

Использование элементов командообразования в физкультурно-оздоровительной работе

Физическое развитие ребенка — важная функция ДООУ. Сегодня речь в программе ДООУ уже не о физкультуре, как таковой, а о физическом развитии в целом, что предполагает развитие двигательной активности, физических качеств дошкольников, знание своего тела, его функций, возможностей организма, о развитии ребёнка в рамках индивидуальных возможностей, о постоянном позитивном настрое воспитанников на занятиях по физической культуре.

На пути оптимизации двигательной деятельности детей дошкольного возраста перед инструктором по физическому воспитанию дошкольного учреждения встает ряд важных вопросов. Как помочь дошкольникам укрепить здоровье, стать более сильными, ловкими, выносливыми и успешными? Как научить их владеть своим телом, чтобы противостоять различным недугам? Какие новые формы физкультурно-оздоровительной работы необходимо использовать в своей педагогической деятельности? Как заинтересовать детей, педагогов и родителей? Как сделать эту работу эффективной?

Практика показывает, что к старшему дошкольному возрасту дети, имея высокую потребность в двигательной активности, не всегда могут реализовать ее на должном уровне. Это выражается в отсутствии целенаправленности в двигательной сфере и уверенности в своих возможностях, снижении интереса к занятиям физической культурой у одних и в проявлении излишней активности у других. Многие дети по причине недостаточного уровня развития общей моторики, координации движений и телесной ловкости испытывают определённые трудности, стеснение при выполнении движений, что приводит к отстранённости ребёнка от общих действий, к эмоциональному напряжению. Проблема ещё и в том, что современные дети зачастую не умеют взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, договариваться, часто ссорятся, не пытаются помочь друг другу, проявляя излишний эгоцентризм.

Важно продумать содержание и построение занятий по физкультуре, так, чтобы каждое из них в той или иной мере способствовало развитию двигательного творчества, вовлечению дошкольников в двигательную деятельность, основанную на позитивном общении.

В поиске средств решения данной проблемы мы обратились к различным авторам.

Педагог-психолог и философ Е. Е. Шулешко описывает социо-игровую технологию, которая развивает ребёнка в игровом общении со сверстниками, подразумевая свободу действий, свободу выбора, свободу мыслей ребёнка. Автор социально-оздоровительной технологии «Здоровый дошкольник» доктор медицинских наук

Ю. Ф. Змановский приводит такие характеристики здорового ребенка дошкольного возраста – жизнерадостность, регулярная физическая активность, высокий уровень выносливости и работоспособности. А доктор психологических наук Е.О. Смирнова считает, что главная потребность для старших дошкольников – потребность в сотрудничестве, в партнере совместной деятельности.

По нашему мнению, технология командообразования объединяет все эти подходы и решает вопрос интеграции двигательной активности и позитивного общения детей старшего дошкольного возраста.

Командообразование (тимбилдинг) – это технология, которая позволяет в игровой динамичной форме обучить людей навыкам работы в команде, общению, принятию решений.

Данная система упражнений разработана на основе веревочного курса, системы физически активных упражнений, в основу которых положена идея, что члены команды должны быть словно связаны одной веревкой.

Детский «тимбилдинг» - это стратегический инструмент формирования и укрепления детского сообщества, представляющий собой систему упражнений, заданий, игр, направленных на достижение общего командного результата. Достичь его можно только объединив идеи, внимание и усилия всей команды. Тем самым создается ситуация успеха, где дети, не уверенные в своих силах, имеют возможность проявить себя, почувствовать свою значимость, а подвижные дети – направить свою энергию в позитивное русло, подставить плечо другу.

Изучая теоретические основы технологии командообразования, мы пришли к выводу, что её цель, задачи и содержание во многом созвучны с задачами ФГОС ДО:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия (1.6.1.);

- развитие социальных, нравственных, интеллектуальных и физических качеств детей, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка (1.6.6.).

На основании современных требований мы определили цель, задачи, условия и этапы работы по применению элементов тимбилдинга в физкультурно-оздоровительной работе ДОУ.

Цель – активизация двигательной деятельности детей старшего дошкольного возраста посредством применения элементов технологии командообразования для создания ситуации эффективного общения.

Задачи:

- совершенствовать двигательные навыки детей в ходе выполнения согласованных действий;
- способствовать снижению психо-эмоционального напряжения и укреплению здоровья детей;
- создавать условия для развития у детей навыков позитивного сотрудничества, проявления инициативы и творчества в двигательной деятельности;
- развивать нравственные качества детей, взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения командных заданий;
- активизировать интерес к двигательной деятельности.

Условия, необходимые для применения технологии:

- Помещение для проведения мероприятий по командообразованию должно обеспечивать свободу движений, простор для перемещения, возможность использования разнообразного спортивного оборудования.
- При выполнении заданий «тимбилдинга» применяется групповой или подгрупповой метод организации двигательной деятельности детей, и предполагается, что дети достаточно хорошо знакомы друг с другом и уже имеют некий опыт совместной деятельности.
- Для большей эффективности целесообразно использовать музыкальное сопровождение и вносить в данный процесс соревновательный характер.

- Перед игрой, соревнованием или выполнением задания необходимо акцентировать внимание детей на том, что действовать необходимо сплоченно, помогать друг другу, стараться достичь результата совместными усилиями.
- После каждого упражнения необходимо обсудить с детьми действия, которые они предпринимали для выполнения задания, выяснить, какие из них «сработали», а какие – нет, чему они смогли научиться.
- Наличие специальных ситуаций, активизирующих психические процессы детей (экспромты, сюрпризы), мотивирующие выбор детьми способа поведения и движения; обеспечение ситуации успеха.

В работе по применению элементов командообразования мы опираемся на следующие **принципы:**

- **принципы индивидуализации и творческой направленности** образовательного процесса, где ребёнок имеет возможность самостоятельно придумать новые движения, основанные на использовании его двигательного опыта и на наличии мотива, побуждающего к творческой деятельности в создании различных двигательных ситуаций, в решении тех или иных двигательных задач;
- **принцип личностно-ориентированного взаимодействия** предполагает тесное взаимодействие педагога и ребенка в командных мероприятиях, проявление со стороны педагога уважения к личности, интересам и выбору каждого ребенка, доброжелательное внимание к нему;
- **принцип последовательности** является важнейшим условием процесса обучения движениям и процесса совершенствования физических качеств и определяется дидактическими правилами: «от легкого к трудному», «от простого к сложному», «от освоенного к неосвоенному».

Система работы по применению командообразования в физкультурнооздоровительной работе ДООУ представлена в виде модели, из которой видно, что элементы данной технологии реализуются в сотрудничестве всех участников образовательных отношений, в специально созданных условиях, посредством применения коллективных и интерактивных форм организации образовательного процесса.



Нами был разработан перспективный план [Приложение 1] использования мероприятий на командообразование в подготовительных к обучению в школе группах. Эти мероприятия систематизированы по четырем блокам: на утренней гимнастике, в ходе НОД по физической культуре, физкультурные развлечения с детьми, совместные детскородительские события.

Традиционная утренняя гимнастика приобретает командообразующий эффект, если заключительная подвижная игра проводится в форме танца-флэш-моба, где дети закрепляют элементы общеразвивающих упражнений, и через синхронное выполнение музыкально-ритмических движений ощущают на себе эффект единения коллектива.

Этапы введения командообразующих элементов в разные части НОД по физической культуре разработаны нами с учётом общих методических рекомендаций к организации физкультурных занятий Т.И. Осокиной.

Поэтапный план введения командообразующих элементов в разные части НОД по физической культуре

Части НОД Этапы	ОРУ (с общим оборудованием)	ОВД	Подвижная игра (все этапы реализуются на одном занятии)
	1 этап Подготовительный	Выполняются в парах (1-2 занятия)	Разучивание с детьми основных видов движений на учебно- тренировочных занятиях классического типа (3-4 занятия)
	Создание проблемных ситуаций, направленных на продуктивное взаимодействие, в двигательной деятельности. Выбор способов деления группы детей на команды.*		Объяснение правил игры, постановка командной задачи
2 этап Командный	В мини-командах по 4 - 6 человек	Выполнение движений в мини- командах с постановкой общей командной задачи	Проведение игры
3 этап Рефлексивный	Совместное обсуждение результатов		
4 этап	Самостоятельные, творческие задания или создание новых условий для совершенствования детьми двигательных навыков (игры-квесты, походы).		

*Немаловажным является распределение детей на пары, мини-команды. Это осуществляется различными способами: случайный или условный выбор (с помощью фишек фишкам, по расчёту), по гендерному признаку, по условиям игры, по личному выбору детей, с учётом индивидуальных двигательных возможностей и способностей.

Детям предлагается выполнить ОРУ в командах, объединённых общим оборудованием (обруч, резинка, канат, гимнастическая палка, лента) или взявшись за руки. При этом дети получают задание: выполнять упражнения одновременно, вместе, следить за действием партнера, улыбаться друг другу, не забывать, что успех команды зависит от каждого.

В ходе закрепления основных видов движений на занятии вариативного характера командообразующий эффект достигается посредством постановки командной игровой задачи, справиться с которой можно лишь объединив усилия всех членов команды.

Например, выполнив упражнение, передать оборудование следующему, преодолеть различные препятствия, держась друг за друга разными способами, не разрывая цепь, поддерживать друг друга, (школа мяча в мини-командах, побеждает та команда, в которой мяч не упал, благодаря совместным усилиям детей).

Подвижные игры и элементы спортивных игр, имеющие командообразующую направленность, должны отвечать определённым требованиям:

- все играющие поделены на две или более команды;
- игра, как правило, имеет соревновательный характер;
- отдельных водящих или выбывших игроков нет;
- одна команда преследует общую цель;
- все игроки задействованы в ходе игры;
- каждый игрок значим в игре.

Игры с такими требованиями собраны нами в картотеку, которая постоянно пополняется.

С помощью чётко сформулированных речевых инструкций и игровых задач можно придать командообразующий эффект не только играм и упражнениям, но и другим видам деятельности, имеющим место на занятиях по физической культуре: босохождение, самомассаж, трудовые поручения между частями занятия («разместить оборудование так, чтобы всем детям было удобно выполнять упражнение», «убрать оборудование, согласовывая свои действия»).

На четвёртом этапе, когда те или иные двигательные умения и навыки командного поведения сформированы, детям предлагается применить их в новых условиях, в ходе досуговой деятельности. Нами проводятся тематические игры-квесты, где задания способствуют не только формированию начальных представлений у детей о некоторых видах спорта или ценностях ЗОЖ, но и стимулируют детей анализировать ситуацию, искать пути решения, договариваться о совместных способах выполнения движений.

Квесты мы используем и при организации физкультурных детско-родительских событий. Эффективным средством совместных физкультурных досугов являются походы «По станциям здоровья». Здесь детско-взрослые команды, следуя по карте, посещают

различные локации, где решают игровые задачи, используя как физические навыки, так и познавательные способности. Походы разрабатываются и проводятся по принципу содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребёнка полноценным участником совместной деятельности.

Технология командообразования нашла положительный отклик среди педагогов ДОУ. Воспитатели, принимая непосредственное участие в командообразующих мероприятиях, ощутили на себе эффект сплочения коллектива, повышения эмоционального фона, рост доверия друг другу, приобрели практические знания по методике проведения игр на командообразование с детьми.

Предметно-пространственная среда гимнастического зала пополнилась атрибутами для проведения подвижных игр на командообразование (их можно найти в разделе «Игры на командообразование»). Изготовлены своими руками «парашют здоровья», «палочка–выручалочка», приобретены наборы мелкого сыпучего материала, набор мягких (вязаных) мячей для перебрасывания, пособие «разноцветные резинки», оформлена картотека кричалок, речёвок, собрана фонотека музыки для танцев, флешмобов и ритмической гимнастики.

Выход на прогулку Мы отправились гулять, Свежим воздухом дышать, Прыгать, бегать и смеяться, Чтоб здоровья набираться.	
Поход в гимнастический зал Спорт ребятам очень нужен, Мы со спортом крепко дружим. Мы хотим сильнее стать, Мышцы будем укреплять.	Поход в музыкальный зал В музыкальный зал идём, Песню звонкую споем, Мы танцоры, музыканты, Будем развивать таланты.

Результатами нашей деятельности можно считать следующие показатели:

- высокий уровень сформированности у детей целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- наличие стойкого интереса к участию в подвижных и спортивных играх командой направленности, умение детей самостоятельно их организовывать в ходе спонтанной физической активности в свободное время(в группе и на прогулке);
- умение детей активно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, договариваться, учитывая интересы всех членов команды, подчиняться определённым правилам.

Заключение

Таким образом, детский тимбилдинг, основанный на позитивном общении эффективный способ активизации двигательной деятельности у детей старшего дошкольного возраста и развития интереса к занятиям физической культурой и спортом, средство вовлечения детей в физкультурные мероприятия командной направленности. При правильной организации он превращается из простого активного времяпровождения в увлекательный и мощный инструмент, закладывающий фундамент физически активного, психологически стабильного и успешного человека в будущем.