



СЕРТИФИКАТ О ПУБЛИКАЦИИ

05 декабря 2022 г.

Сертификат выдан в подтверждение публикации в №1/2.2023 журнала «Образование в современной школе» (регистрационный № 018945 от 17 июня 1999 г. Государственного комитета РФ по печати, ISSN 1609-7432) статьи «Информационно-компьютерные технологии в ДОО», автор И.В.Каменская, старший воспитатель МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 130».

Главный редактор журнала
«Образование в современной школе»



Моисеев А.Н.



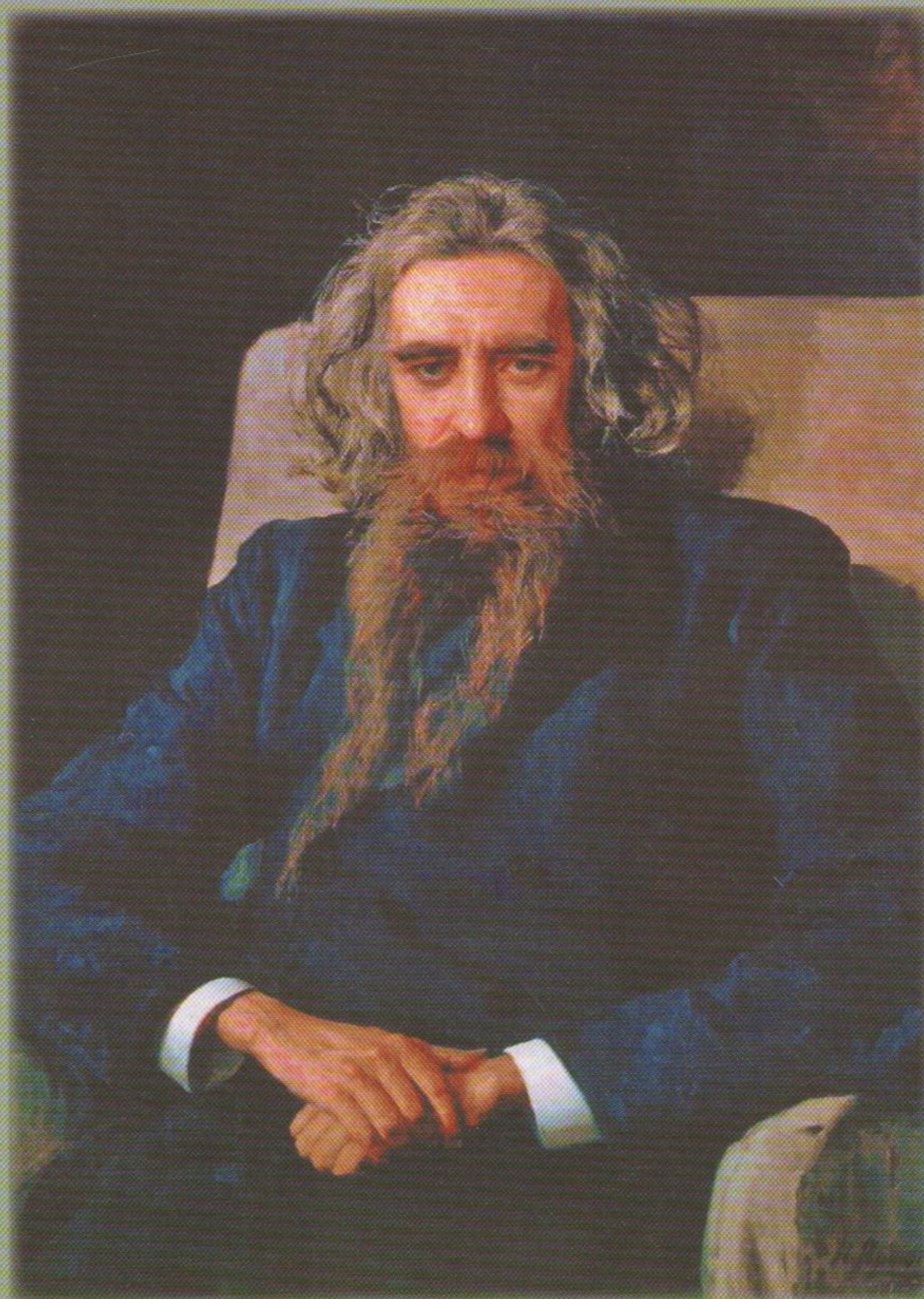
научно-методический журнал

ISSN 1609-7432

Образование

в современной школе

№ 1-2
2023



28 января исполняется 170 лет со дня рождения выдающегося русского философа Владимира Сергеевича Соловьёва (28.01.1853-13.08.1900).

**Журнал «Образование
в современной школе»
№ 1-2 (224), 2023**

Издается с 1999 года.

Учредитель: Ассоциация Некоммерческих
Образовательных Организаций Регионов (АсНООР) РФ.

Главный редактор
А.Н. Моисеев,
директор АсНООР РФ,
действительный член РАЕН, доктор педагогических
наук, член Союза журналистов России.

Заместитель главного редактора, ответственный
секретарь О.В. Жукова.

Заместитель главного редактора
И.Л. Кравченко,
директор НОУ «Земская гимназия»,
представитель России в Международном Совете
«Самооценка и ответственность личности».

Председатель Редакционного совета
А.Л. Вильсон,
академик АПСН, доктор педагогических наук,
профессор, Заслуженный деятель науки РФ.

Ответственный секретарь Редакционного совета
Л.В. Столярчук,
доктор информатики и менеджмента МАИНБ,
учредитель и директор НОУ «Международная школа
завтрашнего дня».

Оператор электронного набора и верстки
А.Я. Шубина.

Перепечатка опубликованных в журнале материалов
допускается только с разрешения редакции.
Мнение редакции может не совпадать с мнениями
авторов.

Почтовый адрес редакции:
111024, Москва, ул. 3-я Кабельная, д.1, офис 317
Телефоны: 8 (495) 490-27-40, 8 (903) 556-20-78
E-mail: asnee@aha.ru

Наши материалы вы можете найти на сайте
www.school-education.ru



28 января исполняется 170 лет со дня рождения Владимира Сергеевича Соловьёва, выдающегося русского философа, основателя философии, стоящей «на трёх китах»: логике, метафизике и этике (28.01.1853-13.08.1900).

Владимир Соловьёв родился в семье крупнейшего на то время историка — Сергея Михайловича Соловьёва. Его матерью была урождённая Романова Поликсена Владимировна, происходившая из казачьего русско-украинского дворянского рода, среди предков которого был философ Григорий Сковорода.

Базовым положением в философии Владимира Соловьёва является единство трех категорий: бытия, сущего и сущности. Бытие, согласно Соловьёву, это то, благодаря чему существует сущее, совместно с его проявлением в разных видах. Сущее является безусловным и вечным; бытие является переходящим и относительным. Сущее отражает Божественность, а бытие — мир материальных вещей. Они взаимосвязаны благодаря сущности и явлениям.

Философом была разработана концепция целостного знания, которая должна способствовать осуществлению универсального синтеза в научном, философском и религиозном знании.

Концепция целостных знаний постулирует мысли о согласованности познавательных и этических форм активности (Добра и Истины). Исключительно высоконравственные характеристики личности у субъекта познания выступают свидетельством верности в полученных им знаниях, так как для реализации познания человек должен обладать как логическим инструментарием, так и жизненной позицией.

Согласно позиции Соловьёва, исторические процессы являются становлением Вселенской Церкви, которая объединяет человечество в Богочеловеческие общности. По дороге в Царство Божие, действия людей на земле должны реализовываться не по отдельности, а сообща, формируя единую общность, которое выстраивается исходя из принципа честности.

Главный редактор
А.Н. Моисеев,
директор АсНООР РФ,
действительный член РАЕН, доктор педагогических наук,
член Союза журналистов России.



| | | |
|--|----|--|
| | 1 | От редактора. |
| <i>Лучшие образовательные организации России</i> | 4 | И.Ю. Мавлиханова, А.Р. Абдульманова. Детский сад № 245 - чудесный островок детства! |
| | 5 | С.А. Ахмедова. Интеграция предметов художественно-эстетического цикла в современной школе. |
| <i>Педагогические технологии</i> | 9 | Л.Г. Полякова. Коллективная творческая деятельность обучающихся – эффективная форма воспитательной работы в условиях детской школы искусств. |
| | 10 | Т.А. Буренкина. Коррекция речевых нарушений у детей дошкольного возраста с помощью логопедической ритмики. |
| | 11 | Е.В. Сергеева, И.А. Федорова. Полезные привычки — тоже экономика. |
| | 12 | И.В. Каменская, Ю.В. Шубина. Информационно-компьютерные технологии в ДОО. |
| <i>Дошкольное образование</i> | 13 | Е.Б. Левина, Н.Н. Самохина. Роль пальчиковых игр в развитии речи детей дошкольного возраста. |
| | 14 | Л.Б. Кушенова, О.А. Чмелева. Воображение и его роль в развитии детей старшего дошкольного возраста. |
| | 15 | А.С. Бунковская, О.Н. Ковалева. Изучение особенностей наглядно-образного мышления у дошкольников с задержкой психического развития. |
| | 16 | Н.П. Лобода, А.П. Заичко, Т.Б. Тырышкина. Создание условий для коллективной творческой деятельности детей с ОВЗ посредством реализации познавательно-творческого проекта «С чего начинается Родина». |
| | 18 | З.Б. Долуханова, О.А. Усова. Работа с родителями по духовно-нравственному воспитанию в рамках организации и проведения православных праздников. |
| <i>Вопросы воспитания</i> | 20 | А.С. Айтмаганова, Н.В. Каневец. Воспитание патриотов Родины – наша задача. |
| | 22 | Всероссийский конкурс «Инновационная образовательная организация- 2022» Инновации в управлении |
| <i>Конкурсы</i> | 23 | В.О. Матвеева, Л.В. Жданова-Бембель. Программа развития МБОУ «НОШ мкр. «Южные ворота». |
| | 24 | Инновации в образовании Ю.В. Тюлькина. Развивающая игра «В гостях». Е.В. Мешкова. Калуга спортивная. |

Информационно-компьютерные технологии в ДОО

И.В.КАМЕНСКАЯ, старший воспитатель МАДОУ МО «Детский сад № 130», г. Краснодар
Ю.В.ШУБИНА, старший воспитатель МАДОУ МО «Детский сад № 130», г. Краснодар

Темп, с которым меняется окружающий нас мир, постоянно ускоряется. Главным двигателем, меняющим социальную жизнь детей, являются информационные технологии. Они принесли в их быт смартфоны, видеоигровые приставки и компьютеры, теперь время проведённое ребёнком с этими устройствами занимает ту нишу в распорядке, которая раньше была за дворовыми играми, прогулками и другой реальной деятельностью. Естественно, что изменения коснулись и образовательной деятельности, чтобы достигать до воспитанников, необходимо доносить информацию по доступным и привычным им каналам. Но не стоит забывать и о традиционных педагогических методах, а лишь дополнять их уместными новшествами.

Современный воспитатель должен идти в ногу со временем. Его подход к процессу обучения должен максимально расширять спектр приёмов донесения информации до воспитанников, использовать максимум доступных в ДОО информационно-компьютерных технологий.

ИКТ имеют внушительный арсенал способов красочно и доступно продемонстрировать учебный материал. Именно сочетание объяснительно-иллюстративного подхода с непосредственно-деятельным обеспечивает улучшение педагогического эффекта. Совмещение умственной и физической работы даёт улучшенные результаты и развивает творческие способности воспитанников.

В виду вышесказанного становится очевидной необходимость каждому воспитателю владеть ИКТ. Это и компьютерная грамотность, и навыки владения мультимедийными устройствами (проекторами, интерактивными досками, планшетными компьютерами), и умение обращаться с информационными ресурсами, размещать материалы в сети, обеспечивать доступ к ним детей и их родителей.

Список преимуществ активного внедрения ИКТ в образовательный процесс:

- расширение инструментария и общих возможностей педагога;
- значительное улучшение восприимчивости дошкольников к иллюстративному материалу;
- возможность использования анимации для максимальной концентрации внимания и лучшего усвоения (запоминания) материала;
- одновременное использование разных типов информации (аудиовизуальной, графической, текстовой);
- возможность интерактивного обучения при непосредственном участии детей, когда по ходу занятия педагог вносит изменения и поправки в материалы занятия;
- расширение возможностей моделирования жизненных ситуаций, которые нельзя было бы воспроизвести без использования мультимедийных средств;
- поддержание высокой динамики занятия, что способствует более интенсивной работе воображения и памяти, а также побуждает детей к самостоятельному творчеству;
- расширение кругозора воспитанников, стимуляция к поисковой и познавательной деятельности за рамками занятия;
- широкие возможности по индивидуализации учебного материала и всего педагогического процесса.





МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

СЕРТИФИКАТ

ВЫДАН

КАМЕНСКОЙ ИРИНЕ ВАСИЛЬЕВНЕ

**УЧАСТНИКУ ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-
ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ «АКТУАЛЬНЫЕ
ВОПРОСЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

Ректор КГУФКСТ
профессор



С. М. Ахметов



Резидент национального проекта
«Спорт – норма жизни»

г Краснодар 2023

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**МАТЕРИАЛЫ ВСЕРОССИЙСКОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ
КОНФЕРЕНЦИИ
(15 ноября 2023 г.)**

Краснодар
2023

УДК 796.071(06)

ББК 75.1я73

А43

*Печатается по решению редакционно-издательского совета
Кубанского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма*

Редакционная коллегия:

доктор педагогических наук, профессор Н.И. Дворкина
доктор биологических наук, профессор И.Н. Калинина
доктор педагогических наук, профессор В.В. Костюков
кандидат педагогических наук, доцент О.Н. Костюкова
доктор педагогических наук, профессор Б.Ф. Курдюков
кандидат педагогических наук, доцент О.Г. Лызарь
кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Пархоменко
доктор экономических наук, профессор З.М. Хашева

А 43 Актуальные вопросы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта // Материалы всероссийской научно-практической конференции (15 декабря 2023 г.): материалы конференции / ред. коллегия: Н.И. Дворкина, И.Н. Калинина, В.В. Костюков, О.Н. Костюкова, Б.Ф. Курдюков, О.Г. Лызарь, Е.А. Пархоменко, З.М. Хашева. – Краснодар: КГУФКСТ, 2023. – 500 с.

ISBN 978-5-94215-679-4

УДК 796.071(06)

ББК 75.1я73

ISBN 978-5-94215-679-4

© КГУФКСТ, 2023

© Коллектив авторов, 2023

© Экоинвест, оформление, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----------|
| ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ КВАЛИФИКАЦИЙ. ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 3 |
| Е.Г. Борисенко ОПРЕДЕЛЕНИЕ КОМПЛЕКСА МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДОСТИЖЕНИЮ ЦЕЛЕВОЙ МОДЕЛИ РАЗВИТИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ВУЗАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ..... | 3 |
| Н.В. Иванова, И.В. Макрушина МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ..... | 6 |
| Н.В. Иванова, И.В. Макрушина МОДЕЛЬ СОЦИАЛИЗАЦИИ ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ В СОВРЕМЕННЫХ СОЦИОКУЛЬТУРНЫХ УСЛОВИЯХ..... | 11 |
| А.А. Абуздина КАДРОВЫЙ ДЕФИЦИТ СПОРТИВНЫХ ВРАЧЕЙ КАК АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА..... | 16 |
| Л.Г. Самоходкина, М.О. Волгина ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИЗНАКОВ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ.... | 19 |
| А.Ю. Частоедова ИТ-ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ОБРАЗОВАНИИ | 21 |
| О.В. Шпырня, Абу Мосса Амжад К ВОПРОСУ О ЦИФРОВОЙ ТРАНСФОРМАЦИИ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА..... | 26 |
| О.В. Шпырня, Абу Мосса Амжад СОВРЕМЕННЫЕ ТРЕНДЫ ЦИФРОВОЙ ТРАНСФОРМАЦИИ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА..... | 29 |
| А.А. Акулинич, С.К. Григорьев ВЫБОР УПРАЖНЕНИЙ ПРИ ОЦЕНКЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ТРЕНИРОВАННОСТИ У МОЛОДЫХ ИГРОКОВ В РЕГБИ..... | 33 |
| А.Н. Горбачева GOOGLECLASSROOM КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ОБЪЕКТОВ..... | 36 |

| | |
|--|------------|
| Е.С. Шелудько, Л.Н. Якименко ЗНАЧИМОСТЬ ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО В ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ..... | 325 |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА С УЧЕТОМ ФГОС В СФЕРЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ..... | 328 |
| А.А. Богданова, Л.И. Василенко ИНТЕЛЛЕКТ-КАРТЫ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА..... | 328 |
| Е.М. Зинченко, О.Н. Мартынова ОТ СПОРТИВНЫХ ИГР И УПРАЖНЕНИЙ ДО СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ..... | 330 |
| Т.В. Ратнюк, М.Г. Алиева ПРОБЛЕМА ЦЕННОСТНОЙ ОРИЕНТАЦИИ СОВРЕМЕННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ..... | 332 |
| Л.Г. Самоходкина СОДЕРЖАНИЕ КОМПОНЕНТА МОТИВАЦИИ В СТРУКТУРЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ ВОСПИТАТЕЛЯ ДОО..... | 335 |
| Я.А. Холодей, А.А. Богданова ОЗДОРОВЛЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ..... | 336 |
| И.В. Каменская, Т.В. Цыбас ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТМИНУТОК ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УЧЕТОМ ФГОС ДО..... | 339 |
| В.А. Антоненко, И.В. Буторина ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ «ДАРОВ Ф. ФРЁБЕЛЯ»..... | 342 |
| Т.А. Зубихина, И.С. Клепикова РЕАЛИЗАЦИЯ ПЛАНОВ ФГОС ДО В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ..... | 344 |
| К.А. Устинова, И.И. Лысенко ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ И СПОРТИВНЫХ ИГР С РЕЧЕВЫМ РАЗВИТИЕМ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА..... | 345 |
| А.Е. Монтикова, О.А. Аксенова РАЗВИВАЮЩИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ПАЗЛОВ..... | 347 |
| Б.Б. Айрапетян, Э.В. Рассадина, О.Г. Назарова РЕКОМЕНДАЦИИ К ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ | |

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТМИНУТОК ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УЧЕТОМ ФГОС ДО

И.В. Каменская, Т.В. Цыбас

Детский сад № 130

Аннотация. Данная статья посвящена физкультминуткам и их важной роли в числе основных видов деятельности в детском саду. Кроме этого, отмечено на какие группы мышц необходимо воздействовать в зависимости от вида занятий.

Ключевые слова: «физкультминутки», «работоспособность», «утомление», «упражнения», «дети дошкольного возраста», «активизация внимания».

Одна из приоритетных задач дошкольного образования – это сохранение здоровья детей их родителей и педагогов. Для ее решения в современных ДОО внедряются здоровьесберегающие технологии.

За последнюю декаду стандарты подготовки детей к школе значительно выросли, а с ними и объем учебной нагрузки. Выросла доля времени, которое дети проводят в статичном положении, что негативно сказывается на здоровье и организме обучаемых в целом. Если не бороться с этим фактором, то он приводит к потере концентрации во время занятий, снижению запоминаемости материала и ухудшению успеваемости детей.

Хорошим средством для решения этой проблемы являются физкультминутки (динамические паузы), проводимые в перерывах между занятиями, либо во время длительных занятий.

Состоят физкультминутки из физических упражнений восстанавливающих нормальную работоспособность тех или иных групп мышц. При этом улучшается настроение и самочувствие детей, повышается внимательность, профилактруется утомляемость и нарушение осанки.

Комплексы упражнений содержат различные движения, чередующие расслабление и активизацию мышечных групп. Еще в них включаются элементы дыхательной, артикуляционной и пальчиковой гимнастики, а также массажные действия.

Несмотря на физическую активность во время динамических пауз дети отдыхают, восстанавливают умственную работоспособность и снимают застойные явления, возникающие от длительного сидения за столом. Отдельно стоит отметить важность физкультминуток для профилактики проблем со спиной и мышцами кистей рук [1].

Главное внимание уделяется укреплению наиболее слабой мускулатуры, что предотвращает наступление патологических изменений. Одно из самых простых, но действенных упражнений – наклоны. Наклоны в стороны

развивают мускулатуру боковых поверхностей тела, профилактуют сколиоз, обеспечивают высокоинтенсивное напряжение мышц, что несомненно поднимет эффективность динамических пауз.

Нередко во время рисования и письма дети от усердия перенапрягают мышцы кистей. Для снятия негативных эффектов с рук выполняются потряхивания кистями и ритмичные движения пальцами, либо полноценная пальчиковая гимнастика. Полезным сопутствующим эффектом от этого является развитие мелкой моторики [4].

Уделяется внимание и нижним конечностям, страдающим от длительного сидения. Для предотвращения застойных явлений совершаются приседания, прыжки и ходьба на месте.

Динамические паузы стимулируют общее кровообращение, дают отдых уставшим областям коры головного мозга и задействуют другие ее участки. Положительное действие оказывается и на нервную систему, а следовательно, и настроение детей. Также этому способствует игровая форма проведения.

Подбор конкретных упражнений для физкультминутки обуславливается характером предыдущего занятия, возрастом и физической подготовкой группы детей. Младшим дошкольникам достаточно 2-3 упражнений включенным в один комплекс, старшим – 3-4 [2].

Динамические паузы требуется проводить при любых видах занятий. Рисование и лепка ведут к усталости пальцев и кистей, т. к. мелкая моторика детей недостаточно развита для длительной однотипной деятельности. На занятиях по основам математики и развитию грамотности важно поддерживать усидчивость и хорошую работу мозга воспитанников, а значит нужно стимулировать кровообращение и работать с дыханием.

В ходе выполнения упражнений дошкольники часто неверно сочетают ритм дыхания с движениями. На это стоит обращать особое внимание, а также следить за тем, чтобы не происходило задержек дыхания, снижающих эффективность комплекса упражнений. Для решения проблемы правильного дыхания детей стоит научить произносить определенные звуки или слова, соответствующие разным движениям. Для поддержания игровой формы это могут быть звуки природных явлений или животных.

Эффективность физкультминуток напрямую зависит от качества проделанной подготовительной работы. Наличие всего необходимого инвентаря и пособий является для педагога хорошим подспорьем. Имея полный арсенал можно провести более живое, интересное и эмоциональное занятие, например, дополнив его специальным звуковым или инструментальным сопровождением, музыкой, жестикулируя яркими флажками, либо делая особые запоминающиеся движения [5].

Правила организации и проведения физкультминуток:

- Первое, что требуется обеспечить – это визуальный образ, на который ребенок будет ориентироваться. Это может быть как пример воспитателя, так

и видео с неким персонажем, за которым воспитанники будут повторять движения.

- Упражнения должны следовать в порядке сверху вниз: шейный отдел, плечевой, руки, туловище, таз, ноги.

- Чтобы избежать чрезмерной возбудимости детей, стоит избегать высокого темпа выполнения упражнений. Это же касается и музыкального сопровождения, музыка не должна быть громкой и быстрой, предпочтительней использовать классические композиции [3].

- Второй комплекс должен включать по 2-3 упражнения пальчиковой гимнастики и гимнастики для глаз.

- Воспитатель должен быть вовлечен в проведение физкультминутки, т. е. вместе с детьми полностью выполнять все упражнения.

- Следует иметь в арсенале несколько комплексов упражнений и проводить их ротацию. Так детям не наскучат одни и те же физкультминутки. При этом можно отметить упражнения, которые более всего понравились группе и позже чаще к ним возвращаться.

- Комплекс упражнений нужно выбирать с учетом текущего занятия, времени и места его проведения.

- Для профилактики плоскостопия следует использовать упражнения на перекаты стоп и ходьбу, избегая прыжков.

Образовательный процесс, построенный без учета всех индивидуальных факторов конкретных групп детей, их возрастных особенностей, а также несоблюдение техники безопасности неизбежно приведет к чрезмерному утомлению воспитанников и снижению эффективности их обучения. Внедрение оздоровительно-физкультурной работы обязательно для максимизации результатов обучения и сбережения здоровья воспитанников.

Список литературы

1. Аверина И.Е. – Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 3е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 144 с.

2. Ковалько, В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Средняя, старшая, подготовительная группы: учебное пособие / В.И. Ковалько. – Москва: ВАКО, 2011. – 176 с.

3. Кудрявцев В.Т. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы и пути оптимизации. - М., 2001.

4. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е., Физкульт-привет минуткам и паузам! Сборник физических упражнений для дошкольников и школьников: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.: «Детство-пресс», 2006-128с.

5. Фомина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду: Пособие для воспитателя подготовительной к школе группы. 2-е ИЗД., дораб. – М.: Просвещение, 1984. – 159 с.