

**Методические рекомендации по организации физического воспитания  
и повышения физической подготовки дошкольников  
в соответствии с ФГОС ДО в условиях инклюзивного образования в  
ДОО.**

*О.В.Крюкова, инструктор по физической культуре*

*МБДОУ Собинского района*

*детский сад №4 «Колосок» п.Ставрово*

Современное общество предъявляет высокие требования к работе дошкольных образовательных учреждений, призванных заложить основы здорового образа жизни и полноценного развития личности каждого ребенка с учетом его возрастных, индивидуальных особенностей.

В соответствии с ФГОС ДО (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №1055 от 17.10.2013г) предусматривается, что работа по физическому воспитанию дошкольников осуществляется комплексно и интегрировано с другими образовательными областями, поэтому педагоги, осуществляющие эту работу, должны быть компетентными во всех образовательных областях, задачи которых реализуются средствами физической культуры («Физическое развитие» «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие»).

Отличительной особенностью современного подхода к организации работы по физическому воспитанию являются изменения в приоритетах целей. Если раньше на первом плане стояла цель формирования двигательных умений и навыков, то на современном этапе, в соответствии с ФГОС ДО, целью является формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие, которая конкретизирована задачами:

- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- формирование представлений о видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;
- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

В условиях инклюзивного образования в процессе физического воспитания работа должна строиться таким образом, чтобы наряду с общими образовательными и оздоровительными задачами решались и специальные **коррекционные**: развитие речи посредством движения, познание различных свойств материалов и назначение предметов, формирование пространственных и временных представлений, развитие морально-волевых качеств личности и т.д. Основная задача – «стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические

качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма» (программа «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы).

В соответствии с ФГОС ДО организация физкультурно-оздоровительной работы в детском саду должна выстраиваться, как на общепедагогических принципах (активности, систематичности, последовательности, постепенности, наглядности, доступности, индивидуализации), так и специальных, которые отражают специфические закономерности физического воспитания:

- принцип развивающего образования,
- принцип возрастной адекватности и индивидуализации в процессе физического воспитания,
- принцип непрерывности, обеспечивающий последовательность НОД и преемственность между ними,
- принцип системного чередования нагрузок и отдыха (сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной деятельности ребенка),
- принцип цикличности – заключается в повторяющейся последовательности занятий, позволяющей повысить тренированность, улучшить физическую подготовленность ребенка
- принцип оздоровительной направленности – решает задачи укрепления здоровья ребенка.

В реализуемой программе «От рождения до школы», под ред. Н. Е. Вераксы, рекомендуется включать в систему работы по физическому воспитанию детей с ОВЗ адаптивную физическую культуру (АФК). Это «комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также осознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества».

С целью индивидуализации физкультурно-оздоровительной деятельности ДОУ рекомендуется использовать карту индивидуального развития ребенка и его предпочтений. В ней следует учитывать:

- возрастные особенности детей (в основной общеобразовательной программе ДОУ содержатся формы и методы физкультурно-оздоровительной работы для каждого возрастного периода);
- состояние здоровья ребенка. С целью дозирования физической нагрузки воспитателям необходимо вести «Лист здоровья группы», в котором фиксируют группу здоровья ребенка, наличие или отсутствие у него заболевания, рекомендации медицинских работников по проведению профилактических и закаливающих мероприятий. В каждом виде двигательной деятельности должно учитываться самочувствие детей с целью предотвращения их переутомления и сохранения здоровья. Во время пребывания ребенка в детском саду необходимо регулировать баланс умственной и физической нагрузки.
- двигательная подготовленность, двигательные возможности, степень его подвижности (на основе мониторинга «Физкультурный паспорт», педагогических наблюдений);
- гендерные предпочтения при выборе форм, методов, приемов работы;

- личностные особенности ребенка (характер, тип ВНД);
- интерес к физической культуре: предпочитаемый вид деятельности ( «Методика исследования мотивов двигательной активности и эмоционального отношения дошкольников к физической культуре» Д.Б.Эльконин, А.Л.Венгер, экспресс–диагностики «Любимый вид деятельности», «Любимый спортивный инвентарь»).

По итогам полученных результатов рекомендуется составлять персональные задания на карточках-схемах для организации самостоятельной двигательной деятельности каждого ребенка в НОД.

Развитию у детей интереса и ценностного отношения к физической культуре, как показывает практика, способствуют использование разнообразия средств, форм, методов и приемов в организации самой деятельности и в поощрении успешности детей:

- игровой метод с включением сюжета, создание воображаемой ситуации,
- соревновательный метод,
- викторины, кроссворды, дидактические игры,
- метод круговой тренировки,
- сюрпризный момент, приход героев,
- использование музыки, художественного слова, загадок и потешек, др.
- «момент радости»,
- сбор информации из различных источников (книг, телепередач, спортивных мероприятий и пр.),
- диалог, беседа о событиях физкультурной и спортивной жизни детского сада, города, страны,
- сенсорная привлекательность инвентаря и материалов,
- поощрения творческой двигательной деятельности дошкольников, проявления детской инициативности, переживаний успеха на занятии,
- «минута желаний» (в конце занятия дети выполняют свои любимые движения),
- «минута доверия» (участие детей в организации и проведении утренней гимнастики, физкультурных занятий в старшей и подготовительной группах и т.д.). Детям нравится выполнять показ, напоминать остальным правила знакомой игры или техники выполнения упражнения, участвовать в оценке качества исполнения, дежурить в зале – наводить порядок после занятия.

При подведении итогов успешности в развитии каждого ребенка (в непосредственно-организованной деятельности или в режиме дня, или во время проживания тематической недели и т.д.) акцент необходимо ставить на продвижение, на приложение волевых усилий, поощрять обращение детей за помощью к другим и оказание посильной помощи самими.

В детском саду рекомендуется использовать **модель двигательного режима**, состоящую из пяти блоков:

1. Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов.
2. Непосредственно образовательная деятельность (НОД).
3. Самостоятельная деятельность.
4. Физкультурно-массовая деятельность.
5. Совместная физкультурно-оздоровительная деятельность ДООУ и семьи.

Образовательная область «Физическое развитие» решается интегрировано с другими образовательными областями посредством двигательной-игровой деятельности дошкольников. Варианты интеграции зависят от содержания занятия, интересов и потребностей детей, возрастных закономерностей развития.

В **младшем возрасте** в двигательной деятельности необходимо больше внимания отводить коммуникации и развитию сенсорной сферы.

**В среднем дошкольном возрасте** – социально-личностному развитию ребенка (умение взаимодействовать с окружающими людьми, самоутвердиться в сообществе сверстников и взрослых).

**В старшем дошкольном возрасте** – при продолжении социально-личностного развития ребенка (дети начинают осваивать сложные формы взаимодействия между людьми), интенсивней происходит познавательное-речевое развитие.

**НОД** следует организовывать в соответствии с комплексно-тематическим планированием, в основу которого положен календарь международных и российских, народных праздников, календарь сезонных изменений и другие события. Данный подход позволит педагогам планировать психолого-педагогическую работу по физическому воспитанию с учетом интеграции всех детских видов деятельности, т.к. подготовка к итоговому мероприятию охватит все стороны жизни детей в ДОУ.

**В режиме дня** каждой возрастной группы должно быть определено время для самостоятельной двигательной деятельности (в утренний прием, в период подготовки к образовательной деятельности, на прогулке, в ходе закаливающих процедур, во второй половине дня).

Для рациональной организации **самостоятельной двигательной деятельности** детей в групповой комнате физкультурное оборудование и инвентарь рекомендуется размещать таким образом, чтобы у детей была возможность действовать индивидуально или вместе со сверстниками. Дидактический материал в физкультурном уголке должен быть представлен рисунками, схемами, карточками, иллюстрациями о событиях и видах спорта, портретами спортсменов.

С целью развития интереса к творческой двигательной деятельности, формирования творческого воображения и фантазии, инициативности и самостоятельности рекомендуется ввести «Час двигательного творчества», который будет основываться на обычных жизненных ситуациях, сюжетах сказок, детских литературных произведений, подвижных играх. Предварительную работу рекомендуется проводить в форме бесед, рассказов, чтения литературы, игр-драматизаций, шоу-игр, игр-соревнований.

В младшем и среднем возрасте основным методом является импровизация. Она помогает сформировать у детей представления о средствах двигательной выразительности, «войти» в воображаемую ситуацию, увидеть и понять образ другого, вести двигательный диалог через язык жестов, мимики, поз. Именно здесь ярко видна взаимопомощь между детьми, сопереживание друг другу, радость победы, гордость за достижения. Каждый на своем уровне, по своим возможностям.

Старшие дошкольники относятся к движению как к предмету игрового экспериментирования.

**Физкультурно-массовые** мероприятия способствуют развитию у детей выносливости, смекалки, ловкости, усиливают интерес к физическим упражнениям, приобщают к спорту и ЗОЖ. Главная цель в организации спортивных праздников и досугов – удовлетворять природную потребность детей в движении, формировать потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей в семье и ДОУ, поэтому к организации и проведению физкультурно-массовой деятельности необходимо привлекать **родителей воспитанников**. Самой эффективной формой в данном направлении, на наш взгляд, являются встречи в семейном клубе «Здоровячок». Здесь представляется возможным полноценно реализовать индивидуальный подход к

физическому и психическому развитию ребенка, удовлетворить потребности и интересы семьи к занятиям физической культурой посредством взаимодействия родителей, знающих особенности своего ребенка, и педагогов, психолога, медиков, строящих работу на основе профессиональных знаний педагогики, психологии и медицины.

При подготовке к встречам необходимо обращать внимание не только на организацию и разработку содержания сообщения, но и на аргументированность и доказательность положений, совместно учиться считаться с позицией другого человека, конструктивно использовать возникающие во время общения проблемные ситуации и спорные мнения.

Небольшое количество участников (7-9 семей) способствует активному заинтересованному контакту с каждым, совместному поиску наиболее эффективных решений проблемы для конкретного ребенка. Деятельность в семейном клубе будет способствовать самореализации каждого отдельного члена клуба и взаимообогащению всех.

Клуб и детский сад должны активно сотрудничать с социальным окружением: спортивным клубом, физкультурно-оздоровительными комплексом, поликлиникой, школами, стадионом, библиотекой и др.

Как показывает практика, живая интересная совместная деятельность ДООУ, семьи и социума способствуют раскрытию и проявлению в детях и взрослых всего самого лучшего и доброго, что имеется в их внутреннем мире. Люди перестают делиться на здоровых и инвалидов. Одна сплоченная семья и есть дети с особыми образовательными потребностями, с ограниченными возможностями здоровья и для каждого из них создаются благоприятные условия для позитивного развития, воспитания и обучения.

Результатом такой психолого-педагогической деятельности становится стремление педагогического сообщества к активному здоровому образу жизни, пробуждения интереса к занятиям физической культурой, спорту.

#### Список литературы:

1. Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении – М.: НЦ ЭНАС, 2006.
2. Степаненкова Э. Методика физического воспитания – М.: Воспитание дошкольника, 2005.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования – М.: Перспектива, 2014.