Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 62 «Огонек»

**ДОКЛАД**

**Двигательная детская деятельность (примеры формы работы)**

Инструктор по физической культуре Н.А. Дубышкина

Успешность решения задач физической культуры дошкольников возможна лишь при условии привлечения детей к занятиям физическими упражнениями в различных формах, что обеспечивает наибольший педагогический и оздоровительный эффект. Разнообразные формы занятий обладают не одним, а несколькими свойствами. Поэтому одна и та же форма может быть предоставлена в разных классификациях в зависимости от классификационного признака. В практике образования дошкольников целесообразно деление этих форм по признаку организации обучения и воспитания. В соответствии с этим признаком эти формы могут встречаться как в непосредственно образовательной деятельности, так и в образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, и в самостоятельной деятельности детей. К видам двигательной детской деятельности относятся: физкультурные занятия; дополнительные занятия физическими упражнениями; занятия в физкультурных кружках и секциях, совместные занятия физическими упражнениями детей с родителями. Физкультурно - оздоровительные мероприятия в режиме дня: утренняя гимнастика, ритмическая гимнастика, подвижные игры, спортивные праздники, соревнования, досуги, детский фитнес.

**Утренняя гимнастика -** хотя и непродолжительна, но, однако, оказывает огромное оздоровительное влияние. По данным врачей - гигиенистов утреннюю гимнастику можно назвать вводной, поскольку она ускоряет вхождение организма в деятельность. И это благодаря тому, что физические упражнения гимнастики повышают уровень возбудимости и функциональной подвижности нервной системы. Кроме того, утренняя гимнастика способствует развитию у детей силы, ловкости, координации движений, а также хорошей организации начала дня.

**Физкультурные праздники -** в дошкольном учреждении являются радостным событием в жизни детей. Физкультурные праздники - это мероприятия показательного характера, демонстрирующие достижения дошкольников за определённый период работы. Участие в физкультурном празднике оказывает комплексное влияние на формирование личности ребенка, улучшает взаимоотношение в семье. В коллективе группы дошкольного учреждения повышает интерес детей и родителей к занятиям физической культурой и спортом.

**Подвижные игры -** для ребенка нет ничего более увлекательного, чем игра: в игре он может удовлетворить свою потребность в движении, в деятельности. Важная особенность подвижной игры заключается в большой свободе действий. Подвижные игры оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребенка, способствуют созданию бодрого настроения. Увлечённый игрой, ребёнок забывает о своих маленьких огорчениях, весело и дружно играет со сверстниками.

**Ритмическая гимнастика -** традиционный вид гимнастики оздоровительно - развивающей направленности, основанный на подчинении двигательных действий задающему ритм и темп музыкальному сопровождению. Ритмическая гимнастика представляет собой систему гимнастических упражнений, включающую упражнения общеразвивающего характера, циклические движения (ходьбу, бег, подскоки, прыжки, танцевальные элементы). Под влиянием ритмической гимнастики у детей развивается внимание, они приучаются сосредотачиваться на том, что им преподается, делают это легко и весело, без большого напряжения. У них формируются способность к устойчивому вниманию и собранность, являющиеся важными предпосылками успешной учёбы.

**Фитнес -** это дополнительные занятия физическими упражнениями дошкольников. Наиболее распространенная форма организации дополнительных занятий физическими упражнениями в дошкольном учреждении - это физкультурные секции. Исходя из условий и количества детей, желающих заниматься, выбирается один из вариантов организации секции, для каждой группы в отдельности. Содержание занятий может быть любым: плавание, лыжи, коньки, гимнастика. Занятия проводятся один-два раза в неделю. Следует отметить, что если для взрослых занятия фитнесом решают в первую очередь задачи поддержания физической формы, то для детей – это возможность поиска наиболее привлекательной двигательной деятельности, определение того образа жизни, который поможет им успешно реализоваться в будущем. На занятиях физическими упражнениями у детей развиваются все психические процессы: восприятие, мышление, память, воображение, а также мыслительные операции: наблюдение, сравнение, анализ, обобщение. Нужно стремиться, чтобы дети умели творчески пользоваться приобретенными знаниями и навыками в своей двигательной деятельности, проявляя активность, самостоятельность, сообразительность, смекалку, находчивость.