**«Развитие двигательной активности детей третьего года жизни посредством создания разнообразной игровой среды»**

*Лисименко Людмила Михайловна,*

*инструктор по физической культуре*

*МАДОУ города Нижневартовска ДС № 40 «Золотая рыбка»*

Формирование здоровья детей, полноценное их развитие – одна из основных проблем в современном обществе. Фундамент здоровья детей закладывается в дошкольном возрасте, именно тогда происходит интенсивный рост, развитие и созревание жизненно важных физиологических систем и структур организма, формирование движений, осанки.

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. И вот в такой, можно сказать, судьбоносный период жизни каждого ребёнка физкультурная и спортивная работа не выстраивается должным образом с воспитанниками возраста раннего развития.

Традиционно непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию ребенка организуется со второй младшей группы. Но в силу сложившейся специфики детского сада, а ситуация была такова, что 90 % принятых воспитанников находились в возрасте от двух до трёх лет, большая часть детей оставалась в стороне от регулярных занятий физкультурой.

Именно исходя из сложившейся ситуации, было принято решение разработать и апробировать программу по развитию двигательной активности детей третьего года посредством создания разнообразной игровой среды.

Важно, что спортивный зал и групповые помещения оборудованы и оснащены не просто необходимым, но и самым современным и разнообразным спортивным инвентарём, включая нетрадиционное спортивное оборудование. Это различного вида и размера канатики, косички, тканевые мячики, бутылочки с песком, султанчики, цветные ведёрки, серсо, дорожки из мягких и жестких поверхностей для профилактики плоскостопия и др.

Значительным моментом является то, что в полной мере включаются родители воспитанников в изготовление нетрадиционного спортивного оборудования, они привлекаются к разработке и участию в физкультурных развлечениях, а это, в свою очередь, ведёт к совместной творческой деятельности родителей и их детей не только в детском саду, но и дома.

Ведь по новому ФГОС родители, наряду с педагогами, являются непосредственными участниками образовательного процесса как в семье, так и в ДОУ.

Хочется ещё раз напомнить, что движение – главное проявление жизни; без него немыслима творческая деятельность. Ограничение движений или их нарушение неблагоприятно сказывается на всех жизненных процессах. Особенно большое количество движений требуется растущему организму. Неподвижность для маленьких детей утомительна, она приводит к замедлению роста, задержке умственного развития и снижению сопротивляемости инфекционным заболеваниям.

Исследования показали, что увеличение объема и интенсивности двигательной активности способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной); физическому и нервно-психическому развитию; развитию моторики.

Психологи предупреждают, что ребенок действует не ради чуждых и не всегда понятных ему интересов взрослого и не потому, что «так надо», а потому, что тем самым он удовлетворяет собственные побуждения, действует в силу внутренней необходимости, которая сформировалась раньше или возникла только сейчас, пусть даже под влиянием взрослого. Одной из таких внутренних необходимостей, по их мнению, является зарожденная в виде инстинкта «радость движения».

Требования современной педагогики побуждают специалистов к поиску новых подходов к организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Насущной необходимостью стало разработать программы с использованием приемов и методов обучения, в которых должен быть учтен весь комплекс соматических, интеллектуальных и физических проблем.

Именно этим требованиям отвечаетпрограмма *«Развитие двигательной активности детей третьего года жизни посредством использования разнообразных физических форм»,* разработанная мной.

*Сроки реализации* программы: 2014–2015 гг.

*Актуальность* выбранной темы состоит в том, что в последние десятилетия отмечается значительное снижение двигательной активности детей, так как увеличивается продолжительность образовательных занятий с преобладанием статических поз, а также возрастающими познавательными интересами: компьютерные игры, просмотр телепередач.

Ещё одним *неблагоприятным фактором* является недооценка и недопонимание взрослыми необходимости двигательной активности детей в режиме дня.

Исходя из вышесказанного*, выявлены* *противоречия*междутребованиями, предъявляемыми общеобразовательными программами к повышению качества образования в интересах развития ребёнка, т. е. использования оздоровительных технологий, изначально разработанных для детей*,* направленных на увеличение высокого уровня физического развития и не разработанностью методического сопровождения инновационных и оздоровительных технологий улучшения здоровья дошкольников.

Поэтому *важным звеном* в поэтапной работе над созданием программы являлся отбор содержания, поиск методик, оздоровительных технологий в образовательном процессе с использованием разнообразных физических форм; прогнозирование ожидаемых результатов.

*Программной целью* является развитие двигательной активности детей раннего возраста посредством использования в совместной деятельности с воспитанниками разнообразных физических форм.

*Поставленные задачи* заключаются в следующем:

*накопление и обогащение двигательного опыта* детьми (овладение основными движениями);

*создание разнообразной физкультурно-игровой среды*, направленной на всестороннее развитие детей;

*повышение степени овладения ребёнком* базовыми умениями и навыками в различных игровых ситуациях и упражнениях;

*развитие физических качеств* (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации) и пространственной ориентировки и др.

*Практическая значимость*работы заключается в разработке мероприятий направленных на развитие двигательной активности детей, посредством использования различных физических форм.

Новизна состоит в комбинировании разных видов и форм оптимизации двигательной активности младших дошкольников и представляет целый комплекс оздоровительно-образовательных и воспитательных мероприятий. Методологической основой являются: исследования по проблеме двигательной активности младших дошкольников (В.А. Шишкина, М.А. Рунова, М.Н. Алиев и др); по проблеме развития физических качеств дошкольников (Е.Н. Вавилова, З.И. Кузнецова, М.Х. Спаева и др.); исследования по проблеме развития двигательной активности детей на основе преобладания циклических упражнений в ДОУ (Е.В. Хрущев, С.Д. Поляков, И.Н. Бочарова, Т.И. Осокина, Ю.Ф. Змановский и др.).

*Условия реализации***:** программа рассчитана на год; данная апробированная технология является гибкой системой, т.е. может быть модифицирована и реализована в группах общеразвивающей или компенсирующей направленности детей младшего дошкольного возраста.

Особое внимание уделяется организации образовательной работы по развитию двигательной активности детей третьего года жизни.

***Организация образовательной работы по развитию двигательной активности детей третьего года жизни***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Работа с детьми** | **Работа с педагогами** | **Работа с родителями** |
| * Утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка) * НОД по физической культуре * Индивидуальная совместная деятельность * Гимнастика после дневного сна * Подвижные игры и упражнения (в помещении и на воздухе) * Самостоятельная двигательная активность * Спортивные праздники и развлечения * Дни здоровья * Музыкально-ритмические упражнения | * Формирование теоретических представлений (консультации, буклеты и др.) * Развитие практических навыков (открытые показы, презентации и др.) | * Анкетирование * Наглядная агитация * Информационные листы * Информация на сайте дошкольного учреждения * Дни открытых дверей * Родительские собрания по темам: «Формирование здорового образа жизни в ДОУ» * Практические занятия по теме: «Вместе с папой, вместе с мамой» * Консультации для родителей по темам: «Секреты физического здоровья», «Двигательная деятельность детей», «Роль семьи в физическом воспитании детей» |

***Рекомендуемая модель двигательной активности воспитанников третьего года жизни***

|  |  |
| --- | --- |
| **Формы организации** | **Ранний возраст (дети 2–3 года)** |
| Совместная деятельность педагога с детьми | 3 раза в неделю (6–10 минут) |
| Зарядка  Утренняя гимнастика | ежедневно  4–5 минут |
| Гимнастика после дневного сна | 4–5 минут |
| Подвижные игры | Не менее 2–4 раз в день (6–10 минут) |
| Спортивные игры  (спортивный зал) | Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю |
| Спортивные упражнения  (тренажерный зал) | Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю |
| Велосипед – 5 минут |
| Лыжи – 10 минут |
| Физкультурные упражнения на прогулке | Ежедневно с подгруппами (6–10 минут) |
| Спортивные развлечения | 1–2 раза в месяц (20 минут) |
| Физкультурный праздник | 2 раза в год (февраль, июнь) |
| День здоровья | Не реже 1 раза в квартал |
| Самостоятельная двигательная деятельность | Ежедневно |
| Индивидуальная работа по развитию моторики | 8–10 минут |
| Музыкально-ритмические движения | 8–10 минут |

Наряду с введением в образовательную деятельность воспитанников раннего возраста обязательной НОД по физической культуре изменяется и традиционная структура занятия: вместо выполнения общеразвивающих упражнений только во вводной части занятия, общеразвивающие упражнения используются в процессе всего занятия.

Модели построения занятий:

**1 вариант.**

*1. Вводная часть.*

* Дорожка препятствий для профилактики плоскостопия и развития равновесия
* Бег
* Игровое упражнение или сюрпризный момент
* Упражнения на восстановление дыхания

*2. Основная часть.*

* Упражнения с мячом
* Дорожка препятствий

*3. Заключительная часть.*

* Игровое упражнение или малоподвижная игра на снижение физических нагрузок

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**2 вариант.**

*1. Вводная часть.*

* Сюрпризный момент
* Игровое упражнение или двигательные задания
* Бег
* Упражнения на восстановление дыхания

*2. Основная часть.*

* Дорожка препятствий
* Упражнения с мячом
* Дорожка препятствий

*3. Заключительная часть.*

* Подвижная игра или игровое упражнение на снижение физических нагрузок
* Дорожка для профилактики плоскостопия

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

1. **вариант** (*используется в конце учебного года)*

*1. Вводная часть.*

* Дорожка препятствий
* Двигательное задание
* Бег
* Упражнения на восстановление дыхания

*2. Основная часть.*

* Общеразвивающие упражнения с предметами
* Дорожка препятствий
* Упражнения с мячом или другим предметом
* Подвижная игра

*3. Заключительная часть.*

* Упражнения на снижение физических нагрузок

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

На каждом занятии используются упражнения с мячом, упражнения из разных исходных положений и упражнения на укрепление крупных групп мышц. На занятиях нет перестроений и построений, используется бег по ориентирам.

Каждое занятие повторяется дважды, но с изменениями (другой сюрпризный момент, другие упражнения с мячом и т.п.).

В начале года в большей степени используются игровые упражнения и бессюжетные игры, ко второй половине года включаются сюжетные игры.

Для подтверждения или опровержения данной педагогической технологии была внесена корректировка в диагностический инструментарий, необходимый для выявления сформированности уровня развития двигательной активности детей раннего дошкольного возраста.

За основу были взяты современные методики Г.Н. Сердюковской; М.А. Руновой; А.А. Потапчук; М.Д. Дидур; О.В. Козыревой.

***Итоговое обследование детей третьего года жизни.***

*1. «Добеги до игрушки».* Тест на определение скоростных качеств.

*Цель:* определить скоростные качества в беге.

*2. «Перепрыгни через ручеёк».*

*Цель:* определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.

*3. «Попади в корзинку».* Бросок набивного мяча.

*Цель*: определить силовые качествав броске.

*4. «Паровозик».*

Цель: оценка функцию равновесия.

*5. «Прокати мяч по дорожке».*

*Цель:* оценка координацию движения.

*6. «Пробеги между игрушками».*

*Цель:* определить уровень сформированности ловкости.

Исходя из результатов оценки двигательной активности дошкольников, стало очевидно, что нужно систематизировать и перестроить работу по физической культуре. Для улучшения показателей проводить работу совместно с персоналом дошкольного учреждения с использованием разнообразных физкультурных форм.

Это позволит улучшить состояние здоровья воспитанников, их физическое развитие; повысит работоспособность и расширит функциональные возможности развивающегося организма; будет способствовать формированию двигательных навыков (ходьба, бег, метание, лазание и т.д.) и двигательных качеств (быстрота, сила, ловкость и выносливость). При этом решаются задачи оздоровления, образования и воспитания.

Таким образом, вышесказанное позволяет убедиться в том, что комбинирование разных видов и форм оптимизации двигательной активности детей раннего возраста в системе работы по формированию двигательной активности детей способствует более быстрому и качественному формированию двигательных умений и навыков, повышению интереса у воспитанников к оздоровительно-образовательным и воспитательным мероприятиям.