

Байрамалова Г. В.,
инструктор по физической культуре,
МДОУ «ЦРР – детский сад №2
«Радуга Детства»,
г. Богданович

Использование информационных и компьютерных технологий в работе инструктора по физической культуре в ДОУ

Основным фактором, влияющим на здоровье человека, определяющим его состояние, является здоровый образ жизни.

Новый подход к формированию здорового образа жизни требует кардинальных изменений в построении образовательного процесса, более высокой профессиональной подготовки инструкторов по физкультуре, обновления учебных планов, программ, пособий, средств, обеспечивающих процесс нововведений. Одним из важных условий обновления организации образовательного процесса является использование информационных компьютерных технологий (ИКТ), аудиосредств.

В каких направлениях я, как инструктор по физической культуре, использую ИКТ, и что это даёт для повышения качества образования?

Для повышения качества физкультурных занятий я использую ресурсы сети Интернет. На сайтах planetadetstva.net, maam.ru я нахожу консультации для педагогов и родителей: по профилактике плоскостопия и нарушения осанки, утренние разминки, упражнения на дыхание, которые потом использую на физкультурных занятиях, конспекты интегрированных занятий, конспекты занятий, праздников и развлечений по правилам дорожного движения, по пожарной безопасности, сценарии Дней здоровья, которые после необходимой коррективы использую в работе с детьми.

Размещаю свои материалы на сайтах maam.ru, nsportal.ru. Для посетителей этих сайтов были размещены мои рекомендации родителям «Школа мяча», по организации игр с мячом в семье и конспект физкультурного развлечения «Витамины для Незнайки».

В интернет - журнале «Планета детства» я нашла интересующие меня конспекты совместных физкультурных занятий с родителями. На сайте «ФизкультУра» я нахожу физкультминутки, пальчиковую гимнастику, интересные упражнения, подвижные игры, эстафеты, использую их на физкультурных занятиях, при подготовке консультаций для педагогов в ходе реализации проектов с детьми.

ИКТ я использую в проектной деятельности с детьми. Создаю презентации и применяю свои умения в работе с детьми.

Для расширения знаний о скакалке я организовала работу в проекте и создала презентацию «Школа скакалки». Из презентации дети узнали историю возникновения скакалки, я показала последовательность обучения прыжкам через скакалку на 2 ногах, напомнила, как подобрать скалку по росту, как правильно держать скакалку. Детям нравятся прыжки через скакалку, хотя это один из самых сложных видов движений. Мы продолжили учиться прыгать на скакалке разными способами: на 2 ногах, с промежуточным прыжком, назад, скрестно. Также узнали новые подвижные игры и эстафеты со скакалкой: «Волк и козлята», «Я знаю 5 имён девочек», «3 прыжка», «Кто быстрее», «Пробеги под вращающейся скакалкой», вспомнили ранее разученные игры и эстафеты. Игры и эстафеты впоследствии использовали на спортивном развлечении, на физкультурных занятиях и в свободной деятельности. Игры и упражнения со скакалкой способствовали развитию выносливости, ловкости, координации движений.

Для расширения знаний о ЗОЖ, об органах чувств, в рамках проведения «Дня здоровья» я демонстрировала детям старшей группы презентацию «Кем работает наш нос». Проблемой является то, что дети привыкли дышать на улице ртом, в результате частые простудные заболевания. Просмотрев презентацию, дети узнали, что в носу работают «машины: обогреватель, пылесос, увлажнитель», как это влияет на здоровье, почему надо на улице дышать через нос, как нос помогает нам оставаться здоровыми. С детьми был разучен комплекс дыхательных упражнений, которые используются после

физической нагрузки, на воздухе, способствуют укреплению дыхательной и сердечно-сосудистой системы. Итогом проекта стало развлечение «День здоровья», где дети показали знания правил ЗОЖ, проявили силу, быстроту, ловкость.

В своей деятельности я активно использую аудиосредства.

В системе используются на утренней гимнастике, на разминке на физкультурных занятиях музыкально-ритмические композиции: «Кузнечик», «Вместе весело шагать», «Птичка польку танцевала», «Эскадрон», «Красная шапочка» и другие. Ритмичная музыка помимо поднятия настроения, задает такт движениям, помогает не выбиваться из заданного темпа, улучшает настроение. Музыка, сопровождая утреннюю гимнастику и физкультурные занятия, активизирует детей, значительно повышает качество выполняемых ими упражнений, организует коллектив. Использую музыкальное сопровождение при выполнении упражнений игрового стретчинга.

Известно, что звучание музыкальных произведений повышает работоспособность сердечно-сосудистой, мышечной, дыхательной систем организма.

Для улучшения физического развития воспитанников я провожу индивидуальную работу. Для лучшего усвоения техники выполнения упражнений, я подготовила несколько слайдов, на примере выполнения упражнений детьми я показала, как правильно выполнять упражнения: отжимание, растяжка, прыжки на скакалке, бросок мяча в корзину. На слайде видно положение туловища, рук, ног, как правильно держать скакалку или взять мяч.

Использую ИКТ в работе с родителями. На сайте ДОО размещаю фоторепортажи с соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья», «Зимние забавы» и отчёты о проведении праздников и развлечений в ДОО. Помочь родителям в приобретении необходимых теоретических и практических знаний, познакомить их с упражнениями и подвижными играми, способствующими развитию у детей двигательных навыков, а также освоить приемы обучения этим упражнениям помогут «Рекомендации для родителей по развитию физических качеств детей», «Совместные игры родителей и детей», «Парные упражнения для взрослого и ребёнка», «Подвижные игры зимой на прогулке» для разных возрастов, консультация «Школа мяча», которые я также размещаю на сайте детского сада. Темы для консультаций определяются на встречах в родительском клубе и на индивидуальных консультациях.

На сайте МДОУ «ЦРР №2 «Радуга Детства» размещаю конспекты и разработки праздников и развлечений для посетителей сайта, отчёты о проведении развлечений и праздников.

Компьютер является эффективным техническим средством, при помощи которого я могу значительно разнообразить образовательный процесс, сделать его интересным, заинтересовать детей и тем самым повысить качество образования.

Компьютер, мультимедийные формы как инструменты для обработки информации могут стать мощным техническим средством обучения, коммуникации, необходимыми для совместной деятельности педагогов, родителей и дошкольников.

Используемая литература:

1. Иванова Е.В. Повышение ИКТ – компетентности педагогов. – Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения. - №12. – 2009 г.
2. Леоненко О.Б. Использование мультимедийных презентаций в дошкольном учреждении. – Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения. - №4. – 2009 г.