Опыт работы по теме: «Создание условий для двигательной активности детей раннего возраста».

Тема: «Создание условий для двигательной активности детей раннего возраста».

Формирование здорового образа жизни начинается уже в детском саду. Вся жизнедеятельность ребенка в дошкольном учреждении направлена на сохранение и укрепление здоровья.

Двигательная активность детей раннего возраста является фундаментом полноценного формирования личности ребенка и сохранения его физического и психического здоровья.

Цель работы: «Формирование, сохранение и укрепление физического здоровья  **детей**».

Для реализации цели по двигательной активности детей раннего возраста определила для себя основные задачи:

- создать условия побуждающие детей к двигательной активности;

 - научить детей правильно двигаться;

- заложить основы физической культуры.

Создание единого пространства физического воспитания детей начали с обогащения предметно-развивающей среды группы. Центр двигательной активности пополнили разными мячами, обручами, разноцветными кеглями, красочными лентами, шнурами, флажками, мягкими модулями, набивными мешочками для бросания, кольцебросом, воротцами, игрушками – качалками, погремушками для выполнения детьми упражнений, разноцветными ковриками. Так же разнообразили нетрадиционное оборудование: султанчики, платочки, дорожки для профилактики плоскостопия. Для проведения с детьми подвижных игр оформили красочные шапочки, маски, медальончики с изображением домашних и диких животных. Разнообразие пособий вызывает у**детей интерес к движениям,** все пособия находятся в открытых емкостях, чтобы дети могли свободно ими пользоваться.

Разработали картотеки пальчиковых и подвижных игр, утренней и бодрящей гимнастики, динамических пауз и физкультурных минуток.

С детьми раннего возраста использую разные виды двигательной активности.

Важной частью режима является утренняя гимнастика. Посредством утренней гимнастики я стараюсь решать совершенно особенные задачи, а именно: «разбудить» организм ребенка, настроить его на действенный лад. Стремлюсь создать бодрое, радостное настроение малышам. Включаю в гимнастику ходьбу, бег. При проведении ходьбы с высоким подниманием ног использую имитацию («лошадки», «петушок», «цапли»). Упражнения в основной части утренней гимнастики сочетаю с различными пособиями, чтобы детям было интересно. Например: упражнения с цветными лентами, шарами, флажками, с кубиками, с султанчиками, шишками и другие. Интересна для детей утренняя гимнастика в музыкальном сопровождении.

Основной формой организованной двигательной активности являются физкультурные занятия. За основу я беру сюжет. Дети с удовольствием подражают знакомым героям, помогают им, демонстрируют свои способности. Например, показываем, как цыплята клюют зернышки, как птички пьют воду, как важно ходит петушок и многое другое. С помощью игровых упражнений не только создаю условия для обучения детей движениям, но и повышаю их заинтересованность в целенаправленном действии, стимулирую их двигательную активность. Одной из особенностей этого возраста является своеобразная эмоциональная направленность малышей. Поэтому стараюсь вызвать эмоциональный отклик на двигательное задание: радуемся, как мяч прыгает, быстро катится, как «танцует» султанчик в руках, учимся переступать верёвочки, прыгать, запрыгивать, весело «кататься на карусели». Дети любят упражнения с обручами, катать обруч, прыгать в него, игру с мячами.

Подвижные игры являются важным средством развития движений. Я использую подвижные игры, как в совместной деятельности с детьми, так и в непосредственно образовательной деятельности. Детям очень нравиться играть в подвижные игры «Найди свой домик» - для этой игры мы используем коврики –домики, они у нас многофункциональные( цвет, форму повторим),«Убежать от дождика», «Кошка и мыши», «Воробышки и автомобиль», «По ровненькой дорожке». А также хороводные игры («Карусель», «Пузырь» и др.). Подвижные игры всегда вызывают много радости, смеха, положительно влияют на физическое развитие детей.

Снять утомление детей, повысить умственную работоспособность помогает физкультминутка. Провожу физкультминутки в форме подвижной игры под текст стихотворения.

В своей работе я активно использую пальчиковые игры. Проводятся индивидуально, либо со всей группой детей ежедневно. Проводится в любой удобный отрезок времени, не только во время занятий. Гимнастика сопровождается текстом. Развитие мелкой моторики рук позволяет улучшить мышечную гибкость, двигательную координацию, преодолеть зажатость и скованность.

Одной из форм работы с малышами является работа над музыкально - ритмическими движениями - это наиболее эффективный способ активизации всех малышей. Я всегда показываю, играю и танцую вместе с детьми. Покружимся с куклами, постучим кулачками, как молоточками, потанцуем с погремушками. Движения под веселую, живую музыку радует малышей, что само по себе очень важно.

Бодрящую гимнастику провожу ежедневно после дневного сна. В комплекс бодрящей гимнастики я включаю упражнения на пробуждение («Солнышко просыпается», «Потягушки», «Велосипед» и др.), использую тактильные дорожки, дыхательную гимнастику, массаж рук и ног. Сопровождаю ходьбу по коврикам стихами, потешками, использую музыкальное сопровождение.

Ежедневно провожу индивидуальную работу по развитию движений, в утренние и вечерние часы, а также во время прогулок: ходьба, бег, прыжки, перешагивание, перелезании (через бревно), ловле, бросании (мяча). Я продумываю игровые ситуации, побуждающие детей к движениям: «Беги к Мишке», «Принеси книжку», «Поиграй мячом с куклой», «Пройди по мостику до автомобиля», «Подползи под воротца с лисичкой».

Тщательно планирую каждую прогулку. Двигательная деятельность детей на прогулке всегда очень разнообразна. Детям нравится перебегать с места на место, вбегать на пригорок и сбегать с него, ходить по брёвнышкам, лазать по лесенкам, качаться на качелях. Такую деятельность я постоянно поощряю, поскольку она способствует развитию двигательной активности малышей. Ввожу в ход наблюдения простые движения предлагаю детям показать, как воробушки. *(синички)* машут крыльями, как важно переступает ворона, как ветер качает деревья, как плавно кружится снежок (предлагаю детям повернуться вокруг себя, показать пальчиком на ладошке как идёт дождик и др. Уделяю внимание ориентировке в пространстве через упражнения «Бегите ко мне», «Добегите до дерева», «Проскакать по дорожке до лягушки». На  участке имеются необходимые **условия и оборудование для развития двигательной активности детей**: скамейки, лестницы для лазания, бревно для упражнения в равновесии, мостик, дорожки для ходьбы, колёса для подлезания, инвентарь для упражнений в прыжках, метании. Выносной материал подобран в соответствии с временем года и с намеченным планом работы (песочные наборы, мячи, машины, рули, лопатки, грабли, различные игрушки, каталки, велосипеды и др.). **Организую** простейшую трудовую **деятельность** собрать листья для букета, собрать шишки, игрушки и т.д.

Наряду с организованными формами двигательной деятельности я уделяю большое внимание самостоятельной двигательной деятельности детей в различные режимные моменты. В группе для детей подобраны игрушки, побуждающие детей к различным движениям: каталки (вертолеты, бабочки, уточки), качалки (лошадка, ослик), коляски, мячи и шары, маленькие и большие автомобили. Чтобы движения стали полноценным компонентом игровой деятельности, я показываю детям разные действия с игрушками и пособиями, приучаю использовать физкультурное оборудование в играх «Пройди под мостиком», «Вот какая дорожка!», «Достань меня», предлагаю несложные сюжеты для игр, которые предполагают применение основных видов движений. Я стараюсь не ограничивать самостоятельную деятельность детей, не лишаю их радостей преодоления посильных для них трудностей.

При создании условий для самостоятельной двигательной деятельности использую полосы препятствий. Например, дети идут по ребристой доске, затем перешагивают через предметы разной высоты, подползают под дугу и т. д. Дети выполняют движения самостоятельно, мы следим за ними, подбадриваем словом.

Любое направление нашей работы не будет успешным без помощи и поддержки родителей. Мы постарались вызвать у них интерес к воспитанию и укреплению здоровья своих детей. Двигательный опыт у детей ещё невелик, поэтому я считаю, и убеждаю в этом родителей, что двигательная активность должна проходить под наблюдением взрослого, при непосредственном его участии.

Работу по взаимодействию с семьёй провожу в двух направлениях: информационном и практическом. С этой целью провожу индивидуальные беседы, консультации. В качестве наглядной информации составила следующие консультации: «Здоровье в движении», Памятку: «Делайте зарядку вместе с ребёнком». Провели родительскую встречу, обучая родителей методике повышения двигательной активности детей в домашних условиях. В будущем планирую продолжить работу по обеспечению двигательной активности детей через физкультурные досуги, праздники и с активным участием родителей.