Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №122 комбинированного вида г.Орска».

**Обобщение опыта работы на тему:**

**«Развитие физических качеств детей дошкольного возраста посредством театрализованной деятельности с использованием здоровьесберегающих технологий».**

Выполнила: Мусина О.Н.

Инструктор по физической

культуре.

2015 г.

 **«Развитие физических качеств детей дошкольного возраста посредством театрализованной деятельности с использованием здоровьесберегающих технологий»**

Физическое воспитание есть огромный,

прекрасный, но Таинственный космос,

Через постижение которого можно

Приблизиться к Истине и Счастью!

***«Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного возраста».***

**10 Профессиональные заповеди:**

1 заповедь **– «Следуй логике природы»** (педагогика должна быть естественной).

2 заповедь – **«Физическое воспитание дошкольников должно происходить по развивающей спирали».**

3 заповедь – **«Педагогический спидометр, или о так называемых общеразивающих упражнениях».**

4 заповедь – **«Деление занятия на три части должно быть не формальным, а по физиологической сути».**

5 заповедь – **«Театр физического развития дошкольников»** **(играя – оздоравливать, играя - воспитывать, играя – развивать, играя – обучать).**

6 заповедь – **«Положительная, светлая энергия радости и удовольствия»** физическое воспитание должно заряжать детей положительными эмоциями).

7 заповедь **– «Двигательный портрет дошкольника «рисует» методика игрового тестирования»**.

8 заповедь – **«Создай тренажёры сам!»**.

9 заповедь – **«Здоровье здоровых требует профилактики и коррекции».**

10 заповедь – **«Через движение и игру – к воспитанию Человека будущего: комплексная педагогика жизни»**.

 Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребенка. Именно в этот период закладываются основы здоровья, правильного физического развития, происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту. Среди многих факторов, которые оказывают влияние на состояние здоровья и развитие детей, по интенсивности воздействия на человека важное место занимает физическое воспитание. Деятельность взрослого, направленная на укрепление здоровья, составляет содержание физического воспитания детей дошкольного возраста. Естественным спутником жизни детей является игра, которая обладает великой воспитательной силой и способствует формированию у дошкольников двигательных умений и навыков. Одной из форм развития двигательных умений и навыков у детей являются сюжетно-игровые занятия т.е театрализованная деятельность, которые способствуют воспитанию интереса к процессу выполнения физических упражнений, поэтому данные занятия систематично применяю в своей деятельности.

 Работу начала с расширения развивающей среды физкультурного зала. Мною разработаны и изготовлены: элементы декораций к сюжетно-игровым занятиям “Лесная школа”, “Морское царство”, “Африка”, “Олимпиада”, “Страна Мультландия” и другие, малогабаритное и достаточно универсальное нестандартное оборудование (цветные ориентиры, мишени, “косички”, “следочки”). Оборудование легко трансформируется при минимальных затратах времени и его можно использовать как в условиях помещения, так и на улице. Детей привлекают необычные формы оборудования и красочность декораций, что способствует повышению эмоционального тонуса и интереса у детей к различным видам двигательной деятельности на занятиях, увеличению двигательной активности, развитию самостоятельности детей, формированию потребности в движениях. Работа по развитию у детей двигательных умений и навыков не заканчивается на физкультурных занятиях, а продолжается в группах, поэтому, проанализировав содержание “Центров движения”, мною подобран методический материал: литература с иллюстрациями, подвижные и малоподвижные игры для каждого возраста, материал по работе с родителями. Разработанная мной презентация, “Каким я вижу физкультурный уголок” позволила педагогам расширить работу в центрах движения. Спортивное оборудование, которое помещено в “Центры движения” как фабричное, так и нестандартное, изготовленное педагогами и родителями находится в доступном для детей месте. Здесь можно увидеть различные массажные и ребристые дорожки для профилактики плоскостопия, кольцебросы, серсо, мягкие мишени, разноцветные флажки, обручи, скакалки, ленты, косички, султанчики, массажные рукавички и многое другое. “Центры движения” пополнены альбомами по видам спорта, картотеками подвижных игр, комплексами гимнастик после сна и самомассажей, дыхательных гимнастик, стендами с достижениями детей, рекомендациями для родителей по организации двигательной деятельности в семье.

 Все сюжетно-игровые занятия составлены мною с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Серия сюжетно-игровых занятий для младших и средних дошкольников “Лесная школа”, “В гости к Бабушке”, “Пришла Коляда, отворяй ворота”, по сказкам – “Волк и семеро козлят”, “Колобок”, “Три поросенка” и другие состоит из разнообразных имитационных движений и упражнений общеразвивающего воздействия. Использование приемов имитации и подражания, образных сравнений соответствует психологическим особенностям дошкольников, что облегчает процесс запоминания, освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятия, способствует развитию мышления, воображения, творческих способностей, познавательной активности, что очень ценно для работы с детьми этого возраста.

 Для старших дошкольников разработана серия сюжетно-игровых занятий “Морское царство”, “Космонавты”, “Мы спортсмены”, “На северный полюс”, которые содержат более сложную целостную сюжетно-игровую ситуацию, отражающую в устной форме окружающий мир ребенка. В данном возрасте движения детьми осваивались не в готовом виде, а с позиции творчества, включающего импровизацию и воображение. Занятия на основе ритмической гимнастики “Матрешки”, “Наступает Новый год”, “Путешествие в страну микробов”, “Путешествие в Бразилию”, “Лето, лето – какого оно цвета” способствуют укреплению опорно-двигательного аппарата и сердечнососудистой системы, формированию правильной осанки, создают у детей бодрое настроение, развивают чувство ритма. Учитывая недостатки многих сюжетных занятий, где имеется излишнее подчинение упражнений сюжету, в ущерб развития двигательных качеств, недостаточную физическую нагрузку, не обеспечивающую тренирующего воздействия, постаралась построить свои занятия таким образом, чтобы избежать этих ошибок.

 Работу по организации занятий провожу в тесном взаимодействии с медицинскими работниками, которые осуществляют медико–педагогический контроль над физической нагрузкой, моторной плотностью, длительностью каждой части занятия. Свою деятельность строю, учитывая состояние здоровья и уровень физической подготовленности детей. В соответствии с указаниями врача определяла для каждого ребенка нагрузку (варьировала технику и кратность выполнения).

 Сюжетно-игровые занятия требуют большой подготовки, поэтому работу по развитию двигательных умений и навыков у детей выстраиваю в соответствии с музыкальным сопровождением. Подобрано музыкальное сопровождение для общеразвивающих упражнений, релаксаций, музыку, тематически связанную с сюжетом. Музыкальное сопровождение на сюжетно-игровых занятий создает ощущение гармонии с окружающим миром, способствует снятию эмоционального напряжения, овладению навыками физиологического самоконтроля, адаптации организма детей к физическим нагрузкам.

 Свою деятельность по развитию двигательных умений и навыков детейосуществляю в сотрудничестве с педагогами детского сада. Проведенный мною семинар-практикум “Двигательная активность ребенка в режиме дня” был направлен на освоение педагогами новых форм работы (физкультурные минутки, оздоровительный бег) по увеличению двигательной активности детей. На педагогическом совете “Пути и способы сохранения и укрепления здоровья ребенка” познакомила педагогов с современными здоровьесберегающими технологиями (оздоровительные паузы, зрительные и дыхательные гимнастики, самомассажи), применяемыми в ДОУ для сохранения и укрепления здоровья детей. Консультации для воспитателей “Как проводить спортивные занятия и упражнения на воздухе”, “Гимнастика после сна”, “Подвижные игры в режиме дня” способствовали повышению педагогического мастерства педагогов.

 По вопросам физического воспитания детей необходима скоординированная деятельность педагогов, инструктора по физической культуре, медицинского персонала с родителями. После диагностики и оценки физической подготовленности и развития дошкольников, родители знакомятся с достижениями своих детей, которые размещены в “Центрах движения” в начале учебного года и в конце, родителей очень интересуют успехи детей. Работу с родителями начала с анкетирования о роли физической культуры в семье. Полученная из анкет информация позволила мне конкретизировать содержание работы с родителями и определить тематику и направленность родительских собраний (“Особенности физического воспитания детей при поступлении в школу”, “Режим дня дошкольника”), консультаций (“Закаливание – первый шаг на пути к здоровью”, “Прогулки – это важно”, “Как сохранить зрение ребенка”, “Формирование осанки и стопы” и другие). В рамках дней открытых дверей проходили показы открытых физкультурных занятий и утренних гимнастик. Сотрудничество педагогов ДОУ и родителей в целях формирования культуры здоровья детей дошкольного возраста, успешно мною осуществляется в организации совместных праздников и развлечений, таких как “Папа, мама, я – спортивная семья”, “Мой папа лучше всех”, “Береги здоровье смолоду”, “Там, на неведомых дорожках”. В процессе подготовки и проведения данных праздников и развлечений устанавливается доверительный деловой контакт между семьей и детским садом. Родители, привлечённые к различным видам оздоровительной деятельности, принимают на себя большую ответственность за развитие, воспитание и жизнь детей, серьезнее относятся к здоровью, как своего ребёнка, так и детей группы, в которой он находится.

 Применение в практике сюжетно-игровых физкультурных занятий, базирующихся на учете возрастных особенностей детей, позволило повысить эффективность процесса развития, оказало положительное влияние на динамику развития двигательных умений и навыков, а также на формирование интереса детей к занятиям физической культурой.