

«Степ-аеробіку ми поважаємо, про здоров'я своє дбаємо»

Мета: розвиток рухової активності дітей старшого дошкільного віку шляхом використання гейміфікації, як системи мотивування дошкільників до занять степ-аеробікою.

Основні напрями роботи з дітьми з розвитку рухової активності в рамках степ-аеробіки.

Виділено 3 напрямки роботи з дітьми:

1. Використання ігрових вправ на занятті. Добираю методично правильні фізичні рухи і різні види рухової діяльності. Вправи базуються на активних рухових діях довільного характеру. Такі вправи позитивно впливають на фізіологічні функції дитячого організму, допомагають швидше пристосовуватися до мінливих умов зовнішнього середовища, збагачують руховий досвід дитини.

2. Ігрові комплекси степ-аеробіки. Кожен комплекс спрямовується на навчання дітей різним видам рухів, закріплення рухових навичок, розвиток фізичних і морально-вольових якостей дитини.

Ігрові комплекси на степ-платформах надають неоціненну допомогу в розвитку різних груп м'язів та зміцненні м'язового тону. Вони можуть змінюватися і варіюватися від сюжету, від того, де вони проводяться, а також від виду занять з фізкультури. При цьому діти виявляють спритність, швидкість реакції, витривалість. Структура комплексу визначається встановленими завданнями і особливостями організму дитини. Під час виконання вправ відбуваються значні зміни: збільшується працездатність дошкільника, покращується робота всіх органів і систем організму, виробляється певний ритм діяльності, зміцнюється м'язовий тонус, розвивається витривалість, підвищується емоційний стан.

Досвід роботи показує, що дошкільнята краще засвоюють рухові навички саме в процесі гри. Широке застосування ігор і необхідність створення сучасних освітніх фізкультурно-оздоровчих практик націлили на необхідність упровадження нової системи мотивування дошкільнят – *гейміфікації*.

Гейміфікація – це використання окремих елементів ігор у неігрових практиках. Ігрові елементи інтегруються до реальних ситуацій для мотивації конкретних форм поведінки в заданих умовах. Це не створення повноцінної гри, а тільки використання ігрових елементів, які дозволяють нудні завдання зробити цікавими, бажаними, а складні – простими.

3. Самостійне використання елементів степ-аеробіки дітьми у вільній діяльності. Самостійна рухова діяльність дітей організується в різний час дня: вранці до сніданку, між заняттями, час ігор після денного сну та під час прогулянок. Активні дії дітей чергуються з більш спокійною діяльністю. Під час самостійної діяльності створюється фізкультурно-ігрове середовище, де діти можуть користуватися різними посібниками у тому числі й степами. Діти також використовують елементи степ-аеробіки на прогулянці, де самостійно організують ігрову діяльність. Захоплення уваги дошкільників до процесу ігрової технології – це створення певних умов для досягнення завдань, моделювання спеціальної ігрової реальності. Гейміфікація має певні правила, володіє високою інтерактивністю та викликає позитивну емоційну реакцію. Механізм полягає в зароблянні балів, бонусів, просуванні на вищий рівень і є важливим фундаментом усього процесу.

Висновок. У процесі розвитку рухової діяльності діти стали більш самостійні, у них з'явилася впевненість у собі і почуття задоволення досягнутим результатом у процесі долаття труднощів, а також з'явився стимул для виконання пропонованих комплексів вправ. Діти старшого дошкільного віку готові виконувати рухи у різному темпі, з різною амплітудою, проявляючи значні швидкісні і силові якості. На основі вдосконалення всіх видів рухів та розвитку фізичних властивостей відбувається якісне покращення моторної сфери дітей.

Проаналізувавши власну роботу з даної теми, визначила перспективу на майбутнє:

1. Продовжувати вивчати нову систему мотивування дошкільнят – гейміфікацію.
2. Продовжувати вивчати нову методичну літературу з даного питання, переймати досвід науковців та інших керівників з фізичного виховання і упроваджувати у свою педагогічну практику.
3. Вчити дітей придумувати різні за формою ігрові комплекси, роблячи їх більш цікавими.
4. Збагачувати міміку дітей, застосовуючи візуальні команди, що позначають напрямки рухів кількість повторень.
5. Для більш успішної роботи з дітьми під час занять степ-аеробікою, створювати інтерес до ритміки.

Практичний показ з дітьми.

Степ-аеробіка «Космічні пригоди»

За показом та вказівками інструктора з фізкультури діти перетворюються у космонавтів та виконують ігрові дії та завдання на степ-платформах.