Соловьева Ирина Павловна,

старший воспитатель

г. Нижний Тагил

МАДОУ д/с «Детство» комбинированного вида

- СП д/с № 38,

e-mail: 38@detstvo-nt.ru

**ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА**

**В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

# Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования направлен на решение одних из главных задач:

- охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Правильно организованная среда имеет для ребенка в раннем возрасте колоссальное значение, особенно неблагоприятными факторами являются отсутствие условий для активной деятельности. Ограничение в движениях препятствует физическому развитию малыша, снижает познавательную активность, недостаток адекватной информации приводит к снижению возбудимости и восприимчивости ребенка, и то и другое вместе – к отставанию в развитии.

Физкультурные занятия (СанПин 2.4.1.3049-13) проводим в группе, и в физкультурном зале 3 раза в неделю, с включением игровых персонажей Зайчик, Мишка, Солнышко, Петрушка. Малыши, преодолевая различные препятствия на пути к сказочному герою, игровому персонажу, например к кошке (перешагивают через ручеек, летят на самолете, едут на поезде и т. д., радуются, находя ее с неожиданным сюрпризом, например погремушки или султанчики).

При организации физкультурных занятий сосредоточили внимание на индивидуальных особенностях каждого ребёнка и придерживались следующих принципов:

- Принцип дифференциации и индивидуализации: объединили детей по подгруппам и выявили детей для индивидуальных занятий.

- Принцип микросоциума – на физкультурных занятиях активизируем психические, интеллектуальные возможности ребёнка, формируем в нём определённые отношения к себе и окружающим;

- Принцип оптимальности – не допускаем физических и психических перегрузок, а физические упражнения должны оказывать стимулирующее воздействие на организм ребёнка;

- Принцип вариативности – используем на занятиях не только физические упражнения, но и создаем условия для их выполнения, воздействуя на сенсорные ощущения, речь, мелкую моторику, интеллект;

- Принцип развивающей направленности: развиваем познавательную деятельность, речь, внимание, память, психофизические и координационные способности средствами физической культуры.

Для полноценного физического развития детей, реализации их потребности в движении создаем определенные условия. В группе оборудован уголок двигательной активности, где располагаются физические пособия для развития двигательных умений и навыков, профилактики плоскостопия, для развития коррекции зрения и дыхания. На игровой площадке имеется мишень для попадания в цель, дорожка «Здоровья», «полоса препятствий».

Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов двигательного режима детей. Утренняя гимнастика проводится в игровой форме с предметами (кубиками, погремушками, платочками, с деревянными ложками и т. д.) и без предметов. Она направлена на оздоровление, укрепление, повышение функционального уровня систем организма, развитие физических качеств и способностей детей, закрепление двигательных навыков. Утренняя гимнастика ценна ещё и тем, что у детей вырабатывается привычка каждый день по утрам выполнять различные упражнения. Со временем эта полезная привычка переходит в потребность и сохраняется у человека на всю жизнь.

Бодрящая гимнастика (после дневного сна) проводится с элементами самомассажа, мы обучаем детей разминать пальчики, проводя круговые движения вокруг каждого пальца; интенсивное движение большого пальца вперед-назад, вверх-вниз, по кругу при помощи художественного слова «Сорока - белобока», имитации движений, сравнений «Глазки», «Коза-дереза». Используем специальные для детей раннего возраста дыхательные упражнения: «Мыльные пузыри», «Подуй на кораблик», «Вот какие мы большие», «Понюхаем цветочек», «Дудочка», «Воронка» (создаем воронку: дуем в воду через трубочку).

Большое внимание уделяем профилактике плоскостопия и развитию крупной моторики, используем игровые ситуации «По ровненькой дорожке», «Дорожки здоровья», используем дорожки с различными наполнителями, нетрадиционные пособия - дорожки с разным покрытием (пуговицы, мягкие щётки, палочки и т.д.)

Игры-забавы «Мыльные пузыри», «Вертушки» игры-сюрпризы и игровые упражнения «Прятки», «Зашагали наши ножки топ-топ-топ… », «Закружились карусели еле, еле, еле..», «Мой веселый звонкий мяч», «Догони змейку», и др. способствуют формированию самостоятельной двигательной активности детей. Для поддержания эмоционального настроения детей включаем фольклорные попевки, потешки, пеструшки, прибаутки.

Для обогащения игрового опыта детей используем следующие приемы:

- поддержка инициативы ребенка, поощрение действий вызывает у него желание еще раз повторить какое-нибудь упражнение (пройти по широкой и узкой дорожкам, перешагнуть через ручеек, догнать не только большой, но и маленький мячик, бросить не только мешочек с песком, но и «снежный комочек», а неоднократное повторение движений улучшает качество их выполнения.

- введение игрового персонажа, обогащение игровых сюжетов. Учитывая особенности раннего возраста, малышам трудно точно выполнять движения по слову воспитателя, мы предлагаем игровые ситуации, побуждающие ребенка выполнять различные движения, например куколка Катя катает мяч, а теперь мячик к Саше покатится или кошка играет с мышками, а теперь дети будут мышками. Для сближения детей, для поддержки положительных взаимоотношений используем разнообразные общие игры «Едем в лес», «Паровозик», «Курочка и цыплята», «Петрушка в гостях у ребят» и другие.

В рамках личностно-ориентированного взаимодействия стараемся придерживаться следующих рекомендаций:

- если ребенок с чем-то не справляется, поддерживаем его желание добиться результата;

- не оцениваем ребенка (личность) отрицательно, это больно ранит его самолюбие, упреки подавляют инициативу, порождают неуверенность в себе;

- в случае неудачи подбадриваем ребенка, внушаем уверенность в его силы («Ты уже много умеешь делать. Я уверена, что и этому ты научишься. Смотри, как это делается. Попробуй еще раз»);

- не сравниваем неудачи ребенка с успехами других детей;

- стараемся не вступать в споры с ребенком, а помогать ему справиться с самим собой, когда он упрямиться;

- предоставляем право ребенку самому выбирать, что он будет делать, принимая и понимания точку зрения ребенка.

В группе наблюдаем за детьми, при необходимости оказываем помощь, предусматриваем каждому ребенку место для движений, оберегая это пространство, снимаем напряжение, скованность детей улыбкой, поощрением. Для пробуждения двигательно-игровой активности используем косвенные методы воздействия (игра рядом, деликатное подключение к игре, вопросы, советы, обращение от имени персонажа и т. д.) «Пожалеем зайку».

Стараемся обеспечивать достаточную, соответствующую возрастным особенностям двигательную активность детей в течение всего дня. Свою работу мы начали с организации развивающей предметно – пространственной среды: пополнения игрушек, пособий и оборудования, способствующих двигательной деятельности детей. Разместили все это так, чтобы дети могли свободно пользоваться тележками, колясками, машинами, мячами, «дорожками здоровья», нетрадиционным оборудованием и т. д. Мы обратили внимание, что особую радость у малышей вызывает нетрадиционное оборудование, которое очень красочное и яркое, в изготовлении которого большой вклад внесли наши родители. Его мы используем не только в группе, но и на улице. На практике мы убедились, что игрушки и пособия для игр (флажки, мячики, кубики, ленточки и т. д.) должны быть яркими, красочными, иметь разнообразную форму.

Игровое групповое пространство организовали таким образом, чтобы побуждать детей к игре и ребята имели возможность играть как поодиночке, так и в небольшой группе. Мы изменяем физкультурно-игровую среду в группе, используя совсем незначительное количество простых пособий, но расставляя их по-разному. Мы заметили, что малыши с удовольствием тянутся на носочки, чтобы потрогать шарик или погремушку, играют в прятки с зайкой, или показывают «петушку» как надо ходить по дорожкам. Чтобы научить детей лучше ориентироваться, мы меняем игрушки, постепенно пополняем их новыми, придумывая интересные игровые упражнения, чтобы добиться разнообразия в их использовании.

В течение дня мы стараемся создавать условия для активной двигательной деятельности. Используем много хороводов, игр-забав, которые собраны по образцу народных игр. Малыши очень любят подвижные игры и предлагаем детям разные варианты проведения одной и той же игры. «Петрушка у нас в гостях» (обогащать представление об овощах, вариант игры: в следующий раз Петрушка может принести игрушки или фрукты).

На прогулке организуем подвижные игры и физические упражнения («Догони меня», «Желтые листочки», «Поезд») направленные на ориентировку детей в пространстве, развитие физических качеств детей. Используем развивающие образовательные ситуации «Помоги зайчику», «Пройди через ручеек», «Собери красивый букет».

Особо следует помнить, что дети до 3 лет обычно отличаются повышенной возбудимостью и неустойчивостью эмоциональных состояний: они очень подвижны, но быстро устают от однообразных движений, не могут долго без перерыва ходить или бегать. Поэтому чрезмерно активных детей сдерживаем, не разрешаем им висеть на руках, прыгать с большой высоты, умело переключая их на спокойные игры, и наоборот подбираем игры, стремясь активизировать вялых, апатичных и малоподвижных детей.

Литература:

1. Анферова В.И. Физкультурные сюжетные занятия с детьми 3-4 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2012.

2. Галанов А.С. Психическое и физическое развитие ребенка от 1 года до 3 лет. – М.: Аркти, 2006.

3. Ермакова И.А. Игры с мячом для самых маленьких. – СПБ, Литера, 2009.

4. Милехина Н.А., Колмыкова М.Н. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ. – М.: Издательство Детство – Пресс, 2012.

5. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. – М.: Мозаика – Синтез, 2010.

6. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования – Е.: Ажур, 2014 год