

ОПИС ПЕРСПЕКТИВНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО ДОСВІДУ
ВІКТОРІЇ ЧОПОВСЬКОЇ, ІНСТРУКТОРА З ФІЗКУЛЬТУРИ ДОШКІЛЬНОГО
НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ (ЯСЛА САДОК) КОМПЕНСУЮЧОГО ТИПУ №23
ЧЕРКАСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ
«ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ДЛЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З
ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ»

Незаперечною є істина, що суспільство, яке прагне жити в гармонії з довкіллям, має не лише декларувати, а й формувати систему істинних цінностей у кожного громадянина. Тому одним із чинників благополуччя індивідуальності, родини та суспільства в цілому має стати здоров'я, як фундаментальна цінність буття. У наш час категорія здоров'я набула особливої актуальності, трансформувавшись у глобальну проблему існування людської цивілізації, зумовивши перегляд ставлення населення до власного здоров'я та впровадження у життя оздоровчої ідеології. Основною метою створеного автором посібника, стало донести до колег правильність виконання програмових вимог з урахуванням порушень у здоров'ї дитини дошкільного віку, і оскільки порушення постави на часі проблема актуальна, автор висвітлила саме цей аспект своєї роботи.

З метою формування життєво важливих рухових умінь і навичок у дітей, які мають порушення в опорно-руховому апараті, були підібрані комплекси загально-розвиваючих вправ, де враховані рекомендації дитячого лікаря ортопеда. Саме цей аспект надає цінності досвіду, оскільки взаємодія медичного і педагогічного персоналу під час роботи з такими дітьми, є необхідною умовою для дотримання правила: не зашкодь. У малокомплектних дошкільних закладах, нажаль таке співробітництво не можливе, тому даний посібник стане у нагоді педагогічним працівникам, які знають про порушення в опорно-руховому апараті дитини і працюють над її фізичним розвитком.

Передусім педагогічним загалом поставлено стратегічну мету – пошук шляхів удосконалення процесу збереження, зміцнення та формування здоров'я юного покоління в цілому і кожної особистості зокрема. Враховуючи актуальність проблеми збереження та зміцнення здоров'я, національні програми «Освіта (Україна ХХІ)», «Діти України», Національна доктрина розвитку освіти та програма «Здоров'я нації» визначають найважливішими стратегічними завданнями всебічний розвиток людини (в тому числі і дитини дошкільного віку), становлення її духовного, психічного та фізичного здоров'я, формування у дітей відповідального ставлення до нього як найвищої індивідуальної та суспільної цінності. Ці завдання знайшли відображення в Конституції України, Законах України «Про освіту», «Про дошкільну освіту», Концепції національної безпеки України, у Базовому компоненті дошкільної освіти. Чоповська Вікторія

Григорівна віднайшла шлях зміцнення та збереження здоров'я дошкільнят, через урахування їх особливостей у фізичному розвитку під час занять з фізичної культури в умовах дошкільного навчального закладу.

Феномен здоров'я був предметом дослідження багатьох учених і розглядався у кількох аспектах: філософському, медико-біологічному, соціально-педагогічному. Його вивчали зокрема М. Амосов, Е. Вайнер, В. Войтенко, І. Мурахов, Г. Нікіфоров, Ю. Лісичин, В. Петленко та інші. Категорію здоров'я дослідники визначають як інтегровану якість повноцінного гармонійного людського буття в усіх його вимірах та аспектах. Показниками фізичного здоров'я дитини є рівень морфологічного розвитку (нормальне функціонування всіх органів та систем організму, їх ріст і розвиток), що підтверджується віковими антропометричними та біометричними показниками (довжина, маса тіла, об'єм грудної клітки, робота серця, дихання, опорно-руховий апарат, постава, стан шкіри, гострота зору, нюху, смаку тощо).

Планування та реалізація роботи з фізичної культури дошкільників – складний і кропіткий процес, особливе значення в ньому має взаєв'язок і наступність у роботі вихователя, інструктора з фізкультури та медичної сестри, особливо для роботи з дітьми, які мають порушення опорно-рухового апарату. У даному посібнику наведено результати взаємодії цих спеціалістів. Для практичного застосування, автор пропонує орієнтовне планування роботи з освітньою лінією Базового компоненту дошкільної освіти «Особистість дитини» з урахуванням особливостей розвитку дітей, які мають порушення опорно-рухового апарату, сформованості основних фізичних якостей, рухових умінь, оздоровчих заходів та навичок безпечної поведінки.

Отже, на сучасному етапі, коли діти народжуються з вадами в розвитку опорно-рухового апарату, або мають схильність до виникнення порушень, саме ця книга може допомогти не допустити подальшого розвитку вади або запобігти виникненню таких порушень.

Старший дошкільний вік (6-й рік життя)

Завдання рухової активності

1. Навчати відбивати м'яч об землю на місці (не менше 12 разів підряд); підкидання м'яча і ловіння його обома руками (до 20 разів підряд).
2. Повторити біг у вільному темпі 2-3,5 хв.
3. Розвивати спритність у рухливій грі «Спритна лисиця».

Обладнання: м'ячі, султанчики.

частина	Зміст та спосіб проведення	дозування	базові якості
Підготовча (7-8 хв.)	Шикування в одну шеренгу біля стін	30 с	Працелюбність
	Привітання	30 с	
	Коригувальна ходьба для запобігання плоскостопості: <ul style="list-style-type: none"> ✓ звичайним кроком; ✓ на носках, руки на поясі; ✓ на п'ятах, руки на поясі; ✓ ходьба у напівприсіді, долоні на коліна; ✓ ходьба приставним кроком назад; ✓ ходьба шиною вперед. 	1,5 хв.	
	Шикування в колону по чотири. Загально розвивальні вправи (із «султанчиками»)	4-4,5 хв.	
	Біг: <ul style="list-style-type: none"> ✓ на носках; ✓ приставним кроком і лівим боком; ✓ підскоками; ✓ у зворотному напрямку за сигналом. Відновлення дихання. <i>Фронтальний спосіб організації</i>	до 1,5 хв.	
Основна (22-24 хв.)	Відбивання м'яча об землю на місці	6 хв.	Спостережливість
	Підкидання м'яча і ловіння його обома руками	5 хв.	
	Біг у повільному темпі 2-3,5 хв.	4 хв.	
	Рухлива гра «Спритна лисиця» (біг)	7-8 хв.	
	<i>Фронтальний, потоковий спосіб організації</i>		
Заключна (3-4 хв.)	Шикування біля лав. Дихальні вправи, лежачи на лаві. У в.п. – лежачи на спині, руки за голову	2-3 хв.	Самололюбність
	Підбиття підсумків	1 хв.	
	<i>Фронтальний спосіб організації</i>		

Старший дошкільний вік (6-й рік життя)

Завдання рухової активності

1. Навчати кидання м'яча у горизонтальну ціль.
2. Повторити кидання мішечка у вертикальну ціль.
3. удосконалювати набивання м'яча; підкидання м'яча.
4. Розвивати спритність у рухливій грі «Кіт і мишенята».

Обладнання: мішечки, вертикальна ціль, горизонтальна ціль, горизонтальна ціль, м'ячі

частина	Зміст та спосіб проведення	дозування	базові якості
Підготовча (7-8 хв.)	Шикування в одну шеренгу біля стін	30 с	Людяність
	Привітання	30 с	
	Коригувальна ходьба для запобігання плоскостопості: <ul style="list-style-type: none"> ✓ звичайним кроком; ✓ на носках, руки на поясі; ✓ на п'ятах, руки на поясі; ✓ з високим підніманням коліна; ✓ із закиданням ніг назад; ✓ у повному присіді. 	1,5 хв.	
	Шикування в колону по чотири. Загально розвивальні вправи (без предметів)	4-4,5 хв.	
	Біг: <ul style="list-style-type: none"> ✓ на носках; ✓ приставним кроком і лівим боком; ✓ підскоками; ✓ з високим підніманням колін; ✓ перешиковуючись за сигналом (перші номери обганяють другі, і навпки). Відновлення дихання.	до 1,5 хв.	
<i>Фронтальний спосіб організації</i>			
Основна (22-24 хв.)	Кидання мішечка у вертикальну ціль.	15-17 хв.	Спостережливість
	Кидання мішечка у горизонтальну ціль.	7-8 хв.	
	Набивання м'яча.		
	Підкидання м'яча.		
	Гра «Кіт і мишенята» (біг).		
<i>Станційний спосіб організації</i>			
Заключна (3-4 хв.)	Шикування в шеренгу біля стіни. Рівняємо поставу (під супровід повільної музики)	2-3 хв.	Самолубність
	Підбиття підсумків	1 хв.	
	<i>Фронтальний спосіб організації</i>		