**СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ**

**К ОРГАНИЗАЦИИ РАЗНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.**

***Тюнякина О.М.,***

***инструктор по физической культуре***

***структурного подразделения***

***«Детский сад №11 комбинированного вида»***

***МБДОУ «Детский сад «Радуга» комбинированного вида»***

***Рузаевского муниципального района***

В настоящее время в связи с переходом на федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования возникает необходимость в использовании современных подходов к организации образовательного процесса в ДОУ. В связи с этим пересматриваются формы, методы организации образовательного процесса, роли педагога и родителей. В программе дошкольного образования особое место уделяется физическому воспитанию, которое является основой для всестороннего и гармоничного развития личности.

Цель физического  развития - охрана и укрепление здоровья  детей.

Физическое воспитание предусматривает решение трех основных задач – воспитательных, образовательных и оздоровительных.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех факторов и средств физического воспитания.

Основными средствами физического воспитанияявляются: закаливание, физические упражнения, утренняя гимнастика, развивающие игры, спортивные и подвижные игры, физкультурные занятия, плавание.

Учитывая многофакторность влияния на здоровье детей, работа в ДОУ строиться в следующих направлениях:

- создание условий для физического развития и снижения заболеваемости детей;

- комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач в контакте с медицинскими работниками, психологами, родителями, музыкальным руководителем, инструктором по физическому воспитанию;

- повышение педагогической компетентности и деловой квалификации дошкольных работников.

- создание предметно-развивающей среды

- соблюдение режима**-** последовательного чередования отрезков времени, наполненных тем или иным содержанием.

Основными направлениями инновационной деятельности в области физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении являются:

* систематизация медицинских, оздоровительных технологий, применяемых в современных ДОУ.  Одним из условий успешной реализации инновационной деятельности является индивидуализацияоценки уровня психологического, физического и социального развития ребенка;
* создание физкультурно-игровой среды в дошкольном образовательном учреждении как необходимого условия реализации содержания физической культуры и культуры здоровья;
* формирование культуры здоровья детей, родителей и педагогов.

Инновациинастолько прочно вошли в теорию и практику образования, и особого внимания заслуживают инновации в области физического воспитания дошкольников, многие из инновационных разработок последних лет основывается на идее интеграции физического и умственного воспитания дошкольников. В практике традиционного образования это направление реализовывалось в различных формах физкультурной деятельности с целью поддержания умственной работоспособности детей в процессе занятий (физкультминутки, динамические паузы).

**Основные принципы:**

* принцип приоритета действительной заботы о здоровье воспитанников;
* принцип триединого представления о здоровье (физическое, психическое, социальное);
* принцип непрерывности и преемственности здоровьесберегающей деятельности;
* принцип соответствия содержания и организации обучения возрастным особенностям воспитанников;
* учет эколого-гигиенических факторов природной и микро социальной среды обитания, влияющих на здоровье детей.

**Индивидуальный подход и индивидуализация образования.**

Индивидуальный подход  – организация педагогом учебно-воспитательного процесса с учетом индивидуальных особенностей ребенка, выявление проблемных или сильных сторон в развитии ребенка и определение путей коррекции или дальнейшего развития.

**Совместная деятельность детей и педагога.**

Совместная деятельность взрослых и детей – это наличие партнерской позиции, особенностью которой является открытость в сторону свободной самостоятельной деятельности самих дошкольников.

**Здоровьесберегающие технологии**– это организованная совокупность приемов, программ, методов организации процесса образования, которая не причиняет ущерба здоровью детей;

**Цель здоровьесберегающей технологии** - предоставить каждому дошкольнику высокий уровень здоровья, дав ему необходимый багаж умений, знаний, навыков, которые нужны для здорового образа жизни, заложив в нем культуру здоровья.

В оздоровительные режимы должны входить спектры медико-восстановительных методик:

* оздоровительная гимнастика (ежедневно после сна, босиком под музыку);
* гимнастика для глаз;
* пальчиковая гимнастика;
* дыхательная гимнастика (укрепляет и развивает грудную клетку);
* массаж, самомассаж;
* упражнения и игры для коррекции и профилактики осанки и плоскостопия.
* кинезитерапия;
* игровой стретчинг;
* фитбол-гимнастика и фитбол-аэробика;
* степ-аэробика;
* партерная и суставная гимнастика.

Разработка и внедрение технологий обусловлены поиском путей совершенствования здоровьесберегающей деятельности педагогов детского сада. Это связано не только с увеличением числа детей с функциональными отклонениями в здоровье, скорее, здоровье сберегающая деятельность в настоящее время становится основой для интеграции образовательных областей.

Применение здоровьесберегающих технологий в различных формах физкультурно-оздоровительной работы ДОУ:

* ***Игровой стретчинг***- это специально подобранные упражнения на растяжку мышц, проводимые с детьми в игровой форме (Автор Е. В. Сулим).
* ***Кинезитерапия***как одно из направлений психотерапии означает *«терапию движением».* В *комплексы кинезиологических  упражнений* включены: растяжки, дыхательная, пальчиковая гимнастика, психогимнастика, упражнения для глаз, упражнения на релаксацию, массаж и самомассаж, упражнения для развития равновесия, элементы спортивных игр и т.д.
* ***Фитбол - гимнастика и фитбол - аэробика***– это комплексы оздоровительных упражнений на фитболах.
* ***Партерная гимнастика*** – это система физических упражнений, отличающихся от обычных упражнений тем, что выполняются на полу, в различных положениях: сидя, лёжа или на боку, с максимальной амплитудой.
* ***Степ - аэробика***– это танцевальные занятия при помощи специальной платформы**.**

**Формы организации двигательной активности.**

Все формы подбираются с учетом возрастных особенностей, программы, физического развития и физической подготовленности ребенка.

***Основные формы организации двигательной активности детей:***

* *секционно-кружковые занятия;*
* *физкультурные занятия*;
* *физкультурно-оздоровительные мероприятия*:

(утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, физкультминутки, гимнастика пробуждения после дневного сна, закаливающие мероприятия, самостоятельная двигательная деятельность детей на воздухе и группе);

* *активный отдых*: физкультурные праздники, досуги, дни здоровья, походы.

***Физкультурное занятие*** является основной формой и обязательно для всех детей.

 С детьми дошкольного возраста рекомендуется проводить следующие типы физкультурных занятий:

* классические занятия,
* игровые занятия,
* занятия тренировочного типа,
* сюжетные занятия,
* ритмическая гимнастика,
* занятия серии «Изучаем свое тело,
* тематические занятия,
* контрольно-проверочные занятия.

***Утренняя гимнастика*** является одним из важных компонентов двигательного режима, ее организация должна быть направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. Ежедневное выполнение физических упражнений способствует проявлению определенных волевых усилий, вырабатывая полезную привычку у детей.

***Типы утренней гимнастики*:**

* Утренняя гимнастика игрового характера
* Упражнения на полосе препятствий
* Утренняя гимнастика может проводиться в форме оздоровительной пробежки.
* Комплекс упражнений с тренажерами
* Комплекс музыкально-ритмических упражнений

***Физкультминутки***проводятся по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятий в момент появления признаков утомляемости детей.

***Подвижные игры, физические упражнения на прогулке*** служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитание физических качеств.

***Закаливание****—* важнейшая часть физического воспитания детей дошкольного возраста. Лучшими средствами закаливания являются естественные силы природы: воздух, солнце и вода. *Цель* закаливания — выработать способность организма быстро приводить работу органов и систем в соответствие с меняющейся внешней средой.

***Физкультурные праздники, спортивный досуг, дни здоровья.***

Интересное содержание, юмор, музыкальное оформление, игры, соревнования, радостная атмосфера способствуют активизации двигательной деятельности, являются эффективной формой активного отдыха детей. **Работа с родителями:**

Современные условия деятельности дошкольных учреждений выдвигают взаимодействие с семьёй на одно из ведущих мест.

Задачи инструктора по физическому воспитанию:

* дать родителям представление о значимости совместной двигательной деятельности с детьми;
* расширить знания родителей о физических умениях и навыках детей;
* способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми;
* заинтересовать родителей идеей здорового образа жизни.

Нет задачи сложнее и важнее, как вырастить здорового ребенка. Здоровье– важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается в тщательной заботе на протяжении всей жизни человека.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1. Виноградова Н.А. Физическое развитие дошкольников. Часть 1. Охрана и укрепление здоровья: учебное пособие / Н.А. Виноградова. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 144 с.
2. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010
3. Павлова М. А., Лысогорская М. В. Здоровьесберегающая система ДОУ. – Волгоград: Учитель, 2009
4. Рунова М. А, Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика – Синтез 2002
5. Казьмин В.Д. Дыхательная гимнастика. Серия «Панацея». Ростов.,2000г.
6. Красикова И.С. Осанка. Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. – СПб.,2001г.
7. Красикова И.С. Плоскостопие у детей. Профилактика и лечение. – СПб.,19
8. Сайкина Н.Г. Фитбол – аэробика и классификация её упражнений // Теория и практика физической культуры. – СПб.,2004г.
9. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7лет.- М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.