

Тема: «Основные формы физического воспитания детей до 3-х лет»

От состояния здоровья детей в настоящее время зависит благополучие общества. Однако в последнее десятилетие во всём мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Экологические проблемы, различные отрицательные бытовые факторы, химические добавки в продуктах питания, некачественная вода, гиподинамия, - лишь некоторые факторы, которые агрессивно воздействуют на здоровье дошкольников. Исходя из практических наблюдений, можно отметить снижение интереса детей к организованной двигательной деятельности: их малоподвижность, нежелание принимать участие в подвижных играх и упражнениях.

На протяжении 2-го года жизни в организме ребёнка происходят значительные изменения как в физическом, так и в нервно-психическом развитии. Ранний возраст – это в буквальном смысле – начало. Ребёнок только входит в мир отношений, он неопытен и очень доверчив. Наша задача - помочь ему сохранить эту доверчивость, полюбить тех, кто неустанно заботится о нём, создать бодрое, жизнерадостное настроение. В этом возрасте решающее значение для правильного, всестороннего развития ребёнка имеет состояние его здоровья. Здоровый ребёнок, если его правильно воспитывают, эмоционален, деятелен.

Опираясь на мнение специалистов в области физического воспитания дошкольников утверждающих, что именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, создаются предпосылки для развития выносливости, скоростно-силовых качеств, происходит совершенствование деятельности основных физиологических систем организма, можно сделать вывод, что необходимо:

Задачи

- 1.Повысить интерес детей к различным видам двигательной деятельности;
- 2.Увеличить объём двигательной активности детей;
- 3.Побуждать детей к самостоятельной двигательной деятельности;
- 4.Поднять эмоциональный настрой детей.

Все перечисленные задачи можно решить на физкультурных занятиях, а также в играх, и самостоятельной двигательной деятельности детей с применением нестандартного оборудования.

Работая над проблемой повышения интереса детей к различным видам двигательной деятельности, мы решили разнообразить самостоятельную двигательную активность детей с помощью нестандартного физкультурного оборудования, сделанного своими руками из различных подручных средств и материалов, так как оно позволяет:

- повысить интерес детей к выполнению основных движений и игр;
- развивать у детей наблюдательность, эстетическое восприятие;
- воображение, зрительную память;
- развивать чувство формы и цвета;

- способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста представляет собой единую систему воспитательно-оздоровительных мероприятий в режиме дня. При проведении режимных процессов соблюдаем принцип последовательности и постепенности. Принцип последовательности заключается в том, что мы прививаем детям навык выполнения тех или иных действий в определённом порядке. Например, перед тем как идти заниматься, необходимо убрать все игрушки.

Принцип постепенности заключается в постепенном привлечении детей малыми группами к выполнению того или иного упражнения. Это объясняется физиологическими особенностями детей. Они не умеют ждать долго, начинают капризничать.

При проведении режимных процессов используем следующие приёмы:

- Создание у детей предварительной установки на данный процесс.
- Осуществление того или иного режимного процесса должно протекать без суеты, не причиняя малышам неприятных ощущений.
- Формирование уверенности в том, что всё получится, он сумеет выполнить действие до конца, если будет стараться.
- Взрослый обязательно должен радоваться успеху малышей и чаще хвалить их за любые новые достижения.

Как утверждал Гиппократ "Стопа - это фундамент, на котором стоит здание - наше тело", и поэтому в нашем детском саду мы внедрили в практику своей работы совершенно нестандартное оборудование для профилактики плоскостопия, дошкольники обязательно должны ходить босиком по разнообразным поверхностям. Выполнение упражнений с пособиями и дидактическим инвентарем повышает интерес к занятиям, улучшает качество их выполнения. Поэтому мы постоянно работаем над обогащением развивающей среды - изготавливаем нестандартное физкультурное оборудование:

- Массажные коврики и дорожки
- Султанчики
- Тренажёры для профилактики плоскостопия
- Снаряды для метания «Бомбочки», «Мешочки»
- Моталочки
- Массаж сосновыми шишками и т.д.