства происходят важные процессы становления личности ребенка, формирование его способностей, стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом, навыков здорового образа жизни и на этой основе – создание прочного фундамента здоровья.

Одним из путей решения этой проблемы является целенаправленное использование в процессе физического воспитания дошкольников известных физкультурно-оздоровительных методик и инновационных технологий, адаптированных к возрастным особенностям детей.

**Объект исследования** – образовательный процесс в дошкольной образовательной организации.

**Предмет исследования** – инновационные технологии физического развития детей дошкольного возраста.

**Цель исследования** – рассмотреть теоретические аспекты физического воспитания старших дошкольников, ориентируясь на современные инновационные технологии, и практически обосновать актуальность использования данных технологий.

**Задачи исследования:**

1. Изучить литературу по теме исследования.
2. Рассмотреть основные подходы к физическому воспитанию детей в ДОО.
3. Раскрыть содержание современных инновационных технологий физического воспитания дошкольников.
4. Обобщить опыт работы по теме исследования.

В работе использовались следующие **методы исследования**: теоретические (анализ и изучение литературы по теме исследования); эмпирические (изучение и анализ рабочих программ, обобщение опыта работы).

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух основных разделов, заключения, списка использованной литературы и приложения.

## **КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

В первом разделе «Теоретические аспекты физического воспитания детей дошкольного возраста» раскрываются задачи и средства физического воспита-

ния дошкольников. В разделе также рассматриваются педагогические инновации в физическом воспитании, их сущность и содержание.

Второй раздел «Обобщение опыта работы по теме исследования» включает анализ программ по физическому воспитанию детей дошкольного возраста. В разделе также широко раскрыта проблема применения инновационных технологий физического развития детей на примере работы педагогов МДОУ «Детский сад села Умёт» Камышинского района Волгоградской области.

В заключении содержатся выводы, сделанные в ходе исследования.

Физическое воспитание является основой полноценного воспитания детей дошкольного возраста. Главная задача педагогов ДОО – охрана и укрепление здоровья детей, развитие физических качеств.

Следует помнить, что в дошкольный период закладывается фундамент здоровья и полноценного физического развития. В самом общем смысле физическим развитием дошкольника называют процесс изменения естественных морфофункциональных свойств его организма в течение индивидуальной жизни.

Внешними количественными показателями физического развития являются, например, изменения пространственных размеров и массы тела, качественно же физическое развитие характеризуется, прежде всего, существенным изменением функциональных возможностей организма по периодам и этапам его возрастного развития, выраженным в изменении отдельных физических качеств и общего уровня физической работоспособности.

Для того чтобы процесс физического развития проходил благополучно, существует множество различных современных инновационных и традиционных технологий и методик. Главное – правильное и грамотное их распределение, применение и планирование.

В рамках прохождения нами педагогической практики мы заинтересовались проблемой инновационных технологий, которые применяются в процессе физического воспитания и оздоровления детей в условиях ДОО. Нами была

проанализирована работа педагогов и инструктора по физкультуре детского сада села Умёт Камышинского района.

В настоящее время в детском саду функционируют 3 группы: младшего, среднего и старшего дошкольного возраста. Несмотря на небольшую наполняемость, в детском саду работают все необходимые специалисты, в том числе и инструктор по физической культуре, который посвятила своей работе по специальности около 15 лет.

Педагоги и специалисты детского сада отмечают, что в настоящее время существует проблема общей ослабленности здоровья поступающих в детский сад воспитанников. Это связано с высоким уровнем соматических заболеваний у детей и со снижением иммунитета. Поэтому сохранение и укрепление здоровья – одна из главных стратегических задач МДОУ «Детский сад села Умёт».

Исходя из важности этой проблемы, педагогами детского сада была поставлена цель: найти пути формирования двигательной активности у детей дошкольного возраста средствами инновационных технологий. Целью работы воспитателей и инструктора по физкультуре детского сада села Умёт является сохранение и укрепление здоровья детей и оптимальная реализация оздоровительного, воспитательного и образовательного направления физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребенка.

К основным задачам охраны и укрепления здоровья детей в МДОУ «Детский сад села Умёт» относятся: укрепление здоровья детей; воспитание потребности в здоровом образе жизни; развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка; приобщение детей к традициям большого спорта.

В настоящее время педагоги МДОУ используют инновационные подходы к формированию физической культуры. Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий стала приоритетным направлением в деятельности МДОУ. Решая физкультурно-оздоровительные задачи, педагоги МДОУ организуют разностороннюю деятельность, направлен-

ную на сохранение здоровья детей, реализуют комплекс профилактических, воспитательно-образовательных, оздоровительных мероприятий по разным возрастным ступеням. Полноценному, гармоничному и физическому развитию ребенка способствует гибкий режим дня, соблюдение гигиенических требований. В детском саду разработана система мероприятий по физкультурно-оздоровительной работе, согласно этой системе педагоги строят свою работу с детьми. Ежедневно в группах проводятся различные формы двигательной активности, такие как:

- утренняя гимнастика, организация которой направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей;

- физкультурные занятия, в ходе которых педагоги стараются обеспечивать максимальную двигательную активность детей, что обеспечивает удовлетворение потребности ребенка в движении и создает условия для овладения конкретными движениями;

- дыхательная гимнастика, направленная на совершенствование произвольной регуляции дыхания, тренировку механизмов или составных компонентов дыхательного акта. Дыхательную гимнастику педагоги МДОУ «Детский сад села Умёт» используют в течение всего дня, а именно: в физкультурных занятиях, в проведении утренней гимнастики, в подвижных играх на прогулке, в беседах, в проведении физкультминуток, в различных форм активного отдыха, самомассажа, пальчиковой гимнастики, в выполнении звуковых дыхательных упражнениях, в гимнастике пробуждениях. Дыхательная гимнастика выполняется как в покое, так и при ходьбе;

- гимнастика после сна, в которую включаются щадящие элементы закаливания, не имеющие противопоказаний или ограничений в сочетании с другими оздоровительными процедурами: дыхательной и звуковой гимнастикой, профилактикой и коррекцией нарушения осанки, плоскостопия, упражнения для глаз, пальчиковой гимнастикой, самомассажа, аутотренинга.

Особую роль для укрепления здоровья ребёнка, его всестороннего психического и физического развития, а также для реализации потенциальных умст-

венных и двигательных возможностей и стимулирования познавательной и творческой активности играет построение развивающей предметной и двигательной среды. Наряду с традиционными пособиями в МДОУ «Детский сад села Умёт» используется оборудование из бросового материала (разные массажёры, дорожки для ходьбы и бега, устройства для развития ловкости, координации и другое). Это оборудование особенно эффективно для формирования у детей интереса к физической культуре.

Самостоятельная двигательная деятельность детей организуется в разное время дня: утром до завтрака, между занятиями, в часы игр после сна и во время прогулок (утренней и вечерней). В течение прогулки педагоги проводят три подвижных игры.

Также педагоги МДОУ используют современные образовательные технологии (компьютер, где в виде слайдов представлены комплексы тематических физкультминуток (насекомые, посуда, зима и так далее) с музыкальным сопровождением, показываются слайды с изображением знакомого вида спорта, спортивного инвентаря.

Физкультурные праздники являются эффективной формой активного отдыха детей. В течение учебного года со старшими дошкольниками проводятся 2-3 праздника на воздухе. Темы праздников самые разнообразные: «Олимпийские игры», «Весёлые старты», «Наша армия», «Спортивный марафон», «Папа, мама, я – спортивная семья», «Дни здоровья», «День смеха».

Дни (недели) здоровья проводятся в детском саду 1 раз в месяц во всех возрастных группах в течение учебного года. В проведении этого дня принимает участие весь коллектив МДОУ. В этот день с детьми проводятся спортивные досуги, физкультурные занятия, спортивные соревнования, театрализованные представления, занятия по изобразительной деятельности.

Внедрение инновационных оздоровительных технологий в работу дошкольных образовательных организаций – первоочередная и своевременная задача в духе модернизации всего процесса образования. Создавшиеся жизненные условия, нарушения экологической обстановки побудило педагогов МДОУ

«Детский сад села Умёт» к поиску новых оздоровительных технологий. Сегодня имеется великое множество методик оздоровления и физического развития, но не все они могут быть использованы в физическом развитии детей в ДОО. Свой выбор педагоги МДОУ остановили на элементах оздоровительной гимнастики Хатха-йога.

Йога – это полноценная гимнастика, гармонично развивающая все мышцы тела, и прекрасное средство борьбы с простудными заболеваниями, посредством укрепления всего организма. Регулярные занятия йогой помогают ребенку стать уравновешенным и спокойным, учиться концентрироваться, укрепляют здоровье и иммунитет, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям, исправляется осанка, помогает сформировать сильное и гибкое тело. Психологический эффект йоги – рост активности, прилив бодрости, устранение хандры и меланхолии, повышение настроения.

Со стороны может казаться, что дети просто бегают, прыгают и играют, лишь на некоторое время принимая статичные позы, однако в действительности такое занятие дает комплексный положительный эффект: укрепляется позвоночник, улучшается осанка и координация движений, повышается гибкость и выносливость. Вместе с тем, дети не теряют интереса к занятиям, не утомляются и дают выход энергии.

Задача педагогов МДОУ «Детский сад села Умёт» – направить детскую энергию на созидание, на укрепление здоровья, следования здоровому образу жизни и развитие позитивного отношения к окружающему миру.

Детская йога помогает развить координацию, гибкость, укрепить внутренние органы и улучшить общее состояние детям любого возраста. Йога способствует развитию спокойствия, концентрации и эмоционального равновесия у детей и подростков. Позы животных и комплексы упражнений с интересными историями помогут развить концентрацию у дошкольников.

В ходе занятий йогой ребенок получает навыки управления своим телом и процессами, которые в нем происходят. Это позволяет ему вступить во взрос-



лую жизнь готовым к любым ее проявлениям, научиться воспринимать ее полнее и ярче.

Использование элементов хатха-йоги позволят укрепить здоровье воспитанников и сократить пропуски по причине простудных заболеваний. Упражнения йоги педагоги включили в утреннюю гимнастику, зарядку после дневного сна, в физкультурные занятия и физминутки.

Дети очень подвижны, активны и восприимчивы, поэтому занятия йогой скорее напоминают игру и основываются на подражании, на занятии используется имя того животного или предмета, на который похожа поза: «кузнечик», «журавль», «кошка». Это развивает память, наблюдательность и воображение ребенка.

Для реализации задач по физическому воспитанию дошкольников в детском саду села Умёт имеются все необходимые условия. Физкультурный зал оборудован пособиями: разнообразными гимнастическими стенками с наборами приставных досок и лестниц, разновысотными скамейками, дугами для подлезания, подвесными канатами, веревочными лестницами, волейбольным и баскетбольным набором, мелким спортивным инвентарем и игрушками. Изготовлены и приобретены другие физкультурные пособия, которые с успехом используются в работе.

Разработанное и изготовленное педагогами нестандартное оборудование несложное, недорогое, универсальное, малогабаритное, вносит в каждое мероприятие с детьми элемент новизны. Эти пособия многофункциональны, что дает возможность применять их в различных видах деятельности. Детей привлекают необычные формы, красочность такого оборудования, что способствует более высокому эмоциональному тону во время проведения непосредственно образовательной деятельности и интересу детей к ним, формирует потребность к движению. Все это повышает интерес детей к физкультуре, развивает жизненно важные физические качества, увеличивает плотность занятий и позволяет упражнять во всех видах основных движений.

Педагоги детского сада села Умёт уверены, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа, не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей. В своей практике педагоги МДОУ используют групповые и индивидуальные формы работы – это консультации, беседы, семинары-практикумы, тематические конференции по обмену опытом воспитания детей на всех уровнях развития, родительские собрания, спортивные праздники с участием родителей и так далее. В раздевалках групп оформлен уголок здоровья, где размещена дополнительная информация по укреплению здоровья детей («Овощи и фрукты», «Витамины вокруг нас» и другое), также родителям предоставляется возможность посмотреть данные о росте, весе ребенка, получить информацию о закаливании в детском саду, о заболеваниях и их профилактике. Выпускаются красочные стенгазеты, оформляются тематические стенды.

Бурное развитие информационных компьютерных технологий и внедрение их в образовательный процесс ДОО, наложили определенный отпечаток на деятельность современного педагога. Информатизация дошкольного образования открывает педагогам новые возможности для широкого внедрения в педагогическую практику современных методических разработок. При этом эффективность компьютеризации обучения в ДОО зависит как от качества применяемых педагогических программных средств, так и от умения рационально и умело их использовать в образовательном процессе.

В своей педагогической деятельности педагоги МДОУ «Детский сад села Умёт» активно используют информационные компьютерные технологии, такие как: планирование работы в электронном виде; диагностика физической подготовленности дошкольников: составление таблиц, схем, графиков и диаграмм; различные оформления; педагогические советы, семинары, консультации с использованием видеофильмов, презентаций, мультимедийного оборудования; создание портфолио инструктора по физической культуре.

Информационные коммуникативные технологии в МДОУ используются также в создании различных картотек: картотека подвижных игр; картотека

дыхательной гимнастики; картотека пальчиковых игр; картотека гимнастики для глаз; картотека считалок и речёвок для детей. Также педагоги используют ИКТ и в работе с родителями, помещая в родительские уголки и на сайт ДОО различную информацию.

Проблема оздоровления детей не компания одного дня деятельности и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательной организации на длительный период. Поэтому педагоги МДОУ «Детский сад села Умёт» будут и в дальнейшем расширять применение инновационных технологий, современных оздоровительных программ и методик.

Итак, в дошкольном возрасте формируются важные процессы становления личности ребенка, развитие у него стойкого интереса к физкультурным занятиям, развитие навыков здорового образа жизни, что составляет прочный фундамент здоровья. Один из способов решения проблемы – использование в физическом воспитании дошкольников известных физкультурно-оздоровительных методик и инновационных технологий, адаптированных к возрастным особенностям детей.

При внедрении в работу комплексного сочетания программ и инновационных технологий можно, на наш взгляд: повысить интерес детей к различного вида занятиям, увеличить уровень их физической подготовленности, благоприятно влиять на развитие психических качеств, воспитывать нравственные качества и коммуникабельность, укреплять костно-мышечную систему, повышать функциональную деятельность организма, создавать условия для положительного психоэмоционального состояния детей, что благоприятно сказывается на здоровье каждого ребенка.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Выполнив исследование по теме «Инновационные технологии физического развития дошкольников», можно сделать следующие выводы.

Сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач современного общества. На сегодняшний день в соответствии с ФГОС ДО направление «Физическое развитие», включающее в себя направления «Физическая культура» и «Здоровье», занимает ведущее место в образовательном процессе.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие, охраны здоровья детей и формирование основы культуры здоровья.

Начинать решать эти задачи необходимо с самого раннего возраста. Известно, что дошкольный возраст – решающий в становлении физического и психического здоровья. Именно в этом возрасте важно сформировать у детей знания и навыки здорового образа жизни, потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом.

Инновационные технологии очень прочно вошли в современную систему образования, в том числе дошкольного. Мы уже не представляем осуществление образовательного процесса без каких-либо инноваций, новшеств и современных методик. Огромное количество таких технологий позволяет не только организовать образовательный процесс на более высоком уровне, но и вызвать интерес со стороны воспитанников, а также повысить уровень мастерства каждого педагога.

В нашем исследовании был обобщен опыт работы педагогов МДОУ «Детский сад села Умёт» Камышинского района Волгоградской области по использованию инновационных технологий в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста.

Целью работы воспитателей и инструктора по физкультуре МДОУ «Детский сад села Умёт» является сохранение и укрепление здоровья детей и оптимальная реализация оздоровительного, воспитательного и образовательного направления физического развития, учитывая индивидуальные возможности каждого ребенка.

Педагоги МДОУ используют инновационные подходы к формированию физической культуры на основе трех направлений: социально-психологического; интеллектуального; двигательного.

Для повышения интереса к физкультурным занятиям и улучшения уровня физической подготовленности детей педагогами МДОУ используются различные современные технологии, такие как: стретчинг-гимнастика, элементы хатха-йоги, танцевальная ритмика, дыхательные, пальчиковые и утренние гимнастики, ИКТ-технологии.

Но педагоги детского сада не останавливаются на достигнутом и продолжают внимательно следить за современными преобразованиями, направленными на улучшение психофизического развития, ищут новые подходы в решении этой актуальной проблемы.