**ОБОРУДОВАНИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ НЕОБХОДИМЫМ ИНВЕНТАРЕМ И РАЦИОНАЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВРЕМЕНИ НА ЗАНЯТИИ.**

**(из опыта работы)**

**Подготовила: воспитатель разновозрастной группы**

**Щетинина Ирина Викторовна**

В своем историческом развитии организм человека формировался в условиях высокой двигательной активности. Первобытному человеку ежедневно приходилось пробегать и проходить десятки километров в поисках пищи, постоянно от кого-то спасаться, преодолевать препятствия, нападать**.** Так выделились пятьосновных жизненно важных движений, каждое из которых имело свое значение: *бег и ходьба* – для перемещения в пространстве, *прыжки и лазанье*- для преодоления препятствий, *метание*- для защиты и нападения.Миллионы лет эти движения являлись главнейшим условием существования человека – выживал тот, кто лучше других владел ими. Долгие годы измерять движения не было необходимости – человек двигался на пределе своих возможностей.

Сейчас мы видим противоположную картину. Развитие науки и техники способствовало постепенному снижению двигательной активности людей, что со временем стало отрицательно сказываться на их здоровье. Ученые установили, что высокая потребность в движении генетически заложена в человеческом организме, обусловлена всем ходом его эволюционного развития. Появилась необходимость компенсировать «движение-существование»специально придуманными движениями – физическими упражнениями.

А теперь попытаемся ответитьна вопрос:

- достаточно ли двигаются дети дошкольного возраста в условиях дошкольного учреждения?

Весной и летом дети двигаются больше, чем осенью и зимой. И все-таки большая или меньшая двигательная активность детей определяется главным образом предложенным двигательным режимом. На повышение двигательной активности оказывает влияние достаточная площадь для игр, правильное размещение оборудования и игрушек, новизна игровых и физкультурных пособий.

Во многом подвижность детей зависит от их двигательных умений, эмоционального состояния.

Знание воспитателями и родителями особенностей двигательной активности детей поможет в рациональном построении двигательного режима в детском саду и семье.

В связи с этим важно уже в дошкольном возрасте воспитывать у детей потребность, привычку к ежедневным физкультурным занятиям, научить детей организовывать и проводить наиболее простые упражнения со своими сверстниками и детьми младших возрастов. В процессе физического воспитания имеются большие возможности для нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания.

При выполнении физических упражнений создаются условия для воспитания положительных черт характера и нравственных качеств (*честности, справедливости, чувства товарищества, взаимопомощи, сознательная дисциплина, бережное отношение к физкультурному инвентарю),* а также для проявления волевых качеств (*смелости, решительности, настойчивости).*

В дошкольном возрасте особенно важно воспитывать положительные эмоции, обеспечивая бодрое, жизнерадостное настроение , положительные эмоции благоприятно влияют на работу всех органов и систем организма, обеспечивают быстроту и прочность формирования двигательных навыков.

Физкультурное занятие – основная форма систематического обучения детей физическим упражнениям, двигательным навыкам. Если говорить о рациональном использовании времени на занятиях, то это прежде всего надо знать хорошо методику и структуру занятия.

Структура занятия состоит из трех взаимосвязанных частей:

-*вводно-подготовительной;*

*-основной;*

*-заключительной.*

Здесь же важное значение уделяется осуществлению образовательных, воспитательных, оздоровительных задач.

Реакция ребенка на задание, связанная с активной работой мысли, чувствами, приобретенными навыками, должна проявляться в любой части занятия и во всем разнообразии деятельности.

Что необходимо для полноценного проведения занятия?

Прежде всего его связь с предыдущими занятиями, их общая целенаправленность, требовательность обеспечивают стройную систему, определяющую четкую последовательность в выполнении постепенно усложняющих задач.

Для рационального использования времени на занятии в наших особенно условиях необходимо четко определить воспитателю какой из методов он использует для организации детей: **фронтальный; групповой; индивидуальный**; как четко определит задачи для детей, важно обратить внимание на доступность возрасту выполняемых упражнений, на состояние здоровья детей их психологический настрой.

Я использую в своей работе для общеразвивающих упражнений фронтальный метод, когда все дети выполняют одновременно одинаковые упражнения. Применение фронтального метода целесообразно в любой части занятия, особенно при обучении детей новым упражнениям. Этот метод эффективен для воспитания у детей согласованности действий, непосредственного контакта воспитателя со всеми детьми, а также для повышения моторной плотности занятия. Очень применителен в процессе разучивания и уточнения деталей упражнения метод наблюдения воспитателем за выполнением упражнений двумя группами, здесь наблюдают и дети действия своих товарищей, оценивают их.

Для повышения интереса к занятиям по физкультуре необходимо использовать инвентарь, оборудование требуемое по программе в разных возрастных группах, что-то придуманное воспитателями.

И вот в наших разновозрастных группах *(вторая младшая-средняя; старшая-подготовительная),*целесообразен для выполнения упражнений с оборудованием поточный метод, когда дети делают одно и тоже упражнение по очереди, непрерывно, друг за другом. Здесь, если позволяют условия, могут быть использованы два, три потока (станционно), по кругу. Это метод лучше всего использовать при совершенствовании того или иного упражнения, т.к. в это время воспитатель не в силах уследить за качеством выполнения упражнения каждым ребенком, а только может дать общую оценку. Вместе с тем поточный метод способствует воспитанию у детей физических навыков – быстроты, ловкости, силы, выносливости, ориентировке в пространстве. Так же использую на занятиях групповой метод, т.к. здесь необходима высокая дисциплинированность и сознательность детей, что дает также положительный результат в рациональном использовании времени на занятии. Занятие, это- сочетающее в себе обучающие цели и самостоятельное совершенствование детьми ранее приобретенных двигательных навыков. Этот метод хорошо использовать и на занятии, где налажена совместная работа воспитателя и музыкального руководителя. При такой организации детей воспитываются в детях сдержанность, умение самостоятельно выполнять задания, ответственность, а также создается возможность сохранения в течение занятия двигательной активности всей группы и моторную плотность занятия.

Внимание и активность детей на занятии, их эмоциональное состояние зависит от подбора двигательного материала, приемов воспитателя и методов организации детей на занятии. Если дети в процессе обучения двигательным действиям и проведения подвижных игр одновременно, путем различных методов организации вовлечены в движение, у них наблюдается устойчивое внимание, эмоционально-положительное состояние, полноценная реакция на задание. В том случае, если в двигательную активность вовлечена только часть детей, а остальные, не имея задания томятся, последние начинают проявлять признаки «моторного бездействия», недостаточность устойчивости внимания.

Общая и моторная плотность и составляют рациональность используемого времени.

Общая плотность занятия определяется как отношение времени, использованного педагогически оправданного, ко всей продолжительности занятия.

Педагогически оправданным является восприятие детьми объяснений, указаний, словесных инструкций, наблюдение демонстрации физических упражнений, осмысливание заданий, выполнение их детьми.

Для оценки рационального использования времени на занятии немаловажное значение имеет моторная плотность, понимаемая как отношение времени, затраченного на выполнение физических упражнений, ко всей продолжительности занятия, что определяет продуктивность каждого в определенности занятия. Однако требование к моторной плотности занятия не исключает осуществления учебно-воспитательских задач. Правильное целесообразное чередование умственной и физической деятельности детей и необходимо в учебно-воспитательных целях, являясь показателем продуманного содержания занятия и его квалификационного проведения.

Немаловажное значение имеет для успешного проведения занятий и условия, в которых проводится занятие. Оснащение его необходимым оборудованием.

А для подвижной игры хорошо иметь шапочки и другие атрибуты, что немаловажно влияет на повышение интереса у детей к занятию и плотности, т.е. рационального использования времени.