**Г.В. Устюхина**

**«ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ФОРМЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В КОНТЕКСТЕ ФГОС».**

На современном этапе развития общества по-новому ставится задача воспитания здоровых, гармонично развитых людей, обладающих высокой умственной и физической работоспособностью.

Важным фактором, оказывающим разностороннее влияние на укрепление детского организма, является физическая культура. Особенно актуальными задачами являются привитие детям стойкого интереса к занятиям физическими упражнениями, обучение их доступным двигательным умениям.

 В дошкольном учреждении решению поставленных задач способствуют физкультурные занятия, на которых создаются оптимальные условия для разностороннего развития детей.

Основное содержание базового физического воспитания ребенка представлено в учебно-тренировочных занятиях.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ во многом зависит от организации физкультурного занятия. Теории и методике физкультурных занятий посвятили свои труды многие ученые и педагоги: Леви-Гореневская Е.Г., Быкова А.И., Кистяковская М.Ю., Кенеман А.В., Хухлаева Д.В., Осокина Т.И., Вавилова Е.Н., Степаненкова Э.Я., Рунова М.А., Юрко Г.П., Змановский Ю.Ф. и другие.

Занятия традиционного типа строятся на доступных детям видах физических упражнений: построения и перестроения, общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижные игры. Они направлены на разучивание новых физических упражнений или закрепление хорошо знакомых.

Для проведения занятия педагог подбирает физические упражнения, определяет последовательность их выполнения, составляет план-конспект, продумывает методику проведения, готовит оборудование, размещает его, следит за созданием санитарно-гигиенических условий, за одеждой детей. Этим объясняется комплексных характер влияния физкультурного занятия на физическое развитие и физическую подготовленность ребенка.

Физкультурные занятия повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывают мобилизацию защитных сил организма. И, напротив, из-за недостатка физкультурных занятий могут возникнуть изменения в центральной нервной и эндокринной системах. Это выражается в эмоциональной напряженности и неустойчивости к нарушению обмена веществ в организме, а также к уменьшению функциональных возможностей сердечно-сосудистой, дыхательной систем и, следовательно, к снижению работоспособности организма.

Кроме того, физкультурные занятия являются ведущей формой работы по формированию правильных двигательных навыков, создают благоприятные условия для усвоения общих положений и осознания закономерностей при выполнении физических упражнений, содействуют развитию разносторонних двигательных способностей детей, подводят к самостоятельному выполнению сложных двигательных действий, формируют навыки самоорганизации в использовании различных движений и воспитывают интерес и стремление к активным действиям, тем самым обеспечивая базу для увлекательной и содержательной деятельности в повседневной жизни.

Физкультурные занятия влияют на развитие у детей восприятия, мышления, внимания, формирование пространственных и временных представлений, развитие умственных способностей, становления нравственно-волевых качеств.

Цели и задачи физкультурных занятий очень разнообразны, это:

* формирование двигательных умений и навыков;
* развитие физических (двигательных качеств) и оптимальной двигательной активности;
* удовлетворение естественной биологической потребности в движении и тренировке организма с помощью специально подобранных физических упражнений;
* воспитание привычки и потребности систематически заниматься физическими упражнениями.

На физкультурных занятиях комплексно реализуются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи физического воспитания. Они должны быть отражены в планах физкультурно-оздоровительной работы с детьми и планах проведения физкультурных занятий.

Требования к проведению занятий являются следующими:

* занятия должны соответствовать возрасту и уровню физической и психической подготовленности воспитанников;
* занятие должно обеспечивать оптимальную двигательную деятельность детей;
* каждое предыдущее занятие должно быть связано с последующим и входить в единую систему;
* в процессе проведения занятий следует использовать физкультурно-оздоровительное оборудование и музыкальное сопровождение.

Физкультурные занятия проводятся с детьми, начиная с 2-летнего возраста (2 раза в неделю). С 5-ти лет – 3 раза (одно из них на воздухе – за счет часов прогулки). Длительность физкультурных занятий: 2-3 года – 10 – 15 минут; 3-4 года – 15 – 20 минут; 4-5 лет – 20 – 25 минут; 5-6 лет – 25 – 30 минут. Занятие проводится в первой половине дня.

Основным принципом расположения физических упражнений на физкультурном занятии является учет работоспособности человеческого организма.

В практике работы с дошкольниками принята форма занятия, состоящая из 3-х частей:

1. Вводная часть – должна обеспечить организацию детей, активизацию внимания, подготовку организма к выполнению более сложных упражнений (строевые упражнения, ходьба обычная, корригирующая и с заданиями, бег).

2. Основная часть – в ней реализуются главные образовательные задачи, состоит из общеразвивающих упражнений, основных видов движений, и подвижной игры.

3. Заключительная часть – обеспечивает переход от интенсивных движений к спокойным. С помощью подбора специализированных упражнений педагог постепенно снижает нагрузку на организм и приводит работу органов и систем в первоначальное состояние.

Данная структура занятия является традиционной и относится к смешанному типу занятий. Кроме традиционного типа занятий, в последнее время получили распространение следующие типы:

* игровое (занятие построенное на основе разнообразных подвижных игр, игр-эстафет, игр-аттракционов);
* сюжетно-игровые (все части занятия объединены единым сюжетом),
* тренировочное (с использованием тренажеров);
* ритмическая гимнастика;
* занятия с элементами фольклора;
* тематическое (посвящено, как правило, какому-либо одному виду спортивных игр или упражнений (катанию на коньках, лыжах, элементы игры в волейбол, хоккей);
* занятия с использованием элементов нетрадиционных оздоровительных систем (у-шу, хатха-йога и др.).
* комплексное (опирается на синтез различных видов деятельности, решает задачи физического и психического, социально-нравственного и умственного развития;
* контрольно-проверочное (проводится в конце квартала и направленное на количественную и качественную оценку двигательной подготовленности детей и основных движений и физических качеств);
* занятие-поход.

Перечисленные нетрадиционные типы занятий проходят очень эмоционально. Этому способствуют такие принципы их проведения:

* принцип синкретичности – нерасчлененности психических и двигательных функций на ранних этапах развития ребенка. Он направлен на установление в двигательной сфере синкретических связей, с помощью которых ребенок постигает для себя истинное значение физических упражнений, их назначение;
* принцип творческой направленности, результатом которого является самостоятельное создание ребенком новых движений, основанных на использовании его двигательного опыта и наличии мотива, побуждающего к творческой деятельности.

Кроме того, в отличии от занятий, проводимых в традиционной форме, все средства физического воспитания, используемые в нетрадиционном, особенно сюжетном занятии, подчинены определенному сюжету. При этом трехчастная структура занятия, оставаясь без изменений по содержанию, видоизменяется по форме. Вместо четких переходов от одно части к другой, принятых в традиционном занятии, используется много переходов в течение одного занятия, т.е. волнообразная система нагрузки, при которой дети меньше утомляются.

В соответствии с этим содержание физкультурного занятия должно соответствовать ряду федеральных требований:

* обеспечивать единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;
* строиться с учетом принципа интеграции образовательных областей;
* основываться на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.

Таким образом, в ДОУ должны иметь место разные варианты физкультурных занятий. С их помощью решаются основные задачи современного физического воспитания детей.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. Пособие для воспитателей.

М.: «Просвещение», 1986 г. – 128 с.

2. Ефименко Н.Н. Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста. М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1999г. – 256с.

3. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. М.: Издательский центр «Академия», 2001 г.

4. Шебеко В.Н. Вариативные физкультурные занятия в детском саду. М.: Издательство Института Психотерапии, 2003 г. – 100с.

5. Юганова И.В. Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований. Методическое пособие / Под общей редакцией Микляевой Н.В. – М.: УЦ «Перспектива», 2011 г. – 152с.