

Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными — задача каждого дошкольного учреждения. С этой целью предусмотрены занятия по физической культуре. Их следует строить в соответствии с психологическими особенностями конкретного возраста, доступности и целесообразности упражнений. Комплексы упражнений должны предусматривать физиологически и педагогически необходимую и оправданную нагрузку, удовлетворяющую потребность малыша в движении, и быть увлекательными. Правильная организация физического воспитания является одним из наиболее существенных разделов воспитания ребенка раннего возраста.

Физическое воспитание детей включает следующие задачи:

1. Охрану и укрепление здоровья ребенка, нормальное функционирование всех органов и систем организма;
2. Обеспечение своевременного и полноценного физического развития;
3. Развитие движений;
4. Воспитание культурно-гигиенических навыков.

Значение этих задач обусловлено тем, что, несмотря на быстрый рост и развитие органов и систем, деятельность их еще несовершенна, слабо выражены защитные свойства организма, маленькие дети легко подвергаются неблагоприятным влияниям внешней среды.

Для детей раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, для организации образовательной и оздоровительной деятельности. Для обеспечения двигательной активности в группах НСП «Кнопочка» созданы спортивные уголки, наполненные современным спортивным оборудованием, пособиями и оборудованием (дорожки, массажные коврики, тактильные подушечки) для профилактики плоскостопия, развития правильного физиологического дыхания, мелкой и крупной моторики, что позволяет не

только решать оздоровительные задачи, но и способствует поддержанию интереса детей к занятиям.

В группах организовано групповое пространство, так чтобы дети могли свободно передвигаться по комнате и имели доступ к спортивному инвентарю и игрушкам. В моей деятельности, я использую разные формы организации двигательной активности. Чтобы побудить малышей к разнообразным движениям, организовываю подвижные игры с ходьбой, ритмическими движениями, прыжками и бегом. Таки игры я провожу как в группе, так и во время прогулки. Каждое утро согласно режиму дня я провожу с детьми зарядку, а также в течении дня согласно расписанию игровые образовательные ситуации, которые включают в себя физкультминутки, физические упражнения после сна. В эти игровые ситуации включаются

Основными средствами физического воспитания являются: правильное питание; правильный режим; правильное проведение кормления, сна оздоровительно-закаливающих процедур; создание благоприятных условий для разнообразной деятельности и прежде всего для движений ребенка.

Физическая деятельность нашего детского сада, где ребенок проводит большую часть активного времени, по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей начинается с момента поступления его в детский сад, с раннего возраста.

Одним из основных условий, обеспечивающих оптимизацию физкультурно-оздоровительной работы с детьми раннего возраста, является организация оптимальной модели двигательного режима в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями каждого ребёнка.

В процессе двигательной активности решаются следующие воспитательные задачи:

- потребность в ежедневных физических упражнениях;
- умение рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;

- приобретение грации, пластичности, выразительности движений;
- самостоятельность, творчество, инициативность;

«Большие ноги»

Воспитатель спрашивает ребенка: «Хочешь погулять по дорожке?» – берет его за руку (или сзади под мышки) и выводит в центр группы. «Наши большие ноги идут по дороге, вот так», – говорит педагог, показывая, как делать широкие шаги. Он помогает малышу, приговаривая:

Большие ноги

Шли по дороге:

Топ, топ, топ,

Топ, топ, топ.

Воспитатель продолжает: «А теперь наши ножки стали маленькими-маленькими. Как они умеют бегать?» Вместе с ребенком он бежит в том темпе, который под силу малышу, и продолжает читать стихотворение:

Маленькие ножки

Бежали по дорожке:

Топ, топ, топ, топ, топ,

Топ, топ, топ, топ, топ.

Когда ребенок запомнит порядок действий, их можно объединить, читая стихотворение целиком и меняя темп движений.