**Физкультурно-оздоровительная работа**

**с детьми дошкольного возраста.**

Полноценное физическое развитие дошкольника - это, прежде всего правильное и своевременное формирование двигательных умений и навыков, развитие интереса к различным доступных ребенку, видам движений.

Основной задачей обучения является формирование у детей умения действовать совместно, подражая воспитателю и в соответствии с его указаниями. Большое внимание уделяю развитию у детей самостоятельности. Для этого привлекаю их к размещению необходимого оборудования. Прошу одного или двух детей отобрать в корзину кубики или мячи, затем отмечаю места для этих предметов и прошу поставить на эти места. Также учу детей переносить пособия рациональным способом.

Маленький ребенок делает в жизни огромное количество движений, которые способствуют развитию его моторики. Я побуждаю детей делать самим все, что им посильно, но в тожевремя приучаю к правильным движениям в быту, играх, на занятиях. Создаю все условия для этого. Мебель, оборудование, игрушки располагаю так, чтобы дети могли самостоятельно пользоваться ими. Стараюсь чтобы в группе имелись: гимнастическая скамейка, мячи, машины, воротца, скат и др.

Чтобы постоянно поддерживать интерес к двигательной деятельности, периодически обновляю пособия, меняю игрушки.

Когда дети играют, стараюсь, чтобы они не занимались однообразной деятельностью, меняю детям позы.

Дети данного возраста, любят выполнять поручения взрослых. Прошу детей выполнять поручения бытового характера. Даю задания направленные на упражнение ребенка в определенном виде движений, использую при этом игровую форму.

Все физические упражнения разучиваю на физкультурных занятиях, занятия провожу в игровой форме. Упражнения показываю сама, дети мне подражают.

Во вводной части использую поощрительные, подбадривающие указания, стремлюсь вызвать интерес к движению.

Общеразвивающие упражнения: Эти упражнения учу выполнять с предметами. (Флажки, кубики, платочки, шишки.) Предметы даю яркие, красивые, но уже знакомые.

При выполнении основных видов упражнений, использую различные приемы, имитация, личный пример, зрительные ориентиры.

При выполнении бега некоторые дети не сразу научились сохранять равновесие, наталкивались на предметы. Для обучения бегу, использую игры: "Пробеги по дорожке", "Догони меня ", "Догони мяч".

Много работаю с детьми по обучению разнообразным действиям с мячом.

Сначала учу брать мяч, держать, переносить. При обучении в основном использую фронтальный способ.

При обучении бросанию, использую игру "Перебрось мяч через веревку", "Попади в корзину".

Учу детей прыгать. В этом возрасте умение прыгать, выражено очень слабо.

Сначала даю очень простые упражнения, упражнения имитационного характера (как мячики, как зайчики.) Учу прыгать всех вместе.

При обучении ползанию, лазанью использую игры" доползи до погремушки", "подлезь под дугу" и др. Упражнения в ползании сочетаю с движениями на выпрямление туловища.

Все виды движений разучиваю на занятиях, а закрепляю во время про ведения прогулок, утренней гимнастики, подвижных игр. Подвижные игры включаю в каждое занятие. Во время проведения игр, упражняю детей в беге, подпрыгивании, перешагивании, ползании.

Играя, дети овладели новыми, более сложными, видами движений, стали более ловкими, смелыми. С помощью подвижной игры, стараюсь достичь большей двигательной активности, повышаю эмоциональный настрой. Игры включаю в вводную и заключительную части занятия.

Чтобы у детей было достаточно движений на протяжении всего дня, провожу физические упражнения и подвижные игры во время прогулок. Длительность устанавливаю в зависимости от того, есть ли физкультурное занятие или нет. Слежу, чтобы в течении дня каждый ребенок принял участие в подвижной игре.

Большое внимание уделяю игровым заданиям: догони мяч, принеси флажок, позвени в колокольчик.

В своей работе использую логоритмические игры и упражнения.

