

**ОПЫТ СЦЕНАРНОГО РАЗВИТИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
(В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПО ОБУЧЕНИЮ
ПЛАВАНИЮ В ДОУ «ЮНЫЕ ПЛОВЦЫ»)**

Манькова З.Я., Пурбуева А.И.¹

¹*Манькова Зоя Яковлевна – инструктор по физической культуре;*

Пурбуева Александра Ивановна – старший воспитатель,

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 96 «Калинка», г. Улан-Удэ

***Аннотация:** в статье представлен опыт реализации сценарного планирования оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Рассмотрены различные компоненты программы по оздоровлению детей дошкольного возраста, перечислены методы обучения дошкольников. Отмечено, что особое значение имеет обеспечение здорового ритма жизни дошкольников (витаминоизация, вакцинопрофилактика, гибкий режим, организация микроклимата и стиля жизни группы и т.д.). Также в статье представлены эффекты, получаемые в процессе решения основных задач в здоровьесбережении.*

***Ключевые слова:** сценирование, здоровьесбережение, плавание, физическое здоровье, психологическое благополучие*

Формирование здоровья ребенка, полноценное развитие его организма одна из основных проблем современного общества. Дошкольное воспитание пронизано заботой о физическом здоровье ребенка и его психологическом благополучии такова концепция дошкольного образования. Для решения этой задачи необходимо еще с самых юных лет формировать здоровый образ жизни, используя все

средства физического воспитания, формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки.

Любая система не прослужит достаточно эффективно и долго, если она не будет совершенствоваться, обновляться, модернизироваться. Поэтому актуальной задачей на современном этапе развития нашего учреждения является осмысление накопленного опыта сохранения и укрепления здоровья детей с самого раннего детства, оценка его эффективности и модернизация содержания физкультурно-оздоровительной деятельности.

Современная насыщенная, гибкая оздоровительная система – это будущее нашего детского сада. Работая над этой проблемой, мы получили четкое представление желаемого будущего - наше видение будущей модели, предположили и приняли возможные варианты разворачивания будущей модели оздоровительной работы. Слабым местом оставалось отсутствие фильтра, через который надо было пропустить наши идеи. Так мы пришли к командному обсуждению идей оздоровительной работы - насколько они реальны и применимы в условиях «Калинки». Нескольким позже, уже в процессе работы, мы поняли, что занимаемся разработкой сценария возможных путей модернизации оздоровительной работы. Надо отметить, что сценирование стало не только фильтром, но и источником вдохновения для выработки новых идей.

Команда педагогов – сценаристов нашего учреждения с интересом включилась в эту работу: выбрали возможные перспективные стержневые направления в физкультурно-оздоровительной работе:

- расширение двигательной активности;
- внедрение различных видов гимнастики;
- технологии сохранения и стимулирования здоровья (игровой стретчинг, фитбол-гимнастика, фрироуп);
- оздоровительные процедуры в водной среде;

- педагогическая валеология.

Обсудили для каждого стержня условия, возможные риски: соотношение «цель-результат», эффективность потраченных ресурсов (рис. 1).

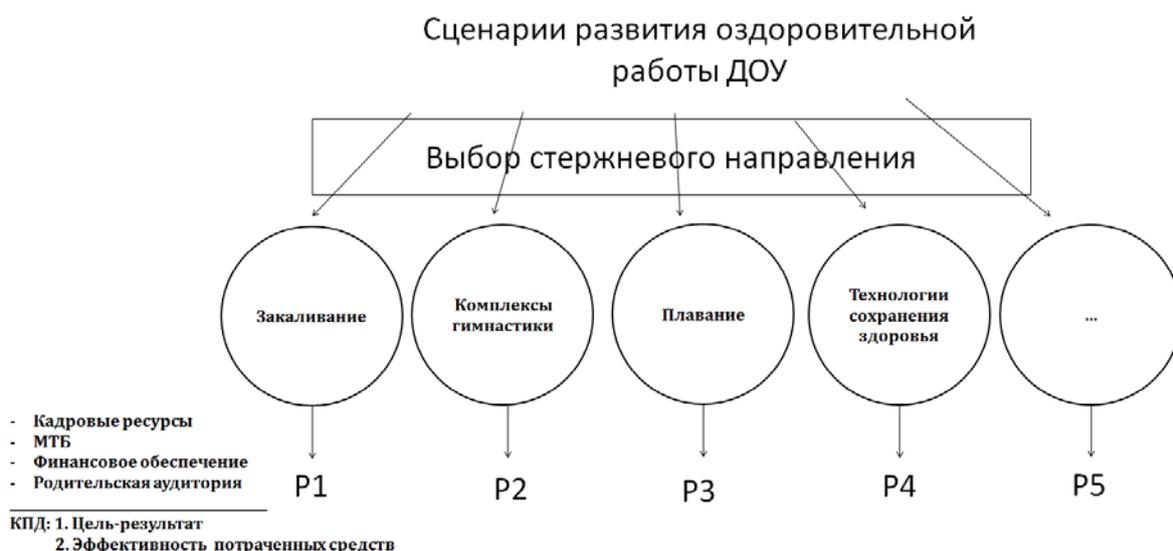


Рис. 1. Процесс определения стержневого направления в оздоровительной работе ДОУ.

В результате проделанной работы стержнем в постановке оздоровительной работы нами было избрано плавание в сопряжении с дыхательной гимнастикой, в постановке с детьми раннего возраста – это работа для нас впервые. На выбор данного сценарного решения в первую очередь повлияли кадровые и материально-технические условия.

Наши идеи реализуем через программу «Юные пловцы», разработанной на основе методического пособия «Обучение плаванию в детском саду» (авторы: Т.И. Осокина, Е.А Тимофеева, Т.Л. Богина).

Изучив лучшие практики постановки этой работы в других регионах, мы усилили программу дополнительным компонентом - инновационными приемами по обучению плаванию детей дошкольного возраста, для малышей они используются с учетом их возраста (рис. 2):

1. Фигурное плавание – это различные комплексы движений, составленные из элементов хореографии с использованием акробатических и гимнастических комбинаций для построения различных фигур в воде. Фигурное плавание может быть групповым и сольным.

2. Гидроаэробика – это выполнение умеренных по интенсивности физических упражнений под музыку.

3. Пальчиковая гимнастика - комплекс упражнений, направленный на развитие и укрепление мелкой моторики рук.

4. Дыхательная гимнастика - это специальные упражнения, которые обеспечивают полноценный дренаж бронхов, очищают слизистую дыхательных путей, укрепляют дыхательную мускулатуру.

5. Игротерапия – это использование всевозможных подвижных игр в условиях водной среды, которые повышают активность, развивают координацию движений, способствуют воспитанию чувства товарищества и появлению инициативы, вызывают большие эмоции у детей.

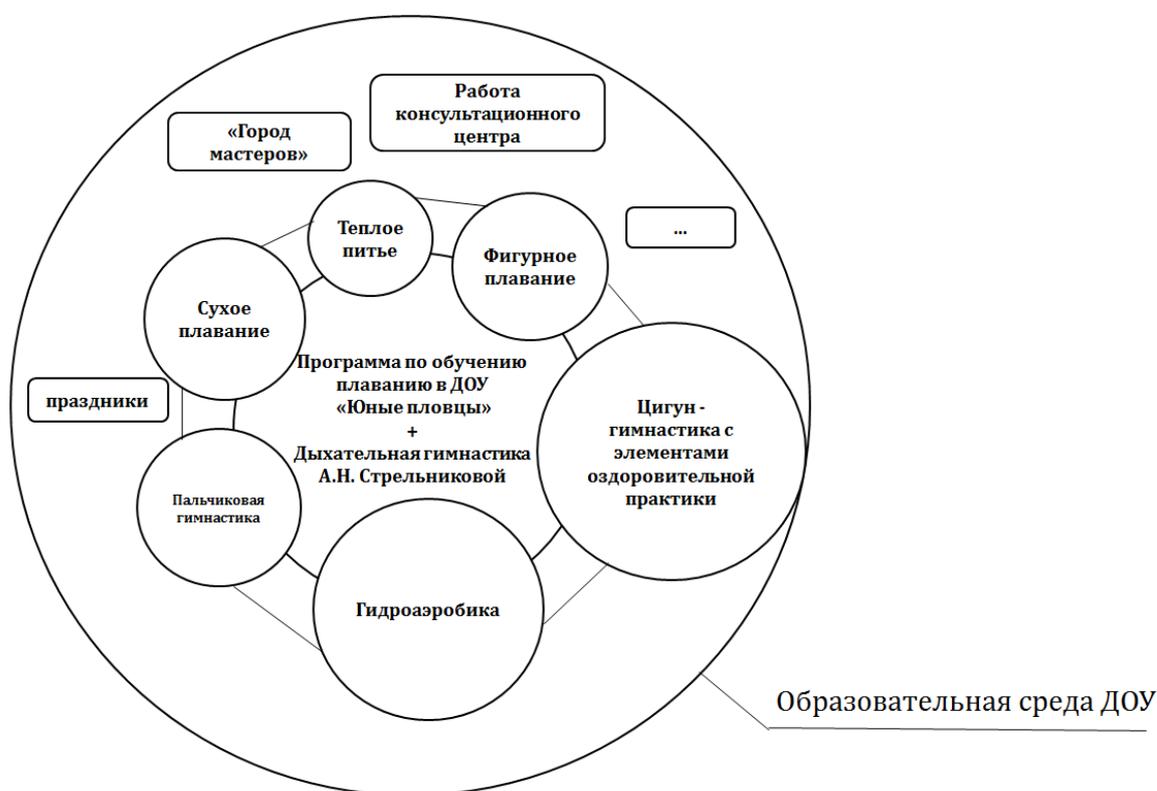


Рис. 2. Модель оздоровительной работы в ДОУ.

Дополнительные компоненты программы обогащены «детальями» этнорегионального характера:

1. Утренняя гимнастика с элементами оздоровительной практики «цигун». Цигун для детей – это комплексная восточная практика, действие которой одновременно направлено на все сферы организма: на ум ребенка, на его дух и на физическую оболочку. Укрепляя организм и оздоравливая его, цигун в тоже время позитивно воздействует на эмоциональный фон и интеллект, придает спокойствие, способствует балансированному развитию малыша. Эта практика помогает справиться с гиперактивностью, возбужденным состоянием, плохим сном. Упражнения определенным образом закаляют малыша, дела его более выносливым и крепким (комплекс упражнений: «подъем неба», «поддерживание луны», «змея танцует», «дерево, раскачивающее под ветром»).

Детей раннего возраста (3-4 г.) характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Однако у них отмечается еще недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп, поэтому обучение упражнениям заключается в последовательном многократном повторении, что значительно облегчает его освоение, позволяет избежать ошибок.

Для достижения максимальных результатов, для детей этого возраста используются следующие методы обучения:

- наглядный: показ упражнений и приёмов, имитация, зрительные ориентиры, показ инструктора;
- словесный: объяснения, указания, беседа, рассказ, команды, пояснения;
- практический: выполнение упражнений в команде и индивидуально, повторение упражнений.

2. Теплое питье.

3. Сухое плавание

Эффективность реализуемой программы обеспечивается также режиссурой событий, как общий праздник на воде, работы с родителями в формате мастерских в «Городе мастеров» (проекте для родителей), консультационном центре, в том числе с использованием дистанционных технологий. Планируем подключить в будущем и создаваемую цифровую среду детского сада.

Продуктивность сценарного решения значительно обогащается за счет развития общей оздоровительной системы в ДООУ: обеспечение здорового ритма жизни - (щадящий режим (в адаптационный период), гибкий режим, организация микроклимата и стиля жизни группы и т.д.; витаминизация, вакцинопрофилактика, гигиенические и закаливающие процедуры в разнообразных формах, свето-воздушные ванны, свето- и цветотерапия, музыкотерапия (звукотерапия), психогимнастика.

Таким образом, реализуя данную программу мы решаем основные задачи в здоровьесбережении, получая следующие эффекты:

- содействие укреплению здоровья занимающихся;
- достижение и сохранение высокого уровня физической подготовленности, улучшение показателей функционального и психологического состояния;
- воспитание у детей осознанного отношения к физическому и духовному здоровью;
- развитие и стабилизация эмоциональной сферы ребёнка, и, как результат, снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья;
- улучшение плавательной подготовленности.

Отличительной особенностью данной программы является интеграция физических, эстетических, художественно-творческих и

психоэмоциональных особенностей детей дошкольного возраста, приобщение к здоровому образу жизни, культурному наследию.

В заключение стоит отметить, что в целом модернизация оздоровительной работы идет в русле:

1. Расширения дополнительного образования детей;
2. Создания здоровьесберегающей развивающей модели, способствующей не только сохранению, но и развитию здоровья физического, психического, социального;
3. Расширения технологий сохранения и стимулирования здоровья и т.д. при сохранении классических основ ФОЗР;
4. Повышения заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья детей.

В этой работе привычка думать сценариями помогает нам понять логику развития событий, выявить движущие силы, ключевые факторы, ключевые фигуры и нашу собственную способность принимать эффективные управленческие решения.

Литература:

1. Кардамонова Н.Н. Плавание: лечение и спорт. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2001. 320 с.
2. Осокина Т.И. Как научить детей плавать: Пособие для воспитателя детского сада. — М.: Просвещение, 1991. 159 с.
3. Петрова Н.Л., Баранов В.А. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста. — М.: ФАИР, 2008. 120 с.