Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад общеразвивающего вида №11 «Солнышко»

с. Белое, Красногвардейский район, Республика Адыгея

***СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ***

**«Современные подходы**

**к физическому воспитанию в ДОУ»**

Подготовила и провела

старший воспитатель Семёнова В.Н.

Дата проведения: 11.11.2020 г.

***2020-2021 уч.год***

**Семинар – практикум для педагогов «Современные подходы к физическому воспитанию в ДОУ»**

Подготовила: ст.воспитатель

Семёнова В.Н.

Дата проведения: 11.11.2020 г.

Форма проведения: традиционная, обмен опытом между педагогами.

Цель: поиск путей оптимизации создания условий для совершенствования физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Задачи:

1. Систематизировать физкультурно-оздоровительную работу в ДОУ.

2. Расширить знания педагогов с учетом современных требований и социальных изменений по формированию основ физического воспитания и здорового образа жизни.

3. Развить творческий потенциал педагогов.

4. Поиск эффективных форм, использование инновационных подходов и новых технологий при организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Ход семинара-практикума:

**Первая часть:**

Сегодня мы с вами поговорим о современных подходах в физкультурно-оздоровительной работе.

Нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека. В дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, формируются движения, осанка, приобретаются физические качества, вырабатываются начальные гигиенические навыки и навыки самообслуживания. Приобретаются привычки, представления, черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. ФГОСы нацеливают содержание образовательной области «Физическое развитие» на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)

- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)

- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Организованная образовательная деятельность по физическому развитию включает в себя: (ответы воспитателей)

- Утренняя гимнастика;

- Физкультминутка;

- Подвижные игры;

- Зарядка после дневного сна;

- Самостоятельная двигательная деятельность;

- Музыкально-ритмическая деятельность;

- Пальчиковая гимнастика;

- Массаж и самомассаж;

- Гимнастика для глаз;

- Дыхательная гимнастика;

- Закаливание;

Всё перечисленное – это содержание нашей с вами работы по организации физкультурно - оздоровительной деятельности с детьми. И главная цель данной работы: (ответы воспитателей) сохранение и укрепление психофизического здоровья детей.

Сейчас мы немного освежим память и вспомним теорию. Выполним небольшой тест.

**Задание 1.  Выберите правильный ответ:**

*1. Основной формой организованного систематического обучения физическим упражнениям является….*

а) Подвижная игра;

б) Утренняя гимнастика;

в) Физминутка;

д) НОД по физкультуре.

*2. Строй, при котором дети стоят один возле другого лицом к центру, называется…..*

а) Колонна;

б) Шеренга;

в) Строй;

г) Круг;

д) Интервал.

*3. Наклоны головы и туловища, приседания, повороты головы и туловища, прогибание туловища, потягивания, поднимание, скрещивание и сгибание рук и ног – это…..*

а) Основные движения;

б) Общеразвивающие упражнения;

в) Психогимнастические упражнения;

г) Циклические движения.

*4. Обучение дошкольников спортивным играм начинается с ……*

а) Соревнований между детьми;

б) Вопросов к детям;

в) Раздачи пособий;

г) Разметки площадки;

д) Разучивания отдельных элементов игры.

*5. Способы организации детей на физкультурной НОД*

а) Фронтальный, групповой, посменный, развивающий и индивидуальный;

б) Фронтальный, групповой, посменный, поточный и индивидуальный;

в) Наглядный, групповой, посменный, практический.

*6.Способность противостоять утомлению в какой-либо деятельности, в т.ч. двигательной – это….*

а) Сила;

б) Выносливость;

в) Быстрота;

г) Ловкость;

д) Гибкость.

*7.Способность тела сохранять устойчивое состояние как в покое, так и в движении, которая является компонентом любого движения - это….*

а) Равновесие;

б) Глазомер;

в) Быстрота.

*8.**Сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий,*

*связанных с обязательным*

*для всех играющих правилом - это…*

а) Двигательный режим;

б) Основные движения;

в) Подвижная игра.

*9.Старших дошкольников обучают следующим спортивным играм:*

а) Бадминтон, баскетбол, городки, настольный теннис, хоккей, футбол;

б) Волейбол, бобслей, баскетбол, большой теннис;

в) Школа мяча, футбол, волейбол, хоккей, футбол.

*10. К какой группе методов относятся перечисленные приемы:*

*показ, подражание, зрительные ориентиры, фотографии, рисунки, схемы.*

а) Физические;

б) Наглядные;

в) Дидактические.

**ВОПРОСЫ**

**к кроссворду №1**

***по горизонтали:***

1. Комплекс мероприятий, направленных на предупреждение травм, заболеваний.

3. В его целях используют для детей воздушные и солнечные ванны

5. Как называется гимнастика, выполняемая после сна.

10. Что восстанавливают спортсмены после длительного бега.

***по вертикали:***

2. Часть физкультурного занятия

4. Способность противостоять утомлению в какой либо деятельности.

6. Спортивное сооружение

7. Вид спорта, игра.

8. Основное движение

9. Предмет, как правило, имеющий упругую поверхность и полый, предназначенный для игры или спортивных тренировок.

Кроссворд №1

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **6** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **4** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **7** |  |  |  |  |  | **9** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **8** |  | **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **2** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **1** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **10** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

***по горизонтали:***

1. Комплекс мероприятий, направленных на предупреждение травм, заболеваний (профилактика)

3. В его целях используют для детей воздушные и солнечные ванны (закаливание)

5. Как называется гимнастика, выполняемая после сна (пробуждения)

10. Что восстанавливают спортсмены после длительного бега (дыхание)

***по вертикали:***

    2. Часть физкультурного занятия (вводная)

    4. Способность противостоять утомлению в какой либо деятельности (выносливость)

     6. Спортивное сооружение (стадион)

     7. Вид спорта, игра (футбол)

     8. Основное движение (ходьба)

     9. Предмет, как правило, имеющий упругую поверхность и полый, предназначенный для игры или спортивных тренировок.(мяч)

**ВОПРОСЫ**

**к кроссворду №2**

***по горизонтали:***

1. Комплексное качество, позволяющее выполнять сложное по координации движение экономно и точно.

6. Какую атлетику называют королевой спорта.

8. Разновидность бега в старших группах

9. Регулярное занятие спортсменов

***по вертикали:***

2. Начало эстафеты.

3. Что несут в руках избранные спортсмены на открытие олимпиады.

4. Место проведения третьего физкультурного занятия.

5. Название гимнастики, в которой участвуют только руки.

7. Способность сохранять устойчивость тела и его отдельных звеньев в опорной и безопорной фазах двигательного действия.

10. Зимний вид спорта.

**Кроссворд №2**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  | **10** |  |  | **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **3** |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **4** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **2** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **1** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**ВОПРОСЫ**

**к кроссворду №2**

***по горизонтали:***

1. Комплексное качество, позволяющее выполнять сложное по координации движение экономно и точно (ловкость)

6. Какую атлетику называют королевой спорта (лёгкая)

8. Разновидность бега в старших группах (челночный)

9. Регулярное занятие спортсменов (тренировка)

***по вертикали:***

2. Начало эстафеты (старт)

3. Что несут в руках избранные спортсмены на открытие олимпиады (факел)

4. Место проведения третьего физкультурного занятия (улица)

5. Название гимнастики, в которой участвуют только руки (пальчиковая)

7. Способность сохранять устойчивость тела и его отдельных звеньев в опорной и безопорной фазах двигательного действия (равновесие)

10. Зимняя спортивная игра (хоккей)

Одним из основных факторов оздоровления детей является двигательная активность. Первые семь лет - это годы бурного психического и физического развития ребёнка, организм которого и его функции ещё далеко не совершенны и легко подвергаются различным воздействиям. Вот почему так важно чтоб в этот период развития детей мы обеспечили им педагогически целесообразную среду. Правильная организация физического воспитания детей в повседневной жизни обеспечивает выполнение двигательного режима, необходимого для здорового физического состояния ребёнка и его психики в течение дня.

Важнейшим условием оздоровления в ДОУ является организация двигательной активности детей.

**Двигательная активность способствует:**

* повышению устойчивости организма к различным заболеваниям;
* росту физической работоспособности;
* нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем;
* появлению положительных эмоций, способствующих укреплению психического здоровья.

Итак,

*Деток вы любите? Да или нет?  
На семинар Вы пришли, а сил совсем….( Нет)  
Вам лекции хочется слушать здесь? (Нет)  
Я вас понимаю. Как быть господа?  
Проблемы детей решать нужно нам? (Да)  
Дайте мне тогда ответ.*

*Поразвлекаемся? (Нет или да).*

Итак, с прекрасным настроением и позитивными эмоциями мы продолжаем наш семинар-практикум.

***1. Первое задание*«Мозговая атака»**

1. Назовите основные виды движения. (Ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, бросание, ловля, метание, упражнения на равновесие, строевые упражнения, ритмическая гимнастика.)

2. Назовите строевые упражнения. (Построение в колонну по одному, в шеренгу, перестроение в колонны по двое, по трое. Размыкание в колонне, в шеренге. Повороты направо налево, кругом.)

3. Какие виды циклических упражнений вы знаете? (ходьба на лыжах, катание на велосипеде, бег, плавание.)

4. Назовите формы организации двигательной деятельности в ДОУ: (НОД по физическому развитию детей; Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня: утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, физкультминутки, физкультурные паузы, бодрящая гимнастика после дневного сна, закаливающие мероприятия, физкультурный уголок в группе, самостоятельная двигательная деятельность детей.

Активный отдых: физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья).

5. Приведите пример подвижных игр с элементами соревнования. («Кто быстрее?», «Чья команда забросит больше мячей?», «Кто дальше».)

6. Приведите пример народных игр. («Гори, гори ясно!», «Краски», «У медведя во бору».)

7. Назовите спортивные игры. (Городки, элементы баскетбола, бадминтон, элементы футбола, хоккея.)

8. Детский туризм это - … (прогулки и экскурсии)

***Второе задание:* «О чем идет речь?»**

1. Одно из средств оздоровления и профилактики болезней. У детей пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность на весь день - *утренняя гимнастика.*

2. Кратковременные физические упражнения способствуют смене позы и характера деятельности путем двигательной активности. *(физкультминутки)*

3. Это является для ребенка особым радостным событием, сюда входят разнообразные физические упражнения и веселые подвижные игры, включаются движения, предварительно разученные на физкультурном занятии *(физкультурный досуг).*

4. Одна из основных моделей организации образовательного процесса детей дошкольного возраста. Условия - создание педагогами предметно-развивающей образовательной среды позволяющей ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально *(Самостоятельная деятельность детей).*

5. Это служит для поднятия настроения и мышечного тонуса детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Сохранить и укрепить здоровье детей - главная цель? ( *гимнастики после сна).*

6. Служит удовлетворению потребности дошкольника в движении, имеет определённую наполняемость соответствующую возрасту детей. *(Физкультурный уголок).*

***Третье задание.*«Кроссворд»**

***Четвертое задание.*«Зашифровки»**

***Расшифруйте название подвижных игр:***

УРЖКИМ (жмурки)  
КАЛДИШО (лошадки)  
ШИКЛИОВ (ловишки)

СИАКРК (краски)  
УЬПРЫЗ (пузырь)  
ТКПИЯР (прятки)

**III. Заключительная часть**

«Здоровье – самый главный показатель жизнедеятельности каждого человека, и только с хорошим здоровьем можно жить полноценной жизнью. С самого раннего детства каждый из нас осознаёт важность разумного отношения к своему здоровью...

Все мы прекрасно понимаем, как важно беречь свое здоровье. Но делаем ли мы что-то для того, чтобы сохранить его на долгие годы.

Закончить семинар мне хотелось бы словами Сухомлинского В.А., он писал: *«Физическая культура должна обеспечить осознанное отношение детей к собственному организму, выработать умение щадить здоровье, укреплять его правильным режимом труда,отдыха, питания, гимнастикой и спортом, закаливать физические и нервные силы, предупреждать заболевание…»*

Будьте здоровы, берегите и укрепляйте здоровье «наших» детей!