**Консультация: «Роль личного примера педагога в мотивации дошкольников к физической культуре и здоровому образу жизни»**

**План**

* Теоретическая часть

*«Значение физической культуры в жизни ребенка».*

* Практическая часть
* *Роль личного примера в мотивации развития интереса дошкольников к физической культуре.*

**Цель**

Создание условий для решения проблемы приобщения детей к физической культуре, спорту в тесном сотрудничестве с семьей. Обогащение практического опыта.

**Задачи:**

1. Продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей.
2. Развивать интерес к различным доступным ребенку видам движений.
3. Создавать условия для формирования правильной осанки.
4. Совершенствовать умения и навыки в основных видах движений в НОД и в повсеместной жизни.
5. Воспитание положительных нравственно-волевых черт личности .
6. Развивать пространственную ориентировку детей.
7. Поощрять участие в совместных играх и физических упражнениях.
8. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.
9. Развивать самостоятельность и творчество в двигательной деятельности.

**Актуальность выбранной темы:** состояние здоровья детей в нашей стране вызывает серьезную озабоченность общества. За последние годы состояние здоровья детей постоянно ухудшается. Это вызвано рядом факторов:
• ***ухудшение экологической обстановка***
некачественная вода, химические добавки в продуктах питания,  возрастающее светомерцающее, электронно-лучевое,  «металло-звуковое » облучение детей
(компьютерные игры, длительное пребывание перед телевизором, просмотр видеофильмов);
• ***дискомфортные условия для проживания человека во многих регионах***
Быстрое истощение резервных возможностей организма зимой, резкие перепады атмосферного давления, температуры, высокая влажность воздуха и т.д.;
 • ***значительное ограничение двигательной активности;***
• ***социальная напряженность в обществе.***

Анализ заболеваемости детей за последние шесть месяцев с сентября по декабрь 2014г показал достаточно высокий уровень хронических заболеваний с 4 группой здоровья, нарушение осанки и сколиоза. Все это вызвало потребность углубленно заняться оздоровлением детей, начиная с дошкольного возраста.
 **Значение физической культьтуры и спорта в жизни ребенка.**

***Физическая культура*** — органическая часть культуры общества и личности. Понятие «физическая культура» объединяет все, что относится к физическому воспитанию, образованию, развитию человека в системе физического воспитания и вне ее. Если рассматривать физическую культуру во взаимосвязи с другими видами воспитания: умственным, нравственным, эстетическим, трудовым и т.д., то можно говорить о духовной «физической культуре», как о явлении, которое воздействует на природу человека, изменяя ее в соответствии с закономерностями всестороннего развития личности.
***Физические упражнении –***это основное и специфическое средство физического воспитания. Физические упражнения представляют собой специально подобранные, методически правильно организованные движения и сложные виды двигательной деятельности, а так же ***подвижные игры***.
***Особую роль в формировании двигательного развития играет подвижная*** ***игра***. Будучи своеобразным «музеем культуры социума», она обеспечивает раскрытие двигательного и интеллектуального потенциала, приобщает к национальным традициям, обычаям, культуре движения, а через них - постижению общечеловеческих ценностей.
Данные средства физического воспитания оказывают разностороннее влияние на развитие детей.
При использовании средств физической культуры необходимо ориентироваться на гуманистический подход к оздоровлению детей с учетом современных условий, в которых живет ребенок; на возрастные и индивидуальные физические и психические особенности детей; на широкое и умелое применение природных средств для закаливания.
 Таким образом, **приобщение к физической культуре и спорту - одна из важнейших программных задач дошкольного воспитания.**
Успешному разрешению ее в работе с детьми способствует организация здорового образа жизни. Положительным является то, что воспитатель имеет право выбора средств, форм в методов оздоровительно-культурной работы.
 *В этом году прошли консультации, мастер-классы для педагогов и родителей, для того чтобы дать знания, умения по использованию различных возможностей окружающей действительности при обучении детей движениям и двигательным действиям, формирование у них физических качеств, ознакомлении с правилами выполнения физических упражнений и приобщении к этим правилам с помощью игровых приемов.*

**Роль личного примера педагога в мотивации дошкольников к физической культуре и здоровому образу жизни»**

**Физическое воспитание ребенка является одним из ведущих направлений формирования здорового образа жизни. Укрепление здоровья дошкольников рассматривается как один из ключевых приоритетов образования.**
Сегодня наверняка все понимают, что без физической культуры полноценное здоровье невозможно. Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.
В базисной программе «Истоки» под руководством А.В. Запорожца определены конкретные знания, умения и навыки, которые должны быть приобретены детьми на различных возрастных этапах.
 В программе система формирования физического развития основывается на организации двигательной активности детей в течение дня, развитии и совершенствовании уже имеющихся локомоторных навыков. Именно это является физиологической прерогативой дошкольного возраста.
 **В понятие «физическая подготовка» вкладывается следующее:**• состояние хорошего самочувствия
• возможность быть добрым и энергичным в течение дня
• осуществление ребенком широкого спектра действий, движений

**Для повышения уровня физического развития детей необходимо работать над следующими задачами:**
•  улучшение здоровья детей
•  повышение физической подготовленности дошкольников
• воспитание положительного эмоционального отношения к занятиям, физическим  упражнениям

Условия жизни заставляют многих работников дошкольных учреждений искать иные подходы к обучению детей, в том числе и к проведению физкультурных занятий. За последние годы проведены исследования, установившие эффективность использования игровых методов, а так же методов соревнования и творческих заданий в подвижных играх детей дошкольного возраста.

**Целесообразно использовать личный пример педагога в формировании навыков и знаний детей: проведение утренней гимнастики с детьми, участие в подвижных играх, соревнованиях и эстафетах, фото выставки, проектная деятельность, решение проблемных ситуаций.** Непосредственное участие педагога в игровых мероприятиях вызывают у детей повышенный интерес к двигательному материалу, дают возможность реализовать свой двигательный опыт, проявить двигательное творчество.
 Пример физкультурного занятия с непосредственным участием педагога.
**Структура занятия**
**1. Вводная часть**
В вводной части физкультурного занятия текст решает не только образовательные но и психологические задачи:
- активизировать внимание детей
- вызвать у детей интерес к занятию
- создать эмоционально-положительный настрой.
**2. Основная часть**
В основной части занятия стихотворный текст выполняет несколько функций:
1) помогает в развитии психических процессов
2) способствует формированию звуковой культуры речи (дети запоминают текст и повторяют его)
З) является организатором одной из форм активного отдыха детей
4) является хорошим стимулом для проявления эмоциональных и нравственных качеств детей
5) облегчает формирование двигательных навыков
(«Чтоб до зайки нам дойти, надо мостик перейти»)
Основная часть способам передачи двигательной выразительности, побуждает к самостоятельному решению двигательных задач, загадок, проблемных  ситуаций, способствует поиску детьми творческих композиций.
**З. Заключительная часть**
В заключительной части занятия нужно подготовить детей к его окончанию: «До свидания, звери!». «До свидания, лес!». «Ждут вас повар, няня и вкусный наш обед!»

Заключительная часть решает задачи снятия эмоционального напряжения, приобретения навыков саморасслабления.

**Организация и формы работы занятий с непосредственным участием педагога по** **физической культуре детей дошкольного возраста.**

**В младшем и среднем возрасте необходимо основным методом обучения использовать импровизации.**
Он способствует формированию у детей представлений о средствах двигательной выразительности помогает «войти» в воображаемую ситуацию, увидеть и понять образ другого, вести двигательный диалог через язык жестов, мимики, поз использование сюрпризного момента прихода в гости кого-либо.
**Описание воображаемой ситуации** — это один из наиболее эффективных приемов, в которой симпатичный детям персонаж попадает в трудное и опасное положение, а ребенок выступает в позиции помощника или защитника. Дети, действуя в эмоциональной раскрытой или воображаемой ситуации, спешат на помощь любимому горою.
Например: воспитатель может выступить в роли сказочницы бабушки Арины, в процессе занятия рассказать детям, что знакомый персонаж из сказки «Теремок» попал в беду. Затем предложить детям спасти его от опасности.
Дети с радостью откликаются на просьбу воспитателя. Не замечая усталости, бегут будто - бы по узкому мосту, перешагивают через «камешки» и «лужи», идут по «кочкам», перепрыгивают «ручьи». Дети имитируют соответствующие движения, выбирают способ их выполнения в зависимости от предложенных условий. Выполнив задание, дети радуются и испытывают удовольствие от затраченных усилий и достигнутого результата.
 Такие занятия развивают выносливость, смелость.
В ходе занятия необходимо пробудить у детей сочувствие к заботам персонажей, предлагая не только выручить или спасти героев, но и просто порадовать их совместными играми.

Например: предложить сходить в гости к игрушкам, игрушки очень соскучились и ждут встречи с детьми. Затем предложить порадовать друзей и поиграть с нами в веселые игры. Здесь нужно научить детей ценить дружбу и бережно относиться к игрушкам.
Самым занимательным является то, что чем разнообразнее действия, тем точнее и правильнее дети их выполняют. И чем привлекательнее роль для детей, тем больше удовольствия дети получают.
Проводя физкультурные занятая — игры, нужно постоянно помнить о том, что коррекция качества выполнения движений, оценка деятельности детей — все это проводятся через роль от лица игрового сказочного персонажа, через воображаемую ситуацию.
Особое значение имеет значение характер общения детей с взрослым и сверстниками: они нуждаются в своевременной помощи, поддержке, поощрении. Играя с детьми, воспитатель должен помочь им увидеть в меловой черте настоящее препятствие, в гимнастической скамейке — большой пригорок, а следовательно и способ выполнения нужного движения не вызывает вопросов и сомнений, он находится сам.
**Для детей большое удовольствие доставляют сюжетные подвижные игры**. Чтобы провести такие игры, нужно придумать сюжеты в виде сказок.
Например: игра «Воробушки  и автомобиль»
- Жили-были маленькие веселые воробушки. Они перелетали с ветки на ветку. Опускались на землю в поисках еды. На дорожках клевали семечки, искали маленьких мошек и т.д.

С целью развития и поддержания интереса детей к разным занятиям по физической культуре важно позаботится о подборе физкультурного оборудования и пособий. Рациональный подбор физического оборудования, его обновления путем смены и чередования его деталей, внесение новых пособий, их перестановка - все это помогает реализовать содержание занятий.
**В старшем возрасте в содержание занятия необходимо включать упражнения имитационного и образного характера, ритмическую гимнастику, элементы спортивных игр, основные виды движений, эстафеты, подвижные игры, задания по интересам.**
Обучение, совершенствование и закрепление основных движений проводятся в форме творческих, комплексных или игровых заданий, а также заданий по интересам.
Опыт работы показывает, что в основной части занятия целесообразнее планировать 4 вида основных движений, которые выполняются поточным способом, что увеличивает моторную плотность занятия.
Игры, эстафеты, комплексные задания и задания по интересам закрепляют приобретенные навыки в основных движениях.

При формировании новых двигательных навыков можно использовать игру – творчество.
**На первом этапе обучения** используется **игра «Угадай-ка».** Она проводится в целях выяснения степени осознанности последовательного выполнения двигательных элементов.
**На втором этапе** (совершенствование навыка) в действие вступает **игра «Почемучка»**. С помощью этой игры осуществляется контроль качества выполнения упражнения. На этом этапе обучения основные двигательные действия детям уже знакомы, поэтому у них активизируется внимание на конечный результат.
**На последнем этапе** проводится **игра «Поиграй-ка».** С помощью, которой закрепляются двигательные навыки.
Творческие задания являются своеобразным средством познания окружающего мира.
В содержании игровых занятий необходимо включать познавательный материал, расширяющий кругозор ребенка. В одном случае составляются задания на имитацию движений животных, птиц, насекомых, сказочных персонажей, в другом – движения выполняются с целью проявления физических качеств в сочетании с мыслительными операциям. В третьем — проявление умственных способностей ребенка.
Например, игра «Зайцы в огороде» .Текст определяет содержание игры:
- Вышли зайцы на лужок, видят зайцы огород. Там капуста, все вперед! Но, Дружок, знакомый пес стережет тот огород. Как капусту утащить, чтобы шкуру сохранить?
Игра имеет несколько вариантов творческих заданий:
1. Зайцы должны утащить капусту, не вставая на задние лапы.
2. Каждый заяц неся капусту, заметает следы.
3. Указать способ передвижения: на одной лапе, трех лапах и др.
Реально - условная ситуация таких заданий помогает ребенку воспроизвести знакомый ему жизненный образ и проявить творчество в решении двигательной задачи.
            Творческие задания можно предлагать детям, используя карточки. Для каждого игрового занятия разрабатываются серии творческих заданий, которые систематизированы и используются в работе с детьми.
           Комплексные задания на физкультурных занятиях используются не только для физического и психологического развития детей, но и обогащают их знания об окружающем мире, явлениях природы, быта. А таюке помогают воспитателю готовить детей к школе. Все задания основаны на игровых приемах.
           Самостоятельные задания можно применять со средней группы. На начальном этапе обучения планируются легкие задания, но по мере нако- пления двигательного опыта у детей они усложняются. Эти задания решаются через игровую форму с применением карточек, кубов, цветов- ромашек и книжек - сказок.
           **Таким образом, проводимое занятие имеет высокий образовательно-воспитательный эффект: дети владеют большим  объемом  умений и навыков, у них лучше развиты физические качества, а взаимосвязь физического и психического развития способствует творческой активности детей.**
**Игровая форма создает условия и имеет все возможности для решения педагогических задач и, конечно же, это важный шаг к повседневному непроизвольному росту интереса у детей к высокой культуре физического развития.**
**Взаимосвязь с родителями**
           **Добиться успехов в укреплении здоровья и полноценном физическом развитии детей, в повышении их двигательной активности можно только при единых подходах к физическому воспитанию в детском саду и дома.**
          Однако во многих семьях потребность дошкольников в движении удовлетворяется далеко не полностью, предпочтение отдается телевизору, в лучшем случае «сидячим» играм: мозаике, лото, домино и т.д. При этом не принимается во внимание следующее: стать усидчивым ребенок сможет только в том случае, если будет полностью удовлетворена его естественная потребность в движении. Дети овладевают сначала навыками управления движениями, а затем статикой.
         **Следовательно, одной из главных задач взрослого является организация правильного двигательного режима ребенка с одновременным обеспечением разнообразия двигательной активности, как по содержанию, так и по составу движений.**
         А для этого необходимо тесное сотрудничество семьи и детского сада.

     Работа по созданию целостной системы физического воспитания начинается с работы с родителями, которая включает следующие приемы и методы:
**• Дни открытых дверей.**
           Родители имеют возможность присутствовать на утренней гимнастике,
          физкультурном занятии наблюдать организацию питания, сна.
**• Домашние задания.**
          Позволяют решать сразу несколько задач: повысить двигательную
           активность детей, подтянуть отстающих, организовать содержательное
          общение родителей с детьми.
          Домашние задания должны быть обязательно индивидуальными,
          небольшими по объему, конкретными по содержанию.
**• Встречи с родителями.**
          **• Совместные физкультурные досуги, праздники, дни здоровья.**
     Все эти мероприятия позволяют с пользой проводить свободное время, которое мать и отец посвящают ребенку, пробуждают у родителей интерес к уровню двигательной зрелости их ребенка, являются источником радости, положительных эмоций, обогащают семейную жизнь.
      Формирование двигательных умений, основанных на овладении определенным кругом знаний, позволяет дошкольникам усвоить культуру выполнения физических упражнений, развивает у них вдумчивое отношение к своим действиям. Сочетание знаний и умений значительно повышает результативность двигательной деятельности детей, повышает интерес к ней, расширяет границы самостоятельности.
      В результате систематической работы большинство детей успешно осваивают движения, становятся более ловкими, сильными, решительными, смелыми, находчивыми. Принимают активное участие в занятиях - играх, городских спартакиадах среди ДОУ. Кроме того, понизилась заболеваемость часто болеющих детей.
     Регулярность проводимых физкультурно-оздоровительных занятий повысила: уровень физической подготовки детей до 92%, уровень посещаемости в группе до 90%. Повысилась двигательная активность детей во всех видах деятельности  до 100%.

**Список используемой литературы.**

1. Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду». — М: «Просвещение», 1986 г.

2. Муллаева Н.Б. «Конспекты - сценарии занятий по физической культуре для дошкольников».  - СП. б: «Детство – пресс», 2005 г.

3. Научно - практический журнал
            «Управление ДОУ». 2006г. N1.

 4. Глазырина Л.Д.
           «Физическая культура — дошкольникам».- М: Гуманит, изд. Центр
           «Владос», 2001 г.

5. Глазырина Л.Д., Овсянкина В.А.
             Методика физического воспитания детей дошкольлого возраста — М:
            Гуманит, изд. центр «Владос», 2001 г.

6. Научно-методический журнал
            «Дошкольное воспитание» 1997г. N 5
            «Дошкольное воспитание» 2006г. N 3