

«Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

Учеными доказано, что здоровье человека на 7—8 % зависит от здравоохранения и более чем на 50 % от образа жизни, несомненно, учиться управлять своим здоровьем необходимо с момента рождения, успех на начальном этапе зависит от родителей и воспитателей.

За последние десятилетия состояние здоровья дошкольников резко ухудшилось. В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Недостаточная двигательная активность отрицательно сказывается на здоровье, психофизическом благополучии детей, негативно влияет на двигательное и социальное развитие ребёнка.

Дошкольный возраст — это ответственный период жизни, когда закладываются основы физического, психического и личностного развития.

Именно в этом возрасте важно сформировать у детей навыки здорового образа жизни, потребность в систематических занятиях физической культурой.

В РФ происходит модернизация системы образования с целью повышения качества образования, его доступности, с целью поддержки и развития таланта каждого ребенка, сохранения его здоровья.

В соответствии с ФГОС одним из основных направлений всестороннего развития дошкольников является физическое развитие, которое включает в себя образовательные области «Физическая культура» и «Здоровье».

Сохранение и укрепление здоровья ребенка — ведущая задача для дошкольников. И поэтому, главным аргументом в укреплении здоровья дошкольников остается ценность здоровья как основного показателя благополучия человека, что обуславливает обязательное включение образовательной области «Физическое развитие» в состав общеобразовательных программ дошкольного образования.

В образовательной области «Физическое развитие» главной задачей является гармоничное развитие у воспитанников физического и психического здоровья. Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и целостного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

накопление и обогащение двигательного опыта у детей (овладение основными движениями);

формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Для ДОУ появляется новая проблема: важно не просто проводить занятия по здоровьесберегающим технологиям, а создать единый процесс взаимодействия педагога и воспитанников, где гармонично переплетаются разные образовательные области. В конечном итоге каждый ребенок получит представления о здоровье человека как главной ценности, которая необходима ему для полноценной жизни.

ФГОС дошкольного образования выделяет ряд принципов, которым должна соответствовать программа дошкольного образовательного учреждения. Одним из важнейших является принцип интеграции образовательных областей в соответствии с их спецификой и возможностями.

### **Интеграция образовательных областей.**

Дошкольный возраст многими психологами характеризуется как несущий в себе большие нереализованные возможности в познании окружающего мира. Раскрыть их помогает образовательная деятельность. На занятиях в совместной и самостоятельной деятельности успешно развиваются самостоятельность, творчество, умственные способности, учебные интересы, что содействует процессу активного овладения знаниями.

Процесс интеграции представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных компонентов и элементов системы на основах взаимозависимости и взаимодополняемости.

Принцип интеграции образовательных областей выступает как основополагающий принцип работы дошкольного отделения.

Идея интеграции в обучении берет свое начало в трудах великого дидакта Я. А. Коменского, утверждавшего: что связано между собой, должно быть связано постоянно и распределено пропорционально между разумом, памятью и языком.

Актуальность данного подхода объясняется целым рядом причин:

- Мир, окружающий детей, познается ими в своем многообразии и единстве, а зачастую разделы дошкольной образовательной программы, направленные на изучение отдельных явлений этого единства, не дают представления о целом явлении, дробя его на разрозненные фрагменты.

- Использование интегрированного подхода развивает потенциал самих воспитанников, побуждает к активному познанию окружающей действительности, осмыслению и нахождению причинно-следственных связей, развитию логики, мышления, коммуникативных способностей.

- Форма проведения занятий нестандартна, интересна. Использование различных видов деятельности в течение занятия поддерживает внимание воспитанников на высоком уровне, что позволяет говорить о достаточной эффективности занятий. Образовательная деятельность с использованием интеграции раскрывают значительные педагогические возможности, ощутимо повышает познавательный интерес, служит развитию воображения, внимания, мышления, речи и памяти.

- Интегративная форма дает возможность для самореализации, самовыражения, творчества педагога, раскрытия его способностей.

Формы реализации принципа интеграции:

1. Интеграция на уровне содержания и задач психолого-педагогической работы.

2. Интеграция по средствам организации образовательного процесса

3. Интеграция детской деятельности.

Сущностью интегрированного подхода является соединение знаний из разных областей на равноправной основе, дополняя друг друга. При этом на занятии педагоги имеют возможность решать несколько задач из различных областей развития, а дети осваивают содержание различных разделов программы параллельно, что позволяет сэкономить время для организации игровой и самостоятельной деятельности.

### **Интеграция образовательной области «Физическое развитие» в условиях реализации ФГОС ДОО.**

Организация работы в ДОО по физическому воспитанию детей в целом соответствует современным требованиям к организации и объему двигательной активности дошкольников. Используются разнообразные организационные формы двигательной деятельности детей: физкультурные занятия, утренняя гимнастика, гимнастика после сна, физкультминутки, подвижные игры, спортивные праздники и досуги.

Для достижения высокого уровня физического развития детей, охраны и укрепления их здоровья в ДОО созданы оптимальные условия: имеется спортивная площадка, оборудованная снарядами для лазания, ямой для прыжков в длину, оборудованный спортивный зал, а также достаточным количеством крупного и мелкого раздаточного спортивного инвентаря для развития основных движений и коррекции осанки; в каждой группе созданы физкультурные уголки, обеспечивающие реализацию двигательной активности детей в течение дня.

В процессе образовательной деятельности по физическому развитию вместе с воспитателями мы обращаем внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

### **ОО «Социально-коммуникативное развитие»:**

создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников; формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх при пользовании инвентарём.

### **ОО «Познавательное развитие»:**

активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчёт мячей и пр., специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых, построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования, просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни; участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования).

### **ОО «Речевое развитие»:**

проговаривание действий и название упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности, обсуждение пользы закалывания и занятий физической культурой.

### **ОО «Художественно-эстетическое развитие»**

игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок;

привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформление помещения; использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания, рисование мелом разметки для подвижных игр;

ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение; постановка спортивных танцев; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

Важной особенностью интегрированного занятия является смена динамических поз и видов детской деятельности. Во время занятия предполагается использование разнообразных видов детской деятельности, которые можно интегрировать между собой.

Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и

спортивных игр, упражнений, занятий, но и при организации всех видов детской деятельности через физкультминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования и пр.

Организуя образовательный процесс, я стараюсь делать так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности (не просто ответ на вопрос, а ответ и передача мяча и пр.). Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

При реализации образовательных областей во всех возрастных группах воспитатели применяют пальчиковые игры; упражнения для глаз; гимнастику (релаксация); массажеры для рук (орешки, палочки); проводятся тематические занятия «Мы любим спорт», «Мы гуляем», «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья!» и др.

*Интеграция физкультурных занятий и музыки* создает положительный эмоциональный фон занятий, помогает детям запомнить движения, выразительно передать их характер.

На музыкальных занятиях музыкальный руководитель использует валеологические песенки-распевки, дающие позитивный настрой детям на весь день, слушание музыки и разучивание текстов песен сочетаются с игровым массажем или пальчиковой игрой, используется дыхательная гимнастика, элементы звукотерапии, оздоровительные упражнения для профилактики заболеваний горла.

Музыкально-ритмические упражнения способствуют формированию: опорно-двигательного аппарата, хорошей осанки, пластики, гибкости и растяжки, умению двигаться согласованно с музыкой.

Для профилактики отклонений опорно-двигательного аппарата на музыкальных занятиях перед выполнением движений следует приучать детей правильно занимать исходное положение, а во время исполнения музыкальных упражнений, танцев, игр соблюдать координацию движений рук и ног, следить за осанкой.

Пение является основным средством музыкального воспитания. Дети любят петь и охотно поют. При соблюдении гигиенических условий, то есть при проведении занятия в проветренном чистом помещении, пение способствует развитию и укреплению легких и всего голосового аппарата. По мнению врачей, пение является лучшей формой дыхательной гимнастики.

При правильно организованном физическом воспитании можно не только укрепить здоровье, но и скорректировать имеющиеся нарушения моторики, предупредить формирование неправильных двигательных

стереотипов. Физическое воспитание в нашем детском саду — важная часть общей системы воспитания и обучения детей с общим недоразвитием речи.

Известно, что чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивнее развивается его речь. В свою очередь, формирование движений происходит при участии речи. Физические упражнения способствуют укреплению силы и морального духа, развивают координацию и точность движений, помогают избавиться от скованности или, наоборот, от расторможенности движений, содействуют воспитанию дисциплинированности и собранности. Это служит предпосылкой для лучшего функционирования речевых органов и оказывает положительное влияние на выработку правильных речевых навыков.

Исходя из этого, можно сделать некоторые выводы:

1. Занятия интегрированного характера способствуют формированию целостной картины мира, так как предмет или явление рассматривается с нескольких сторон: теоретической, практической, прикладной.

2. У детей формируется познавательный интерес, и занятия дают высокую результативность.

3. Переход от одного вида деятельности на другой позволяет вовлечь каждого ребёнка в активный процесс.

4. Интеграция образовательных областей способствует более тесному контакту всех педагогов и специалистов.

5. Занятия интегрированного характера вызывают интерес, способствуют снятию перенапряжения, перегрузки и утомляемости за счёт переключения их на разнообразные виды деятельности. Такие занятия способствуют более тесному контакту педагогов и воспитанников

Дошкольное учреждение ставит перед собой задачу не разработать интегрированные занятия через синтез образовательных областей, а предложить целостный интегративный процесс взаимодействия взрослого и ребёнка на определённую тему в течение одного дня, в котором будут гармонично объединены различные образовательные области для целостного восприятия окружающего мира.

Всю работу по физическому воспитанию и оздоровлению детей в детском саду мы с воспитателями выстраиваем с широким применением игровой деятельности, а вся двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания.

Таким образом, интеграция образовательной области «Физическая культура» с другими образовательными областями в работе по здоровьесбережению как ведущий принцип организации деятельности в

нашем детском саду направлена на достижение одной цели – формирование здорового образа жизни.

Подобное объединение видов деятельности позволяет нам добиться повышения у детей уровня ответственности по отношению к своему здоровью, обеспечивает более глубокое познание своего организма, воспитывает потребность ведения здорового образа жизни, формирование общей культуры, развитие качеств и формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность ребенка в будущем.