

Мастер – класс для педагогов ДОУ.

Использование нестандартного оборудования в ДОУ.

- Здравствуйте, уважаемые коллеги!

Меня зовут Шайдулина Инна Сергеевна, я занимаю должность инструктора по физической культуре в Детском саду №2 «Сказка».

Девизом моей работы с детьми являются слова Василия

Александровича Сухомлинского:

«Спорт становится средством воспитания тогда, когда он - любимое занятие каждого».

Мне, как инструктору по физической культуре, очень хочется, чтобы мои занятия физкультурой были у детей нашего детского сада любимыми. Для достижения этой цели я использую в своей работе различные здоровьесберегающие технологии. С использованием нестандартного оборудования в организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми в ДОУ.

Физическое воспитание направлено на охрану жизни и укрепление здоровья детей, своевременное формирование у них двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств (быстрота, сила, гибкость, выносливость, овладение физическими упражнениями и подвижными играми) воспитание жизнерадостной, жизнестойкой, целеустремленной, волевой, творческой личности.

Нетрадиционное спортивное оборудование - это нетрадиционная форма закаливания, но очень легко входящая в нашу жизнь. Психика детей устроена так, что их практически невозможно заставить выполнять какие-либо упражнения, даже самые полезные, если они ему не интересны.

Детей привлекают необычные формы такого оборудования, что способствует более высокому эмоциональному тону во время занятий и интересу детей к различным видам двигательной деятельности, развитию самостоятельности детей, формированию потребностей в движениях.

Это и станет основной темой мастер – класса сегодня. (слайды).

Первая цель мастер класса: Обозначить роль нестандартного оборудования в организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

(слайд)

Ж.Ж.Руссо говорил: «Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделай его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бежит, пусть он находится в постоянном движении».

(слайд).

Перед педагогами детских садов и родителями стоит задача – позаботиться об организации, разнообразии, а также выполнении основных задач и требований к содержанию двигательной активности детей.

(слайд).

Однако двигательная активность оказывает благоприятное воздействие на растущий организм только при условии организации рациональной предметно - развивающей среды, комплектовании физкультурного оборудования для разных форм работы с детьми.

(слайд).

Она должна носить развивающий характер, быть разнообразной, динамичной, трансформируемой, полифункциональной.

(слайд).

Пластиковые бутылочки из-под витаминов, старые виниловые пластинки, обрезки обыкновенной пленки, разноцветные крышечки и многое другое. И эти, бесполезные на первый взгляд, предметы превращаются в забавные игрушки и пособия для выполнения различных упражнений, корригирующих гимнастик, которые используются также и в подвижных играх, и на спортивных мероприятиях.

(слайд).

Нестандартное оборудование объединяет физкультуру с игрой, что создаёт условия для наиболее полного самовыражения ребёнка в двигательной деятельности.

(слайд).

Стремясь расширить свой творческий замысел, я поставила перед собой

Цель:

Расширить предметно-развивающую среду путём создания нового нестандартного оборудования, помогающего полноценному физическому и психическому развитию детей дошкольного возраста.

(слайд)

Решая при этом следующие.

Задачи:

1. Обеспечить высокую двигательную активность на занятиях, развивая и совершенствуя физические качества, проявлять положительные эмоции.
2. Мотивировать педагогический коллектив на создание нестандартного оборудования.
3. Обобщить и распространить опыт работы по созданию и использованию нестандартного оборудования для двигательной среды.

К сожалению, в детских садах есть дети, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата: сутуловатость, вялую осанку, уплощенную стопу или плоскостопие.

По результатам медицинского осмотра в каждом детском саду есть дети с такой проблемой. Поэтому в нашем детском саду внедрена практика своей работы с нестандартным оборудованием для профилактики плоскостопия.

Дошкольники обязательно должны ходить босиком по разнообразным поверхностям, выполнять коррекционные упражнения с разными пособиями, начиная с раннего возраста.

Что же такое плоскостопие? (слайды)

ПЛОСКОСТОПИЕ

*Это деформация формы стопы с понижением ее сводов.

*При такой деформации, стопы полностью теряют свои рессорные и амортизирующие способности. (слайды)

10 ФАКТОРОВ РАЗВИТИЯ ПЛОСКОСТОПИЯ

- * Недоразвитие мышц стопы;
- * Слабость мышечно-связочного аппарата стопы, может быть в результате рахита;
- * Большие физические нагрузки;
- * Излишний вес;
- * Длительное пребывание в постели (возможно в результате болезни);
- * Ношение неправильно подобранной обуви;
- * Косолапость;
- * Х- образная форма ножек;
- * Травмы стопы, голеностопного сустава, лодыжки;
- * Наследственная предрасположенность; (слайды)

ПРИЗНАКИ ПЛОСКОСТОПИЯ

- * Быстрая утомляемость ног;
- * К вечеру возможно появление отека стоп, которого не будет утром;
- * Ноющие боли в стоянии и ходьбе в голених и стопах;
- * Быстрое изнашивание внутренней стопы подошвы;
- * Ребенок ходит с широко расставленными ногами, слегка сгибая ноги в коленях, развернув стопы;
- * Стопа имеет неправильную форму или становится шире;
- * Вростание ногтей пальцев ног в кожу;
- * Искривление пальцев ног;
- * Появление мозолей; (слайды)

ПРОФИЛАКТИКА ПЛОСКОСТОПИЯ

- * Укрепление мышц, поддерживающих свод стопы;
- * Ношение рациональной обуви;
- * Ограничение нагрузки на нижние конечности;
- * Воспитание правильной походки;
- * Массаж; (слайды)

ПОСЛЕДСТВИЯ ПЛОСКОСТОПИЯ

- * Некрасивая, раскачивающаяся походка;
- * Искривление позвоночника;
- * Частые головные боли;
- * Развитие артроза (деформация коленей и голеней);
- * Быстрая утомляемость;
- * Раздражительность, нарушение работы нервной системы; (слайды)

Вторая цель мастер класса: Продемонстрировать возможности использования нестандартного оборудования на физкультурных занятиях, на спортивных мероприятиях.

Третья цель мастер- класса: Освоить на практике упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия.

Инструктор:

Для этого мне нужна ваша помощь, уважаемые коллеги. Я попрошу вас выйти сюда и отправиться вместе со мной в путешествие. Вы теперь не взрослые, а дети подготовительной группы.

Дорогие ребята, Сейчас мы вместе, отправимся в увлекательное путешествие в Страну Здоровья. В пути нам помогут волшебные дорожки и другие пособия, которые помогут нам быть крепкими, здоровыми, и веселыми.

Встаем друг за другом. Итак, в путь!

1. Ходьба друг за другом.
2. Ходьба по массажной дорожке со следочками.
3. Прыгаем по камушкам.
4. Ходьба по «Дорожке Здоровья».
5. А теперь пойдем по «Змейке», поворачивая носки ног навстречу друг другу.
7. Ходьба по «Лесной тропинке».
6. Бег «змейкой» с изменением темпа.
7. Делаем круг и выполним дыхательную гимнастику: «Поющие звуки». Вначале нужно глубоко вдохнуть носом, а на выдохе мы пропоем: И, А, О, У. Сделаем еще раз, но выдыхать будем очень тихо.

Продолжим дальше наш путь.

1. Бежим, как пугливые мышки, оглядываемся вокруг, нет ли кошки рядом.

Присели, спрятались.

2. А теперь шагаем, как мишки с большой бочкой меда.

3. Идет лиса, замечает хвостиком следы.

4. По горам, по лесам идет огромный великан.

5. Бежит, бежит по тропинке маленький гномик.

Для того чтобы у нас были сильные руки и гибкое тело встаньте, пожалуйста, в круг. Все движения выполняйте медленно, дышите ровно и спокойно.

Постарайтесь сохранить каждую позу в течение нескольких секунд.

- 1 упр. Расправьте плечи. Встаньте на цыпочки, поднимите руки и потянитесь вверх.

- 2 упр. Из положения, стоя руки сцеплены в замок за спиной. Наклон вперед, руки вверх. Шею и подбородок потяните вперед.

- 3 упр. Пятки вместе, носки врозь. Отводим пятки в стороны, затем носки, снова пятки, носки. Руки медленно поднимаем в стороны.

Возвращаемся обратно, руки опускаем.

Вы не устали? Тогда будем играть!

Разделимся на две команды. Игра: «Поймай пчелу».

От вас на расстоянии лежат пчелки. Ваша задача по очереди подбежать взять одну пчелу, намотать веревку на карандаш и положить рядом. Чья команда быстрее это сделает?

Хорошо в стране Здоровья, вы все разругались, повеселели.

Прежде чем мы отправимся домой, я хочу предложить вам еще одну игру, называется она «Воздушные шарик». Выберите себе шарик и послушайте меня.

Ребята, вы все такие разные: ваши волосы, глаза, одежда. Все это можно увидеть. Однако в каждом из нас есть то, что увидеть невозможно. Это ваш внутренний мир: ваши желания, настроения, любовь к кому-то и чему-то.

Этот мир находится внутри вас, около вашего сердца. Если в этом мире живет радость, счастье, любовь - человек здоров и полон энергии. А если в этот мир закралась злость, обида, зависть - человек становится слабым и начинает болеть.

У каждого из вас в руках воздушный шарик. Он для тех, кто хочет выпустить из себя все свои обиды. Вспомните, пожалуйста, сейчас свои обиды, вспомните какую-то неприятность, которая с вами произошла. Затем надуйте шарик, представляя, что выдуваете в него все свои обиды.

Педагог. Ваши обиды пропадут, когда шарик сдуется и выпустит воздух. Улыбнемся друг другу. Ведь у нас очень хорошее настроение! Хорошо в стране Здоровья, но нам пора возвращаться в детский сад. Встаем друг за другом и спокойно уходим.

Большое всем спасибо!

А теперь я хочу предложить вам сделать пособие своими руками. Мы будем делать с вами вот такую пчелку – показываю свою.

Посмотрите на экран (слайды).

В заключении хочется отметить, что использование нетрадиционного оборудования имеет огромную вариативность и интегративность. Оно выполняет сразу несколько задач: укрепляет здоровье детей и способствует

повышению настроения, снимает напряжение. А играть с таким оборудованием – одно удовольствие!

Спасибо всем за внимание, за помощь. Я желаю вам дальнейших профессиональных успехов и достижений.