Физическое воспитание есть огромный, но таинственный космос,

 через постижение которого можно приблизиться к Истине и Счастью.

 **Н. Ефименко**

**Эссе «Здоровые дети – здоровая Россия».**

По моему глубокому убеждению, **счастливый ребенок – это здоровый ребенок**. И моя задача, человека и инструктора по физической культуре, помочь ребенку всецело ощутить это счастье. «Счастье, что оно? Та же птица … Упустишь и не поймаешь! А в клетке ему томиться, трудно ведь, понимаешь?». И, действительно, если маленький дошкольник в своем физическом развитии «проживает» восприятие мира через двигательную деятельность, то нужно сделать эту деятельность интересной и увлекательной, вызывающей у детей настоящую радость и ощущение счастья. Новый «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» нацеливает нас «**на развитие физических качеств, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере»**, воспитание у дошкольников желания совершенствоваться средствами физкультурно-оздоровительной работы.

 Важным моментом положительного эмоционального состояния детей в ходе организованной образовательной деятельности по физическому развитию – это, прежде всего, создание условий для двигательной активности дошколят. Использую прием **фасцинации** (от англ. Fascination, очарование). Просторный, оснащенный как стандартным, так и нетрадиционным ярким красочным оборудованием, **спортивный зал** создает у детей позитивный настрой и проявление интереса, любопытства к предстоящему событию: ООД по физическому развитию, развлечению, празднику. Конечно же, это самое любимое место детей: есть, где разгуляться, выплеснуть свою энергию, посмеяться, побегать, напрыгаться на батуте, придумать новую игру, пообщаться со сверстниками. И в совместной со мной ООД, и в свободной деятельности дети могут выплеснуть свою энергию, испытать мышечную радость движения. Можно очаровать ребенка предметом (мячом - «колобком», обручем - «домиком», скакалкой - «змейкой») при выполнении общеразвивающих упражнений. Стараюсь очаровать детей и собой (спортивная форма, «олимпийский» свисток, подтянутый внешний вид). Создаю положительно - эмоциональную атмосферу в общении, улыбаюсь и радуюсь вместе с детьми. Улыбка и смех напрямую связаны с сердечной мышцей: смеющиеся люди реже болеют сердечными заболеваниями. Полностью согласна с мнением Н. В. Микляевой, что «улыбка, доброжелательность - традиционные составляющие имиджа педагога. Дарить улыбку детям, вселяя в них уверенность – наше профессиональное кредо: «Все в порядке! Делай! Твори!» (журнал Современный детский сад»,№3 2014 г). Стараюсь поддерживать инициативу детей, подбодрить, сравнивать сегодняшний результат ребенка с предыдущим, вселить в них надежду на успех. В свободной деятельности дошколята подходят ко мне, обнимают, говорят комплименты, просят сделать «мостик», «шпагат», «колесо». Я вижу, как сияют их восторженные глаза, слышу их одобрительные возгласы: «Я тоже смогу так!», «Покажите еще, ну, пожалуйста…», «А я буду, как вы!». И мое сердце с радостью, любовью и надеждой раскрывается навстречу детям.

Именно совместная творческая деятельность педагога и детей, протекающая в форме их живого насыщенного эмоционального взаимодействия, «ощущаемость и осмысленность» движения является основанием физического, психического и социального благополучия в жизни ребенка, своеобразной **terra incognita** (неизвестной землей), которую нам с детьми предстояло открыть и освоить как нечто **чудесное и занимательное.** Применение **нетрадиционного оборудования** вносит разнообразие и элемент новизны, обогащает эмоциональный настрой и творческий потенциал дошкольников. Идея нестандартного оборудования по профилактике плоскостопия нашего воронежского автора О. Н. Моргуновой послужила мне стимулом для создания музея «Топотушки», а пуговичная змея и прыжковый коврик «Гусеница», выполненные по ее эскизам, стали первыми «экспонатами» музея, в котором все можно потрогать и со всем поиграть. Сегодня в музее более 20 игровых мини-тренажеров, подсказанных фантазией детей, изготовленных моими руками. Некоторые из них стали моими [«know-how»](http://znaktm.ru/) в профилактике плоскостопия у дошкольников: коврик «Веселая полянка», «Мистер Крабс», «Улитка», «Черепаха**».** В игровой круговой тренировке, переходя по дорожкам-массажерам с различными поверхностями, ребенок массирует фактически все рефлекторные зоны подошвы, снимают напряжение в уплощенном своде стопы ног ребенка, совершенствуют координацию движений и осанку. Изготовление нестандартного оборудования для музея позволило привлечь внимание к теме, способствовало развитию творчества, осмысленной моторики детей в ООД; повышению интереса детей и родителей к проекту «Топотушки». Не случайно у американских ученых термин «метод проектов» носит следующее понятие: «Проект – это всякое действие, идущее от сердца («Wholeheartedly!») и с определенной целью» (по Н.А. Кочкиной).

Исходя из своего опыта работы, могу сказать, что обыденность делает из жизнерадостных, деятельных дошкольников равнодушных, пассивных маленьких роботов. Я убеждена, что выход из этой ситуации можно найти в **технологии креативной гимнастики**, которая решает задачи двигательной активности ребенка в игре, вносит разнообразие в его жизнь и дарит ему радость, «включая» состояние гармонии Души и Тела. Особенность данной системы заключается в применении нетрадиционных форм и методов работы. Видоизменена общепринятая структура ООД по физическому развитию, объединенная единым сказочным или игровым сюжетом, где имеют место все четыре составляющие креативной гимнастики **(психогимнастика, ритмическая гимнастика, круговая игровая тренировка, корригирующая гимнастика).**

**Психогимнастика** помогает детям преодолевать барьеры в общении, снимается психическое напряжение. Дети раскрепощаются, приобретают творческий двигательный опыт. Энергия цвета сенсорного полотна «Морская фантазия» оказывает успокаивающий эффект (голубой, синий, зеленый). Для релаксационной паузы эти цвета подходят идеально, позволяют регулировать эмоциональное состояние детей. Интересным приемом является визуальный опыт, полученный от наблюдения за поднимающейся (вдох), опускающейся вуалью (выдох). А вот и новое наше изобретение – разноцветный парашют «Времена года», позволяющий совершить волшебный полет в царство Старика Годовика, встретиться с братьями месяцами. Фоновая музыка (звуки прибоя, шум волн) усиливает эмоциональное восприятие, творческое воображение детей в игровых подражательных движениях, когда они «умываются», радуются «брызгам», «покачиваются на волнах». Активизирую при этом всю свою и детскую фантазию, выдумку, творчество!

Средствами **ритмопластики**дети получают возможность передать образы стихий: танец огня, воды, воздуха (полет на облаках, на ковре самолете). Игровой танец снимает мышечную закрепощенность, избавляет от нервных перегрузок, решает проблему гиподинамии. Интересно то, что энергия, высвобождаясь, находит свой собственный порядок – порядок ритма. Поэтому я составляю для детей веселые тренажи с элементами логоритмики («Поезд», «Аэробика»), осуществляя взаимосвязь музыки, движения и речи («сто-о-оп», «чух-чух», «ура-а-а», «а-э-ро-би-ка»). В танце-импровизации ребенок испытывает неповторимые ощущения от свободы и легкости движений, от умения владеть своим телом.Придумывание и исполнение танца происходит одновременно. Танцевальные упражнения воздействуют на опорно-двигательный аппарат, укрепляют суставы, развивают эластичность мышц, связок, а также способствуют формированию культуры движений, красивой походки и осанки**.** Как здорово, что каждому ребенку можносамостоятельно проверить свою осанку у коррекционной стенки «Цветочная полянка»!

**Круговая игровая тренировка** – это наиболее занимательный и моторно - двигательный вид ООД по физическому развитию дошколят. Каждый ребенок встает к какому-либо мини-тренажеру или игровому коврику и упражняется на нем до 2-х минут, а затем по моему сигналу дети переходят по кругу к следующему пособию и так далее, пока не замкнется круг. У моих воспитанников появились даже наиболее предпочитаемые**(!)** тренажеры.Выполняя пассивный массаж стопы, дети проявляют творчество и инициативу, придумывают сами способы выполнения упражнений на нестандартных тренажерах, такие как «Юла», «Качели», «Аист», «Самолет».

 **Корригирующая гимнастика по профилактике плоскостопия** нравится детям. И вот уже их ножки становятся «зайцами-барабанщиками», «обезьянками-шалунишками», «маленькими и большими гусеницами», «гибкими змейками», «копальщиками-кротами», «отважными лягушатами» и многими другими персонажами, причем многократное повторение в игре не утомляет детей, а веселит и радует. В этом мне помогают «игры, которые лечат» (по А.С.Галанову) и нетрадиционные тренажеры. Ведь даже ***«здоровье здоровых требует профилактики и коррекции» (****9 заповедь по Н. Н. Ефименко).* Детский сад и семья самые главные союзники и партнеры в вопросах оздоровления и физического развития детей. По моим наблюдениям, о себе дает заявку новое поколение родителей, понимающих значение ЗОЖ, хорошего воспитания и образования, активно участвующих в совместных с детьми проектах, праздниках, досугах, где они в полной мере могут оценить физическую подготовку своего ребенка, умение его общаться со взрослыми и сверстниками. А когда мамы и папы на глазах у детей демонстрируют свои умения бегать, прыгать, участвовать и побеждать в соревнованиях, эмоциям и восторгу детишек нет конца!

 На основе этого мною была сконструирована **концептуальная модель**, которая по новизне, инновационному потенциалу является **комбинаторной:** используется новое конструктивное соединение известных технологий, которые ранее в данном сочетании не использовались **(«тройственный союз» рефлексотерапии, креативной гимнастики, моделирования).** Новая идеология физического развития дошкольников по ФГОС, основанная не на получении знаний и навыков, а **на процессе позитивной социализации, личностного развития каждого ребенка, обогащения двигательного опыта; развития его двигательной инициативы и творческих способностей использована мной в авторской разработке «ИДИ, ТВОРИ, МАЛЫШ»** (**ИДИ = И**нтерес  **+** смысл **Д**вижения **+ И**гравоображения; **ТВОРИ** = **ТВОР**ческая **И**зобретательность). Движение начинает приобретать **характер «чудесного» занимательного события для ребенка, а** образовательный процесс - «**живого», интересного, насыщенного, личностно значимого**. Данное направление авторской разработки считаю сегодня одним из самых перспективных. Ведь тема индивидуализации и личностного развития воспитанников суперактуальна и поднята в ФГОС. Достоверна одна из замечательных фраз, произнесенная А.Г. Асмоловым: **«Какова педагогика дошкольного детства? Это педагогика свободных искусств, а не педагогика дрессуры»**. И я надеюсь, что именно в атмосфере **педагогики** **свободных искусств, взаимопонимания и совместного творчества в ООД «В мире волшебных превращений» (конспект и видео)**, я смогудоказать, что ребенок – это настоящий фантастический мир, уникальный, особый и неповторимый.

 *P.S. Иногда я думаю, не случайно, что название родного сада «Светлячок», в котором я работаю более 17 лет, и мое имя Светлана имеет одну основу – «свет». Я очень счастливый человек, у меня есть семья: муж, сын, дочь и…еще много маленьких дошколят. Я очень люблю их всех, и они отвечают мне тем же. Ведь любовь к детям - неисчерпаемый источник развития чувств, фантазии, инициативы и творческого поиска. Этот процесс все время продолжается: совместно с детьми мы дополняем друг друга, совершенствуемся, пролагаем* ***путь «через движение и игру – к воспитанию Человека будущего»*** *(10 заповедь по Н. Н. Ефименко)****,*** *идем вместе в Здоровое будущее, а это и есть* ***«комплексная педагогика жизни».*** *И я бесконечно рада, что живу в этой дружной, большой инновационной семье педагогов – дошкольников, и, конечно же, «горжусь профессией за то, что детство проживаю многократно».*