

поэтому неблагоприятные сдвиги в состоянии нравственного здоровья следует признать ведущим индикатором экологического риска.

Приобретенные в детстве умения видеть, слушать, беречь природу такой, какая она есть в действительности, вызывает у детей глубокий интерес к ней, расширяет знания, способствует формированию характера и интересов. Если ребенка научить любить красоты окружающего мира, то он поймет в дальнейшей своей жизни, что это искусство, ни с чем несравнимое, и именно экология неразрывно связывает с творчеством, посредством музыки, бережного отношения к природе формировать представления детей о том, что человек – часть природы, ее друг и защитник; учить детей жить в согласии с природой, следуя девизу «не навреди»; проявлять любовь к природе. При проведении занятий экологической направленности с добавлением элементов музыкального развития необходимо добиваться эмоционально – личностного восприятия родной природы, с помощью физического развития подкреплять эмоциями радости, учить оберегать природу. Использовать такую технологию работы, как «акция», которая проводится в тесной взаимосвязи с природой и имеет социально – полезную значимость экологической деятельности детей и взрослых. Акция проводится раз в месяц с привлечением специалистов, родителей, гостей города; имея целенаправленную тематику действий, мы добиваемся решения нескольких задач посредством экологического, музыкального и физического воспитания дошкольников, направленное на формирование человека – гражданина на своей страны, малой Родины.

#### **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ КАК ОСНОВА ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ РЕБЕНКА**

Доцник И.В., Маняхина К.К., Лукьянов А.П., Юдина Н.М.  
*Волжский институт строительства и технологий, филиал ВолгГАСУ, Волжский, e-mail: manyakhina.k@mail.ru*

Одной из главной задачей нашей страны – формирование жизнеспособного подрастающего поколения. Поддержка и сохранение здоровья детей, конечно, регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов, которые, безусловно, помогают достичь определенных результатов стабилизации улучшения детского здоровья.

Дошкольный возраст – особенно важный и ответственный период, когда происходит перестройка функционирования многих систем организма. Пластичность и высокая лабильность организма дошкольников определяют высокую чувствительность к воздействию факторов внешней среды.

Если обратиться к исходным значениям слов «физическая» и «культура», то первое можно и не обсуждать, а вот слово «культура» в качестве исходного, означает «возделывание, воспитание, развитие, почитание, культ».

Физическая культура и физическое развитие тесно взаимосвязаны между собой и направлены на совершенствование функций формирующегося организма ребенка, полноценное развитие основных движений, разнообразных двигательных навыков, совершенствование тонкой ручной и моторики, развитие зрительно-двигательной и слухо-зрительной – двигательной координации.

Рационально организованная двигательная активность является мощным оздоровительным средством для дошкольников. Использование различных средств физического воспитания с учетом индивидуального

подхода удается добиться положительной динамики даже у детей, имевших отклонения со стороны костно-мышечной системы, физической подготовленности и устойчивости организма к заболеваниям (иммунитет).

Целенаправленный подбор и использование комплекса физических упражнений могут служить эффективным средством в коррекции и реабилитации детей, имеющих нарушения осанки и плоскостопия.

Система закаливания детей дошкольного возраста, включающая сочетание слабых длительных (воздушные ванны) и сильных кратковременных (ножные ванны, полоскание горла и умывание холодной водой) воздействий, направленных на отдельные области тела и на весь организм, на фоне разной двигательной активности (физкультурные занятия в зале и на улице) существенно улучшают функцию терморегуляции, повышает резистентность организма.

Занятия по физической культуре решают как общие, так и профилактические задачи – это физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (метание, ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание), а также и специальные упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и мышц ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Всем известен термин «Здоровье» по определению специалистов Всемирной организации здравоохранения, здоровье – «...это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Таким образом, физическая культура и здоровье постоянно взаимозаменяют друг друга. Если разобрать этот термин, то человек здоров тогда, когда занимается физическими упражнениями, получая положительные эмоции, используя инвентарь

На занятиях физической культурой перед ребенком всегда ставятся задачи на физическое и психическое развитие. Физическое воспитание неразрывно связано с психическим развитием ребенка, а именно:

- воспитание у детей эмоционального отклика на физическую активность и возможность взаимодействовать, общаться со сверстниками;

- воспитание умения слушать педагога и выполнять задания разного уровня сложности;

- построение занятий с опорой на образы-представления, которые сложились у детей (пример).

Чем раньше ребенок овладевает конкретными приемами, способствующими его сохранению и укреплению, тем более он готов к активной, повседневной деятельности, поддерживающей его тело и душу в стабильном, рабочем, радостном состоянии.

Также занятия физической культурой помогают нивелировать часть неблагоприятных социальных факторов, определяющих развитие и здоровье дошкольника. Конечно, родители многих детей стараются и приобретают своим детям спортивные игрушки (мячи, скакалки, обручи и т.д) и дети их знают и имеют навыки владения ими, но очень сложно приобрести те же тренажеры, мягкие модули, спортивные уголки и тем более бассейны. Ребенок впервые может видеть и знать что это такое.

Таким образом Физическая культура является основой для физического развития и здоровья ребенка.

**Безопасность.** Задача родителей и персонала ДОУ – выработать у детей разумное отношение к своему организму, привить санитарно-гигиенические навыки, научить вести здоровый образ жизни с раннего детства, потому что у ребенка нет потребности в здоровье, в здоровом образе жизни. Он генетически запрограммирован до определенного возраста на уход

за ним со стороны взрослых. Потребность в его здоровье есть у родителей, детских учреждений далее школ и т.д., и все мы пытаемся внушить ребенку свое представление о здоровье. Поэтому в образовательных программах ДОУ большое значение уделяется изучению организма человека и обеспечению безопасности его жизни и каждому ребенку нужно помочь выработать собственные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье – все это в физкультурно-образовательной деятельности.

Ведь каждое физическое упражнение несет в себе определенные задачи, направленные на здоровье и безопасности ребенка, и поэтому физическая культура является главным и основным кольцом для жизни, здоровья и безопасности дошкольника.

#### ИМИТАЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Доцник И.В., Маняхина К.К., Лукьянов А.П.,  
Юдина Н.М.

*Волжский институт строительства и технологий, филиал  
ВолгГАСУ, Волжский, e-mail: manyakhina.k@mail.ru*

Современные условия жизни и образование предъявляют высокие требования к уровню психофизического состояния дошкольников к их общекультурной готовности при переходе из младшего в более старший возраст.

Поэтому построение образовательной деятельности, а именно области «Физическое развитие» должно строиться на основе индивидуальных особенностей, при которых сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования. Инструктор по физической культуре, воспитатели и специалисты, а также родители заинтересованы в том, чтобы дети росли здоровыми, жизнерадостными, физически крепкими и были готовы к более взрослой жизни (переход в общеобразовательную школу).

Образовательная область «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» согласно ФГОС ДО (пункт 2.6):

«Физическое развитие» включает в себя приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений направленных на развитие таких качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, прыжки и повороты), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)».

Цель – реализация двигательной деятельности, целенаправленности в становлении ценностей здорового образа жизни ребенка через игровые возможности и активации защитных сил организма

Задачи: 1. Повышение двигательной активности детей в течение всего времени пребывания в ДОУ. 2. Развитие физических качеств (координация, гибкость, равновесие и основных видов движения). 3. Взаимодействие с педагогами, специалистами и родителями.

Имитационные упражнения (ИУ) помогают правильно освоить двигательную структуру движения как в целом так и отдельных его частей; положительный эмоциональный настрой способствует более быстрому усвоению любого материала; образно-игровые движения развивают способность к импровизации, слух, внимание, мышление, творческую фантазию и память; они раскрывают понятные детям образы, формируют умение творчески передать характер этого образа; при выполнении таких движений, дети развивают силу, ловкость, координацию движений, учатся ориентироваться в пространстве, приобретают навык двигаться в заданном темпе и ритме.

Классификация ИУ:

1. Упражнения общей физической подготовки: упражнения для развития гибкости; координации; ловкости; равновесия; силы; выносливости.

2. Упражнения комплексной направленности: упражнения с предметами (мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки и т.д.); упражнения с элементами акробатики; ассиметричные и асинхронные упражнения; упражнения-стретчинг (растягивание мышц); упражнения в движении; упражнения на расслабление; сюжетные упражнения (сказка, сюжет, история, по характеру и т.д.); упражнения для мелкой моторики (руки, обеих рук, ног); упражнения с использованием логоритмики, стихотворной форме.

3. Игры и развлечения: подвижные игры с образом; подвижные игры без образа (на развитие определенного физического качества); подвижные игры с перестроениями (шеренга, круг, колонны и т.д.); игры (русские народные, народов мира).

#### Список литературы

1. Юдина Н.М. Имитационная гимнастика для детей младшего возраста: методические указания по выполнению физических упражнений / МБДОУ д/с № 62 «Ласточка» – Волжский: ВИСТех (филиал) ВолгГАСУ, 2015. – 31 [1] с.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155).

#### РАЗВИТИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЯ – ЦЕЛЬ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Кузьменко Н.А., Тарасенкова М.В., Юдина Н.М.

*Волжский институт строительства и технологий,  
филиал ВолгГАСУ, Волжский, e-mail: nad99kuz@mail.ru;  
МБДОУ Детский сад №62 «Ласточка», Волжский*

Понятие «развитие» стало естественной и неотъемлемой мировоззрения человека. Оно применяется для характеристики живой и неживой природе: развитие земли, Вселенной, природы, языка, страны, подходит к пониманию чего-либо, наконец, самого Человека. При сравнении со значением с здоровьесберегающими технологиями имеется полное совпадение, а именно: развитие как объективный факт, естественно осуществляющийся процесс качественных изменений объективной реальности, в том числе Человека, жизни и всего, что она в себя включает, Человек развивается, те изменения, коте происходят с ребенком с течением времени или при воздействии определенных условий, цель и ценность культуры в современном человек знании утвердилось положение о том, что развиваться – «хорошо». Цель дошкольного образования – развитие ребенка – сложный процесс, который в тех или иных пропорциях содержит в себе становление – естественная временная последовательность, где возрастные особенности имеют устойчивые характеристики развития, формирование – процесс изменения деятельности, способ и средств развития, имеющихся в распоряжении человека и это движение осуществляется от социо-