

*Педагогический опыт на тему:*

***«Использование игровых приемов и методов, направленных на формирование правильной осанки и профилактику плоскостопия в процессе оздоровительной работы с дошкольниками»***

***Савина Татьяна Алексеевна***  
***воспитатель***

***МБДОУ «Детский сад № 103» г. Воркуты***



➤ В соответствии с Законом «Об образовании в Российской Федерации» здоровье детей в нашей стране отнесено к приоритетным направлениям социальной политики.

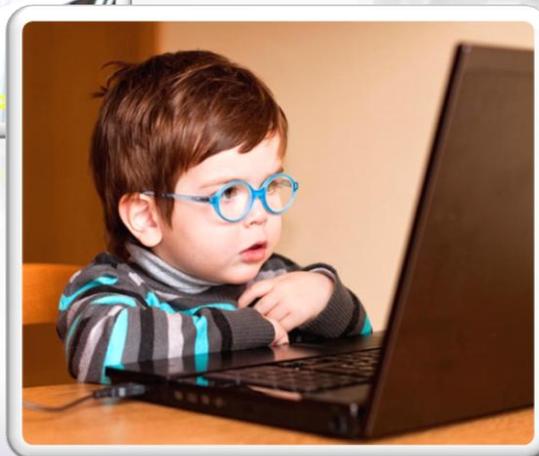
➤ **ФГОС дошкольного образования** направлен на решение следующих задач:

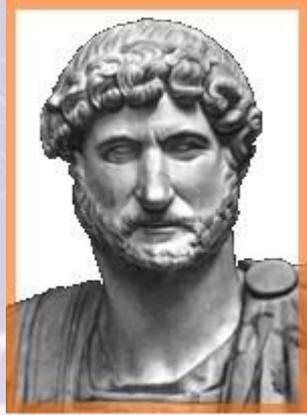
1) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; ...

4) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром...

# Дети 80-90-х

# Дети XXI века



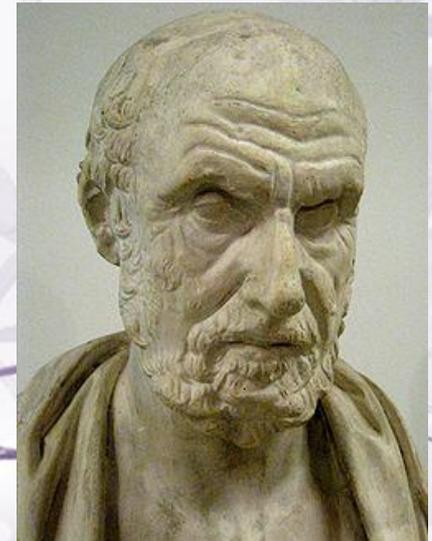


## Римлянин **Марк Фабий Квинтиллиан (I в. н.э.)**

Считал необходимым воспитание детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, соблюдения трех степеней (методов) обучения: подражание, наставление и упражнение, а также разумное сочетание занятий, игр и отдыха во избежание переутомления детей и сохранения их здоровья.

## **Гиппократ (древнегреческий целитель)**

Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь.



**В настоящее время проблемой формирования  
здорового образа жизни занимаются ученые  
из различных областей знаний:**

- медицины и физиологии (В.Н. Дубровский, Ю.П. Лисицын, Б.Н. Чумаков);**
- педагогики (В.Г. Алямовская, Г.К.Зайцев, М. Лазарев, О.В. Морозова, Л.Г. Татарникова, О.Ю. Толстова, О.С. Шнейдер и др.);**
- экологии (З.И. Тюмасева, А.Ф. Аменд)**

### Комплекс «Котята»

1. Ходьба (30 секунд)
2. «Котыла»

Каку нашей кошки  
Подросли ребята,  
Подросли ребята,  
Пушистые котята  
Спинки выгибают.

(дети имитируют движения котят)  
(дети встают на четвереньки в «лоду»  
кошки)

Хвостиком играют.  
А у них на лапках

(И.п. дети сидят на пятках – встают на колени потянули руки вверх, пошевелили пальчиками. Вернулись в и.п.) – 2 раза

Острые ушки,  
Длинные ушки.

(И.п. то же, руки на коленях – дети разводят руки в стороны. Вернулись в и.п.) – 2 раза

Зеленые глазки.

Очень любят умываться,  
Лапкой ушки почесать

(И.п. лежа на спине) – 2-3 секунды

И животик полизать  
Улеглись на бочок

И свернулись в клубок,  
А потом прогнули спинки.

(дети медленно переходят «лоду»  
кошки)  
(ходят на четвереньках)  
(Разбегаются – бег в течение 30 сек.)

Убежали из корзинки

3. Ходьба (30 секунд)

4. Подвижная игра «Веселые клубочки» (собрать мячи-машинки)

5. Дыхательные упражнения и релаксация



### Комплекс «Снежинки!»

1. Ходьба (30 секунд)
2. «Снежинки»

Выпал беленький снежок,  
Всюду посветлело

Летит, летит мы снежки  
Ловко и умело

Очень весело сейчас  
Со снежками спляшем.

Посмотрите-ка на нас,  
На веселье наше.

(дети ходят стайкой)

(дети приседают, «лепят снежки»)

(дети прыгают на двух ногах  
кружатся, руками делают  
«фонарики», по кругу приседают, бегают  
в разных направлениях)

вместе с нами поиграйте  
хмы приглашаем  
тро-быстро побежим –  
нас не поймает.

(бег)

... (30 секунд)

4. Подвижная игра «Собери снежинки»

5. Дыхательные упражнения  
(воздушная гимнастика –  
разручочный звук – п-ф-пф)



## **Функции игры**

**Обучающая** (обеспечивает усвоение знаний, умений, развитие интеллектуальных функций)

**Мотивационная** (способствует созданию благоприятной атмосферы на занятии, превращает его в увлекательное приключение)

**Коммуникативная** (объединяет детей, способствует установлению эмоциональных контактов, формирует навыки общения)

**Коррекционная** (вносит позитивные изменения в структуру личности ребенка)

**Релаксационная функция** (снимает напряжение при интенсивном обучении)

**Диагностическая функция** (выявляет проблемы в развитии детей, позволяет педагогу изучать их особенности)

# Алгоритм подготовки к маршрутной игре

- Самоподготовка (изучение технологии проведения маршрутных игр)
- Предварительная работа (с родителями, специалистами ДОУ, воспитанниками)
- Создание предметно-пространственной среды (выбор игрового пространства, оформление пунктов игры, подбор музыкального сопровождения)
- Изготовление необходимых атрибутов игры (карты, подбор заданий соответственно тематике, обозначения)
- Проведение игры
- Анализ (рефлексия с детьми, анкетирование педагогов ДОУ, отзывы родителей)

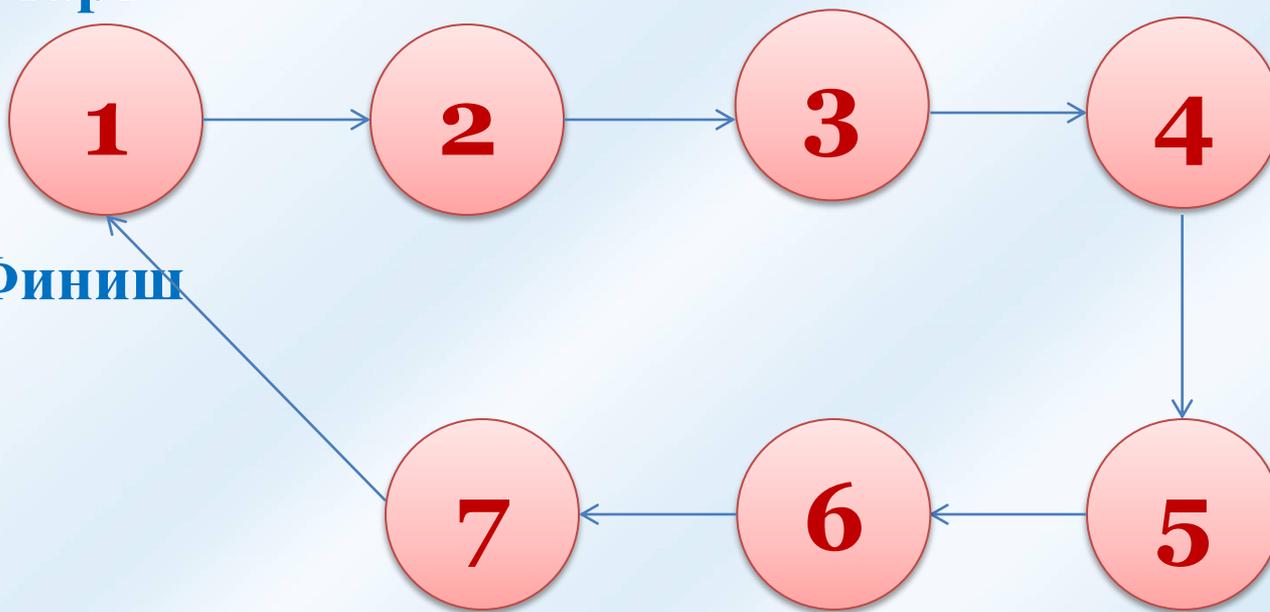
## Тематика игр в соответствии с календарем жизни

Ранний и младший возраст	Старший возраст
Форма организации	
Игра-путешествие	Игра-путешествие; маршрутная игра
Тема календаря	
Мои домашние питомцы	Животные жарких стран
«Поможем маме-кошке найти своих котят»	«Веселое путешествие по Африке»
Поет зима – аукает...	
«В гости к лисичке в зимний лес»	«В поисках сокровищ Снежной Королевы»
Наша маленькая планета	
«Страна цветов»	«Большое космическое приключение»

**КАРТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ МАРШРУТНОЙ ИГРЫ**  
**«ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ КРИВЫХ ЗЕРКАЛ»**

Старт

Финиш



# КАРТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ МАРШРУТНОЙ ИГРЫ «ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ КРИВЫХ ЗЕРКАЛ»

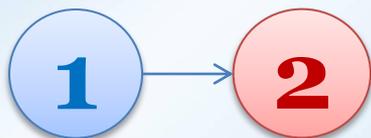
1

Разминка



**КАРТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ МАРШРУТНОЙ ИГРЫ**  
**«ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ КРИВЫХ ЗЕРКАЛ»**

Старт



Первое препятствие  
«Ущелье»



# КАРТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ МАРШРУТНОЙ ИГРЫ

## «ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ КРИВЫХ ЗЕРКАЛ»

Старт



**Дыхательная  
гимнастика**



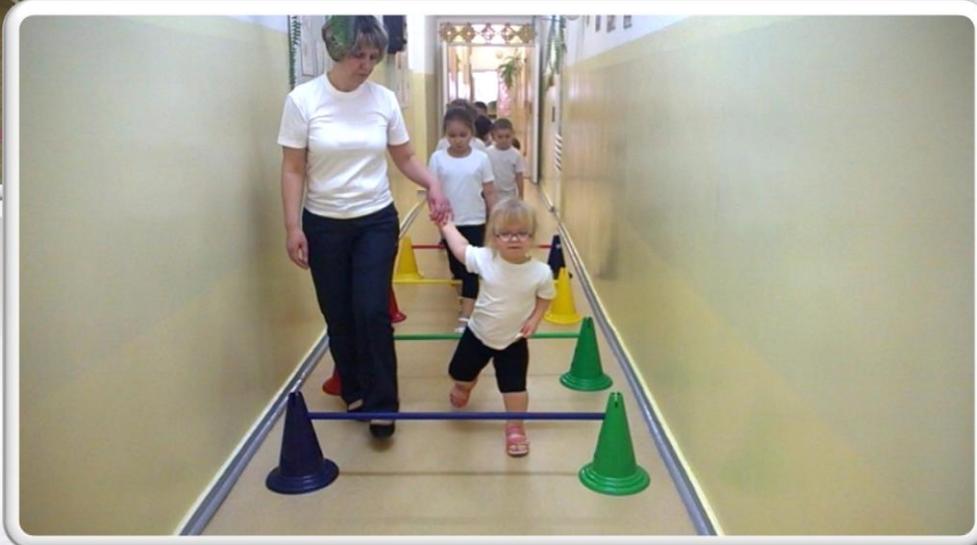
**КАРТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ МАРШРУТНОЙ ИГРЫ**  
**«ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ КРИВЫХ ЗЕРКАЛ»**

Старт



Дидактическая игра  
**«Четвертый лишний»**  
**Что вредит красивой осанке?**













## Оздоровительные игры:

1. **«Кошка»** - ведущий предлагает детям опуститься на колени и опереться ладонями в пол. Сейчас мы будем изображать кошку. Сначала кошка недовольна. Она выгибает спинку как можно сильнее вверх. Теперь кошка потягивается. Спинка прогибается вниз. Движения должны быть энергичные, но в то же время плавные и грациозные. Движения чередуются в течение 2 секунд.

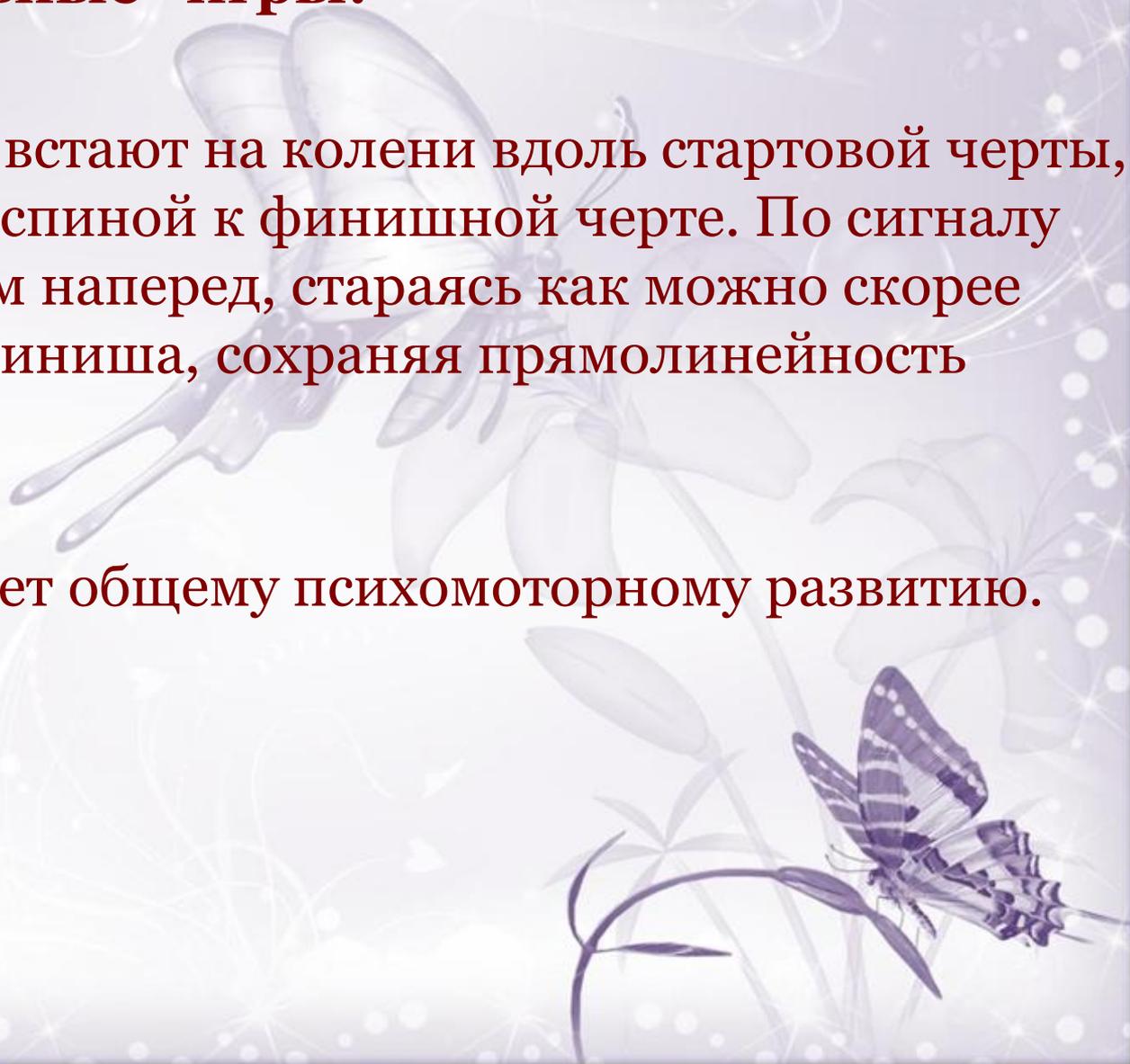
Игра способствует эмоциональному подъему, тренирует мышцы спины и брюшного пресса, развивая гибкость и силу.



## Оздоровительные игры:

2. «Раки» - дети встают на колени вдоль стартовой черты, повернувшись спиной к финишной черте. По сигналу движутся задом наперед, стараясь как можно скорее добраться до финиша, сохраняя прямолинейность движения.

Игра способствует общему психомоторному развитию.



## Оздоровительные игры:

3. **«Скоморохи»** - детям предлагается поочередно каждой ногой шлепнуть себя сзади по ягодицам. При этом ноги как можно сильнее отбрасывать назад, чтобы удар пяткой по ягодицам был ощутим и слышен. Ассистент прислушивается, чьи шлепки будут громче. Задание выполняется по сигналу в течение 30 секунд.

Эта игра тонизирует весь организм, развивает икроножные мышцы, делает гибкой поясницу.



**Обучать ребенка нужно так,  
чтобы он об этом не  
догадывался...**



***СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!***

источник шаблона:

*Ранько Елена Алексеевна  
учитель начальных классов  
МАОУ лицей №21  
г. Иваново*

Сайт: <http://pedsovet.su/>