

Пояснительная записка

Цель: укрепление и сохранение физического и психического здоровья дошкольников через использование здоровьесберегающих технологий (*Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, элементы йоги, упражнения на тренажерах*).

Задачи:

1. Закреплять умение ходить и бегать в разных направлениях (*Врасыпную, по диагонали, по кругу*) со сменой положения рук и ног (*С захлестом голени назад, с высоким подниманием колен, подскоками, с хлопками и т.д.*).

2. Развивать физические качества (*Гибкость, ловкость, равновесие*) при выполнении комплекса упражнений йоги, умение расслабляться и контролировать дыхание.

3. Совершенствовать навыки владения мячом (*Передача ногами в положении сидя, подбрасывание и ловля и т. д.*).

4. Развивать силовые качества и тренировать различные группы мышц, выполняя упражнения на тренажерах (*Диск – триммер*).

5. Расширять знания детей о диких животных, совершенствовать умение передавать их повадки с помощью движений.

6. Воспитывать творчество, интерес к физической культуре, положительное отношение к животному миру.

Оборудование: индивидуальные коврики, массажные мячи, диски - триммеры (по количеству детей), 2 корзины, маска крокодила, мультимедийное сопровождение.

Для получения результатов деятельности были использованы разнообразные методы и приемы: словесные методы (для решения проблемной ситуации, при создании игровой мотивации, процесс выполнения упражнений). Применялись и наглядные методы (просмотр слайдов). Были применены практические методы (разминка, ОРУ (асаны), ОВД (упражнения с мячом, на триммерах, подвижная игра). Методы контроля и стимулирования использованы в виде одобрения и похвалы. Реализованные методы и приемы соответствовали поставленным задачам и способам организации детей в соответствии с возрастными особенностями. На всех этапах мероприятия

активизировалась двигательная деятельность детей, речевая и познавательная, оборудование соответствовало теме.

На протяжении всей образовательной деятельности использовался личностно - ориентированный подход в общении с детьми (привлечение их интонацией, поддержка их высказываний, действие, общение с позиции «глаза в глаза»), поддерживалась доброжелательная эмоциональная атмосфера.

Использование технического оборудования (мультимедиа), музыкального сопровождения, наглядного оборудования, обеспечивало познавательную активность, интерес детей к содержанию деятельности, позитивный психологический настрой, что способствовало успешному решению поставленных задач.

Анализируя деятельность детей, хочется заметить, что они проявляли познавательную активность, взаимодействовали в процессе своей деятельности, использовали имеющиеся знания и умения, чувствовали себя комфортно.

Анализируя деятельность в целом, можно сказать, что поставленные задачи были выполнены.

Однако несколько детей, в силу своих индивидуальных особенностей (медлительность, неустойчивость внимания) требовали индивидуального подхода, дополнительной проработки некоторых упражнений.

Вывод:

Применение современных здоровьесберегающих технологий позволили достичь ожидаемого результата: дети были заинтересованы и увлечены деятельностью.

Перспектива дальнейшей работы:

Продолжать физически развивать детей дошкольного возраста, используя разные формы организации детской деятельности, инновационные педагогические технологии; повышать свое педагогическое мастерство, вовлекать родителей в образовательную деятельность с детьми по вопросам физического развития дошкольников.