**Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ.**

Анализ заболеваемости, показатели здоровья детей требует принятия эффективных мер по улучшению их здоровья. Одна из важнейших задач физкультурно-оздоровительной работы в детском саду – использование в процессе физического развития детей инновационных технологий: оздоровительно- игрового «часа», «часа» двигательного творчества, динамического часа.

При использовании **оздоровительно-игрового «часа»** с детьми от 1,5 до 3 лет, учитывались: продолжительность и интенсивность двигательной активности, обогащение содержания и увеличение количества основных движений, ярко выраженная тенденция к повышению двигательной активности в весенне-летний период и её снижению в осенне-зимний период.

Основным приемом организации такого «час» для малышей является «игровой момент». Оздоровительно-игровой «час» для малышей организуется воспитателем после дневного сна. Его длительность составляет для 8-10 мин. Ведущая роль в данной форме работы с детьми принадлежит воспитателю. Организация оздоровительно-игрового часа предусматривает творческий подход: воспитатель может заменить игру, использовать музыкальное сопровождение, ввести дополнительные игровые персонажи, использовать художественное слово и др. Но при этом необходимым условием остается учет оптимальной физической нагрузки и эмоциональное состояние малышей.

Также в физкультурно-оздоровительной работе с малышами мы используем мягкие модули: сухой бассейн, тоннель, бревна, лесенка-горка. Они позволяют повысить двигательную активность ребенка, улучшают обменные процессы, способствуют улучшению сердечной деятельности и работы легких. В результате интенсифицируется вентиляция легких, что благоприятно сказывается на оздоровлении детского организма в целом.

Примерный план оздоровительно-игрового часа на неделю

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Вид деятельности | Основные движения | Время, мин. | Пособия |
| 1-я неделя | Ходьба по дорожке с перешагиванием через предметы, бег по кругу  Игра «Птички и кошка».  П/и «Поймай пушинку».  Игровое упр. «Петушок» | Равновесие  Бег  Подпрыгивание | 2  4  2  2 | Цветные палочки, кубики.  Атрибуты: кошка, птички, петушок. |

Другой формой физического развития детей от 3 до 7 лет стал **«час» двигательного творчества**, когда они не 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 пространства. Отсутствие внешней регламентации позволяет им оценивать собственные действия ка 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 со взрослым или сверстниками деятельности в сложноорганизованном физическом пространстве. Час двигательного творчества проводиться во второй половине дня в спортивном зале под непосредственным контролем и при активном участии воспитателя. 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. Поощряется также участие родителей.

В образовательный процесс был введен динамический «час», который организуется инструктором по физической культуре на дневной прогулке в соответствии с перспективным планом. Можно производить замену одной или нескольких структурных единиц с обязательным сохранением двигательной нагрузки и учетом интересов детей и природно-климатических условий в день его проведения. В наиболее холодные зимние месяцы динамический час организуется в центре двигательной активности – спортивном зале при соблюдении температурного режима, в облегченной одежде. Его длительность составляет 18-20 мин в группах младшего и среднего возраста, 25-30 мин в группах старшего дошкольного возраста. Содержание определяется в соответствии с возрастом детей. При организации динамического часа упор был сделан на основной вид детской деятельности – игру.

**Структура динамического часа.**

1. **Оздоровительная разминка** подготавливает организм к физической нагрузке. В игровой форме используются различные виды ходьбы, бега, прыжков, имитационные движения, упражнения для профилактики плоскостопия и осанки.
2. **Оздоровительно-развивающая-**тренировка определенного вида физических умений и навыков, развитие физических качеств, формирование умения играть вместе в подвижные игры.

***Список литературы:***

1. *Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. – М.: ТЦ СФЕРА, 2008.*
2. *Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.*
3. *Шишкина В.А., МащенкоМ.В. Какая физкультура нужна дошкольнику. – М.: Просвещение, 2005.*