**Тема работы:**

**Инновационные технологии физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ**

**Аннотация:** В статье рассматриваются меры по охране и укреплению здоровья детей дошкольного возраста, а также основные направления инновационной деятельности в сфере физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях.

**Ключевые слова:** инновационные технологии, физкультурно-оздоровительная работа.

Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он **работает**, действует, бегает, кричит, пусть он находится в постоянном движении!

Жан-Жак Руссо

Кардинальные изменения, произошедшие в жизни страны в последнее десятилетие, потребовали серьезных реформ в деятельности образовательных учреждений, в том числе для детей дошкольного возраста. Именно в период дошкольного детства происходят важные процессы становления личности ребенка, формирование его способностей, стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом, навыков здорового образа жизни и на этой основе - создание прочного фундамента здоровья. Согласно ФГОС ДО в процессе образовательной деятельности в дошкольном учреждении необходимо плавно сочетать индивидуальный и дифференцированный подход к каждому ребенку.

На сегодняшний день в центре внимания - ребенок, его личность, неповторимый внутренний мир. Поэтому основная цель современного педагога – выбрать методы и формы организации воспитательно-образовательного процесса, которые оптимально соответствуют поставленной цели развития личности.

И уже сегодня показатели здоровья детей требует принятия эффективных мер по улучшению их здоровья. Дошкольный возраст является важнейшим периодом формирования здоровья и психофизического развития ребенка.

Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются те двигательные качества, навыки и умения ребенка, который служит основой его нормального физического и психологического развития.

Так же дошкольный возраст является благоприятным периодом для **выработки** правильных привычек и формирования здорового образа жизни, которые в сочетании с обучением дошкольников приемам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Первое, с чем мы сталкиваемся - это слабое физическое развитие детей при поступлении в детский сад. Общая картина такова: дети испытывают *(гиподинамию)* "двигательный дефицит", задерживается возрастное развитие быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Дети имеют излишний вес, нарушения осанки, вследствие чего визуально у них наблюдается неуклюжесть, мешковатость, жестикуляция и мимика вялая, при ходьбе волочат за собой ноги, чувствуется скованность, неуверенность, голова опущена, нет гордости в осанки. Поэтому многие дети нуждаются в особых **технологиях** физического развития, в которых должен быть учтен весь комплекс соматических, физических и интеллектуальных проблем. Эти **технологии** должны в первую очередь способствовать коррекции не только психомоторного, но и речевого, эмоционального и общего психического развития.

**По мнению А. В. Ахаева здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании — технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования — задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья детей Одним из путей решения этой проблемы в ДОУ является целенаправленное использование в процессе физического воспитания дошкольников известных физкультурно-оздоровительных методик и инновационных технологий, адаптированных к возрастным особенностям детей.**

Решением этой проблемы явилось использование технологии лечебно-профилактического танца Ж. Е. Фирилёвой «Фитнес-данс». Наряду с этой программой используется авторская оздоровительно-развивающая технология Ж. Е. Фирилевой «СА-ФИ-ДАНСЕ» по танцевально-игровой гимнастике. Данная технология направлена на совершенствование двигательно-эмоциональной сферы детей взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. [Программа воспитания и обучения в детском саду. М., Просвещение, 1985, 1987). Основной целью технологии является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики. Обучение по этой программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень знаний. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Работа по формированию представления и навыков здорового образа жизни реализуется через все виды деятельности детей и детском саду. С учетом этого была разработана модель *организации физкультурно-оздоровительной работы* в детском саду.

Так, эффективным методом коррекции психического состояния детей дошкольного возраста является арттерапия, т. е. терапия с использованием средств изобразительного искусства, музыки и танца, физических упражнений. Целенаправленная используемая музыка при двигательной деятельности может способствовать настройке организма ребенка на определенный темп работы, повысить работоспособность, отдалить наступление утомления, ускорить протекание восстановительных процессов, снимать нервное напряжение. [1, с. 8].

Соединив положительные качества традиционной программы и внедрение технологий Ж. Е. Фирилёвой «СА-фи-дансе» и «Фитнес-данс» понимаешь, что само физическое воспитание и создание положительного эмоционального настроя в процессе двигательной деятельности — это 99 % успеха в освоении предлагаемых заданий и 100 % успеха в решении задачи по формированию желания выполнять физические упражнения ежедневно. Все это позволяет сказать, что эта система повышает интерес к физической культуре и спорту за счет введения увлекательных форм работы во всех частях занятий, таких как:

* *Танцевально-ритмическая гимнастика.*

Представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность.

* *Игроритмика.*

Является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

* *Игрогимнастика.*

Служит основой для усвоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков. В раздел входят строевые, общеразвивающие упражнения, акробатические, направленные на расслабление мышц, дыхательные и укрепление осанки.

* *Игротанец.*

Направлен на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют воспитательное значение и доставляют эстетическую радость детям. В этот раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, танцевальные формы (историко-бытовой, народный, современные ритмические танцы).

*Нетрадиционные виды упражнений:*

* *Игровой самомассаж.*

Является основой для закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитие навыков собственного оздоровления.

* *Пальчиковая гимнастика.*

Этот раздел служит для развития ручной умелости мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивает фантазию.

* *Музыкально-подвижные игры.*

Содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой гимнастике.

* *Креативная гимнастика.*

Предусматривает целенаправленную работу по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этой форме работы создаются благоприятные возможности для развития способности детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности. В нее входят музыкально-творческие игры, специальные задания.

* *Игропластика.*

Основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древнегимнастических движений и упражнения стретчинга, хатха-йоги, выполняемые в сюжетной игровой форме без музыки. Кроме радостного настроения и мышечной нагрузки эти упражнения дают ребенку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая свои эмоции, открытость и внутреннюю свободу. Положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

Такие занятия отличаются от классических высоким эмоциональным фоном, способствующим развитию мышления, воображения, эмоционально-двигательной сферы и творческих способностей детей.На занятиях воспитывается чувство коллективизма, интенсивно формируется двигательное воображение — основа творческой, осмысленной моторики. С этой целью предлагается детям специальные игровые задания, выполняя которые ребенок преодолевает стереотип движения с данным предметом. Для этого дети придумывают новые способы применения предметов физкультурного инвентаря. Например, если этим предметом является мяч, то они придумывают новые способы применения его, пытаются рисовать им невидимые контуры, раскручивать его на полу, словно волчок, или пронести его на голове вместо шляпы.

Другую группу аналогичных заданий составляет придумывание названий выполняемых движений («корова», «улитка», «силачи»). В игре ребенок экспериментирует с воображаемыми позициями, формируется способность к творческому освоению и гибкому применению двигательных образцов, умение входить в образ, эмоционально переживать целостное движение. Чтобы поднять настроение, используется упражнение, которое называется «Салют». Дети принимают свободную позу, закрывают глаза и вспоминают, как впервые с радостным чувством нетерпеливо ожидали прекрасное зрелище — праздничный салют. Произносится: «Огонь». После чего дети вскидывают руки вверх, подпрыгивая, кричат: «Ура», вкладывая в этот крик радость и ликование. Физкультурные занятия, утренняя гимнастика проводятся через разнообразные формы: на танцевальном и литературном материале, круговой тренировке, в форме подвижных игр и оздоровительного бега, что позволяет более эффективно реализовать двигательную активность дошкольников, повысить уровень их физического и эмоционального развития. Веселые сказочные персонажи, красочные атрибуты (флажки, шары, ленты, обручи), необычные игры — забавы, аттракционы, тщательно подобранное музыкальное сопровождение способствуют созданию у детей психологического комфорта, желанию заниматься физическими упражнениями.

**Внедряя в работу комплексное сочетание программ и технологий в системе занятий физической культурой, мы пришли к выводу, что**

1. У детей повышается интерес к таким занятиям.

2. Увеличивается уровень их физической подготовленности, развитие физических качеств: мышечной силы, ловкости, выносливости, гибкости;

3.Развиваются психические качества: внимание, память, воображение, умственные способности.

4.Происходит воспитание нравственных качеств, коммуникабельности.

5.Укрепление костно-мышечной системы, повышение функциональной деятельности органов и систем организма.

6.Создание условий для положительного психоэмоционального состояния детей, а значит, благоприятно сказывается на здоровье каждого ребенка.