

Дифференцированный подход к организации физкультурных занятий в детском саду с учётом группы здоровья

Селезнёва Татьяна Андреевна,
инструктор по физкультуре,
МАДОУ ЦРР – д/с № 74 «Забава» г. Белгорода

Физическая культура – образовательная область в программе дошкольного образования, напрямую связанная со здоровьем дошкольников. Систематическое занятие физкультурой способствует развитию физических качеств, выносливости, укреплению здоровья воспитанников. Это вовсе не означает, что от занятий физической культурой надо освобождать тех детей, чье состояние здоровья оставляет желать лучшего. Наоборот, детям с ослабленным здоровьем физические упражнения необходимы даже больше, чем здоровым. Но физические нагрузки обязательно должны соответствовать как возрастным, так и индивидуальным возможностям ребенка, в том числе особенностям состояния их здоровья, в частности, с учетом группы здоровья.

В ходе работы по укреплению здоровья воспитанников в нашем детском саду был разработан дифференцированный подход к организации физкультурных занятий для детей старшего дошкольного возраста, относящихся по состоянию здоровья к основной и подготовительной группам. Он основан на дифференциации в определении средств и величины физической нагрузки с учетом группы здоровья. Необходимость разработки подобного подхода была обоснована тем, что примерная основная общеобразовательная программа «Детство», на основе которой составлена основная общеобразовательная программа детского сада не учитывает распределение детей на группы здоровья при планировании занятий по физической культуре, ориентируясь, в основном, на устойчивость и целостность психического, эмоционального и физического развития.

При этом современные нормативные документы, регламентирующие деятельность дошкольного образования, в частности, Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утверждают принципы создания благоприятной ситуации развития для каждого ребёнка в соответствии с его возрастом и индивидуальными особенностями и склонностями, учёта индивидуальных особенностей каждого воспитанника и в целом индивидуализации процесса обучения.

По мнению специалистов, к группе здоровья следует относиться как к своеобразной форме учёта, а не как к окончательному диагнозу. Тем более что группа здоровья может меняться в зависимости от динамики состояния здоровья ребёнка. В соответствии с Инструкцией по комплексной оценке состояния здоровья детей, утверждённой приказом Минздрава России от 30.12.2003 г. № 621 оценка здоровья ребёнка основывается на четырёх базовых критериях:

- наличие или отсутствие функциональных нарушений и хронических заболеваний;
- уровень функционального состояния основных систем организма;

- степень сопротивляемости организма неблагоприятным внешним воздействиям;
 - уровень достигнутого развития и степень его гармоничности.
1. В I группу здоровья входят дети, у которых нет отклонений в состоянии здоровья.
 2. Во II группу входят дети, имеющие какие – либо функциональные изменения, чаще всего связанные с неравномерным ростом и развитием.
 3. III группу составляют дети с хроническими заболеваниями в стадии компенсации.
 4. В IV группу входят дети с хроническими заболеваниями в стадии субкомпенсации.
 5. К V относятся дети, страдающие хроническими заболеваниями в стадии декомпенсации.

Все дошкольники на основании медицинского заключения распределяются на 3 медицинские группы:

- основную (дети с I группой здоровья, частично – со II группой здоровья, когда имеющееся заболевание на накладывает существенных ограничений на двигательный режим);
- подготовительную (дети II группы здоровья, имеющие отставание в физическом развитии; недостаточную физическую подготовленность; незначительные отклонения в состоянии здоровья);
- специальную (дети, чьё состояние здоровья требует занятий физическими упражнениями по отдельной программе, учитывающей особенности их здоровья).

На начальном этапе разработки подхода было проведено анкетирование родителей с целью получения информации о состоянии физического воспитания детей в семье, с учетом полученных данных, оказать помощь родителям в организации физкультурно-оздоровительных мероприятий и определить направления психолого – медико – педагогического сопровождения семьи с учётом имеющейся у ребёнка группы здоровья. Анализ результатов анкетирования позволил заключить, что необходимо не только расширять знания родителей по вопросам воспитания здорового ребенка, но и учить их проведению основных физкультурно-оздоровительных мероприятий в семье, имеющей ребёнка с ОВЗ через разнообразные организационные формы: семинары-практикумы, занятия спортклубов по типу «Папа, мама, я – спортивная семья», открытые просмотры работы с детьми в условиях ДОУ и т.д.

Одной из эффективных форм проведения занятий с родителями являются вечера вопросов и ответов, на которых в оживленной, интересной беседе родители имеют возможность высказать свое мнение, поделиться семейным опытом, получить исчерпывающий ответ от специалистов детского сада. В ходе подобных мероприятиях имеет смысл обсуждать не только вопросы физического воспитания детей в семье, но и то, как повысить, по мнению родителей, эффективность данной работы и снизить детскую заболеваемость в дошкольном учреждении. Здесь же до родителей доносится информация об особенностях организации физкультурно – оздоровительной работы с детьми с ОВЗ. Проводимая работа обеспечивает тесный контакт и конструктивные

взаимоотношения с родителями в вопросе укрепления здоровья дошкольников и повышает авторитет дошкольного учреждения.

На следующем этапе совместно с медицинскими работниками были проанализированы медицинские карты воспитанников. Установлено, что среди воспитанников старшего дошкольного возраста к основной медицинской группе относятся 92,9 %, к подготовительной группе здоровья – 7,1 %. Эти данные фиксируются воспитателями группы в журнале здоровья, инструктором по физкультуре – в журнале распределения детей на медицинские группы для занятий физической культурой.

Разработанный нами подход предусматривает задания, дифференцированные по величине физической нагрузки, и в соответствии с рекомендациями двигательного режима при наиболее часто встречающихся заболеваниях, так как в любую группу детского сада входят дети и основной, и подготовительной группы здоровья в составе основной медицинской группы. Для детей с заболеваниями органов дыхания разработаны специальные комплексы упражнений дыхательной гимнастики, в том числе и с нарушениями носового дыхания, ориентированные на особенности именно данной группы детей.

В ряду наиболее распространенных заболеваний у детей дошкольного и в дальнейшем школьного возраста отмечаются заболевания опорно-двигательного аппарата и отклонения от его нормального развития. В связи с этим разработанный подход включает комплексы упражнений, направленные на формирование мышечного корсета: для укрепления мышц спины, мышц брюшного пресса: «Рыбка», «Морская звезда», «Кораблик», «Русалочка», «Медуза», «Кальмар», «Кит».

При организации и проведении занятий по физической культуре обязательно учитывается распределение воспитанников по группам здоровья и осуществляется дифференциация допустимой нагрузки. Работу с детьми основной группы (группы А) ведёт инструктор по физической культуре, давая детям оптимальный уровень нагрузки. Воспитатель группы отслеживает состояние детей подготовительной группы (группы Б), которые выполняют задания с учётом своих возможностей (упрощённые, более низкой интенсивности, скорости, непродолжительное время).

В рамках взаимодействия с воспитателями, инструктором по физкультуре разработаны комплексы гимнастики после сна, содержащие элементы корригирующей гимнастики и закаливания (гимнастика после сна в парах – «Делаем дружно», «Наклоны», «Танец», «Шляпа»; гимнастика после сна с мешочками – «Подними мешочек и походи с ним», «Подними мешочек ногами», «Подбрось мешочек»; гимнастика после сна с мячом – «Часики», «Пингины», «Гуляй, да не теряй»).

С целью пропаганды здорового образа жизни среди всех участников образовательных отношений были разработаны физкультурно – оздоровительные мероприятия для детей старшего дошкольного возраста, предусматривающие участие родителей и педагогического коллектива детского сада. Каждое лето и в начале осени проводится тематическая «Неделя здоровья» для воспитанников всего детского сада, в рамках которой родители принимают непосредственное участие в выполнении физических упражнений со своими детьми. Подобные

мероприятия позволяют настроить родителей на совместную с педагогами деятельность по оздоровлению детей средствами физкультуры, что значительно повышает эффективность работы по данному направлению.

В холодное время года проводится «Зимняя Спартакиада» для старшего дошкольного возраста, включающая элементы строя, бега, прыжков с элементами состязаний и, конечно, подвижные игры. В программу всех праздничных мероприятий, проводимых в детском саду, включаются средства физической культуры с рекреативной направленностью (тематические подвижные игры, эстафеты, игры – аттракционы, игротека, элементы видов спорта).

Для детей, относящихся к разным группам здоровья, при проведении подобных массовых спортивных праздников и развлечений предусматриваются задания с разной степенью нагрузки, интенсивности, сложности, расстояния, соответствующие их индивидуальным возможностям. Детям, возможности которых ограничены по сравнению со сверстниками, подбираются задания или роли, поддерживающие их статус в глазах других детей.

С целью систематического применения оздоровительных средств физкультуры в повседневной жизни воспитанников разработаны рекомендации воспитателям: «Значение и планирование упражнений для гимнастики после сна с учётом группы здоровья», «Общие принципы организации двигательной деятельности детей на прогулке с учётом группы здоровья», «Прогулки – походы за территорию детского сада с учётом индивидуальных физических особенностей детей» и др. Подобные рекомендации были составлены и для родителей воспитанников: «Здоровье малышей. Организация закаливания детей с учётом группы здоровья», «Использование дифференцированных игровых ситуаций в повседневной жизни».

С целью создания условий для индивидуализации при проведении физкультурных занятий в детском саду они должны быть построены на дифференцированном использовании средств физической культуры и физической нагрузки с учётом группы здоровья каждого воспитанника. Только тесное взаимодействие и интеграция деятельности всех специалистов детского сада может обеспечить истинно индивидуальный подход к каждому ребёнку.

При реализации дифференцированного подхода к организации физкультурных занятий необходимо систематически осуществлять контроль за реакцией организма воспитанников на физическую нагрузку по внешним признакам утомления.

В качестве перспектив работы по реализации дифференцированного подхода нами запланирована интеграция деятельности инструктора по физкультуре с педагогом – психологом детского сада, так как дифференциация степени сложности, интенсивности, скорости общеразвивающих упражнений и основных движений зависит не только от физиологических особенностей воспитанников, но и от типа их темперамента, индивидуального темпа и способностей.

Список литературы

1. Адашкявичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду / Э.И. Адашкявичене. – М.: Просвещение, 1992. – 275с.
2. Антонов Ю.Е. Здоровый дошкольник. Оздоровительные технологии 21 века / Ю.Е. Антонов. – М.: АРКТИ, 2001. – 199с.
3. Безруких М.М. Возрастная физиология: (Физиология развития ребёнка): Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416с.
4. Каштанова Г.В. Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2006. – 64с.
5. Кенеман А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Учеб. для студентов пед. инст-ов по спец-ти № 2110 «Дошк. педагогика и психология». – М.: Просвещение, 1985. – 271с.
6. Маханёва М.Д. Воспитание здорового ребёнка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 1997. – 88с.
7. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 168с.
8. Щербак А.П. Физическое развитие детей в детском саду. Здоровьесберегающие технологии, конспекты физкультурных занятий, спортивные развлечения. – М.: Академия Развития, 2009. – 228с.
9. Яковлева Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3 – 7 лет. – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 236с.

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребёнка – детский сад № 74 «Забава»

**ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К
ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В
ДЕТСКОМ САДУ С УЧЁТОМ ГРУППЫ ЗДОРОВЬЯ**

Подготовила: инструктор
по физической культуре
Селезнёва Т.А.