Укрепление здоровья детей через создание системы физкультурно – оздоровительной работы

Основная направленность физического развития детей — *Укрепление здоровья детей через создание системы физкультурно – оздоровительной работы*

1. *Утренняя гимнастика*
2. *Занятия*

*Индивидуальные*

*Групповые*

*Подгрупповые*

*На прогулке*

1. *Физ. Минутки на занятиях в группах*
2. *Игровая деятельность*

игры способствуют совершенствованию и закреплению полученных двигательных умений и навыков

*Подвижные (Охотник и зайцы)*

*Малоподвижные (угадай, чей голосок)*

*Эстафеты (командные)*

*Соревновательные (кто быстрее, дальше.)*

1. *Закаливание*

В комплексе ритмических упражнений на зарядке как основу выделяем именно музыку, поскольку в ней имеется идеальный образец организованного движения: музыка регулирует движения и дает четкие представления о соотношении между временем, пространством и движением.

В музыкально-ритмической деятельности на зарядке используем доступные и интересные упражнения, музыкально – игровые образы и танцы. Они развивают музыкальную память, чувство ритма. Музыкальный репертуар для зарядки специально подбирается с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста (детские песни и композиции в современной эстрадной обработке)

С помощью музыкально-ритмических движений решаются следующие задачи: воспитание комплекса музыкально-двигательных качеств, обеспечивающих основу для всестороннего физического развития детей; умение выполнять упражнения под музыку; совершенствование и закрепление полученных двигательных умений и навыков в согласовании движений с музыкой.

Известно, что музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать музыкальный слух, двигательные способности, а так же Укреплять здоровье детей. Однако, занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на формирование осанки, координацию движения в пространстве, чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности

**1.        Развитие музыкальности:**

·развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;

·развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;

·развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;

·развитие музыкальной памяти.

**2.Развитие двигательных качеств и умений:**

·развитие ловкости, точности, координации движений;

·развитие гибкости и пластичности;

·воспитание выносливости, развитие силы;

·формирование правильной осанки, красивой походки;

·развитие умения ориентироваться в пространстве;