**«Инновационная программа «От рождения до школы»**

**«Двигательная активность, оздоровительные мероприятия детей»**

В соответствии с ФГОС ДО, принятым в Российской Федерации, содержание общей образовательной программы дошкольной образовательной организации должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности. Обеспечение охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста всегда является приоритетным направлением в работе дошкольных учреждений. Важность этого направления обусловлена тем, что до сих пор ещё не преодолены неблагоприятные тенденции к снижению уровня здоровья среди детей. На сегодняшний день технологии физкультурно-оздоровительных мероприятий предполагают применение как традиционных, так и не традиционных средств, методов, форм занятий по физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста с целью формирования у них жизненно значимых дви- гательных навыков, повышению двигательной активности, способствующих разнообразию и пополнению образовательного процесса качественно новым содержанием. Для этого нужны новые подходы к учебно-воспитательному процессу, позволяющие грамотно построить процесс обучения, учитывая потребность растущего организма в двигательной активности.

**Основными направлениями инновационной деятельности в области физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении являются:**

**1. «Час» двигательного творчества,** который организуется в физкультурном зале. Дети имеют возможность сами выбрать вид двигательной деятельности, спортивный инвентарь, партнера и т.д., другими словами, дети могут почувствовать себя хозяевами в спортивном зале, освоить его пространство**.** Отсутствие внешней регламентации позволяет им оценивать собственные действия как успешные или неуспешные. Самостоятельное перемещение в зале способствует снятию зажатости, нерешительности, скованности, развивает уверенность в своих силах, в своей безопасности и причастности к общему делу. Для часа двигательного творчества используются разнообразные виды движения: от хорошо знакомых детям подвижных игр до совместной с взрослым или сверстниками деятельности в организованном физическом пространстве. Час двигательного творчества проводится во второй половине дня в спортивном зале под непосредственным контролем и при активном участии воспитателя. Поощряется также участие родителей**.** Все это стимулирует активность детей («мы сами»), они начинают интересоваться умениями товарищей, помогают друг другу, обмениваются опытом, учатся действовать совместно, уверенно ориентируются в спортивном зале.

**2. «Ритмическая гимнастика»** способствует развитию у детей устойчивого внимания. Учит детей организованности, ориентировки в пространстве. Она придает естественную уверенность и непринужденность. Эти занятия должны проводиться систематически. Также на занятиях ритмикой для развития координационных способностей, развития пространственных и временных параметров движений, для вырабатывания чувства ритма используются приемы кинезиологии. Эти упражнения нормализуют гипертонус (чрезмерное напряжение) и гипотонус (мышечная вялость), улучшают ритмику организма, способствуя снятию напряжения, восстанавливает здоровый сон.

**3. «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, мышления, свободного самовыражения и закрепощенности.

**4. «Упражнения игрового стретчинга»** охватывает все группы мышц, носят понятные детям названия (животных или имитационных действий) и выполнение по ходу сюжетно – ролевой игры, основанной на сказочном сценарии.

**5. «Фитбол — гимнастика»** используется в оздоровительных целях. В настоящее время мячи различной упругости, размеров, веса применяются в спорте. Фитбол развивает мелкую моторику ребенка, что на прямую связано с развитием интеллекта. Занятие на фитболах прекрасно развивает чувство равновесия, укрепляются мышцы спины и брюшного пресса, создают хороший мышечный корсет.

 **6. «Черлидинг»** – зажигательные спортивные танцы с помпонами, сочетающие элементы акрабатики, гимнастики, хореографии и танцевального шоу. Черлидинг развивает творческие и двигательные способности и навыки дошкольников, позволяет увеличить объем двигательной активности в режиме дня, формирует навыки общения в коллективной деятельности.

**7. «Геокешинг»** – одновременно и очень древняя, и совсем новая игра. С давних пор тема поиска клада окружена атмосферой притягательной таинственности. В нее можно играть в детском саду, поскольку каждый ребенок мечтает найти клад. Воспитанники, конечно, навигатором не пользуются, ищут место по его описанию, фотографии, рисунку, плану, схеме, карте.

**8. 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. Можно использовать нестандартное оборудование. *(массажные мячики, грецкие орехи, шишки и т. п.)*

**9.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. В пальчиковой гимнастике можно использовать и нестандартное оборудование *(массажные пружинки, карандаши, грецкие орехи, шишки)*.

**10.«Физкультурная сказка»** – новый тип занятия по физической культуре, в основу которого положен спектакль, целостное игровое действо с хорошо продуманным методическим и литературным сюжетом. Здесь есть увертюра, развитие сюжета, его кульминация и послесловие, мораль. Это – «театр физического воспитания». Такие физкультурные сказки разрабатываются на основе больших тематических игр. Именно в этой форме наиболее полно может быть учтен принцип сопряженного психофизического развития.

**11. Детская степ-аэробика.**

Особенностью степ – аэробики является использование специальной степ – **платформы**. **Платформа** позволяет выполнять различные шаги (*«степ»* в переводе с английского *«шаг»*, напрыгивание на нее, спрыгивание, ее можно использовать для выполнения упражнений для брюшного пресса, спины и т. д. Это нестандартное оборудование способствует **формированию осанки**, костно–мышечного корсета; развитию координации движений; укреплению сердечно – сосудистой и развитию дыхательной системы, умению ритмически согласованно выполнять простые движения.

С уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая инновационная технология по физкультурно-оздоровительной работе не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй. Необходимо повышать психолого-педагогическую компетентность родителей, в том числе в вопросах укрепления здоровья детей, включать их в процесс активного взаимодействия с образовательным учреждением. Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью группы, с Конвенцией о правах ребенка, с возрастными физиологическими особенностями детей, проводятся индивидуальные консультации, спортивные праздники совместно с родителями. Проводимая физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении. Применение в работе инновационных технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, а у ребёнка – стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Система здоровьесберегающих **физкультурно-оздоровительных мероприятий и инновационных форм** двигательной активности позволят разнообразить педагогическую деятельность и добиться лучших результатов в освоении основных видов движений. Без увеличения нагрузки детям может быть предложена насыщенная разнообразными возможностями двигательная деятельность, что позволит реализовать главную их потребность — потребность в движении.

Таким образом, инновационные технологии по физкультурно-оздоровительной работе в дошкольном образовательном учреждении можно рассматривать как одну из самых перспективных систем 21-го века и как совокупность метод приемов организации обучения дошкольников, без ущерба для их здоровья.