Среди многих многих факторов, влияющих на здоровье детей, по интенсивности воздействия физическое воспитание занимает особое место. Ведь чем активнее вовлечен ребенок в мир движений, тем богаче его физическое и умственное развитие, крепче здоровье. Двигательная активность необходима ребенку, так ка она способствует совершенствованию его физиологических систем и, следовательно, определяет темп и характер нормального функционирования растущего организма.

 Но в условиях возрастания объема познавательной деятельности, двигательная активность стала занимать более чем скромное место в жизни современного ребенка-дошкольника. Он все больше проводит времени за просмотром телепередач, компьютерными играми. На фоне прогрессирующей гиподинамии актуальной задачей остается формирование у детей интереса к движению, физической культуре и спорту. Физическое воспитание занимает особое место, чем активней ребенок, тем богаче его физическое и умственное развитие, крепче здоровье.

 Работу по физическому развитию дошкольников осуществляю на основе «Программы от рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Комаровой, а также на основе положений Федеральной Образовательной Программы дошкольного образования, в которой физическое развитие включает в себя приобретение опыта в следующих видах деятельности: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно- двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны, формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладением подвижными играми с правилами).

 Цель моей работы в течение 2023-2024 учебного года:

 Охрана и укрепление здоровья ребенка, его полноценное развитие.

 Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культуры путем решения следующих задач:

 1.Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации);

 2.Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями);

 3.Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

 В МБДОУ ежегодно проводится мониторинг физического развития детей. Два раза в год осуществляется диагностическое обследование уровня усвоения детьми основных видов движений.

 Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребности в движении в нашем детском саду создана вариативная предметно-развивающая среда, которая побуждает детей к действию. Она легко меняется и дополняется в зависимости от индивидуальных особенностей и склонностей ребенка, уровня его подготовки. Основу составляет игровой зал совмещенный с физкультурным, оснащенный спортивным оборудованием. В детском саду имеется достаточное количество пособий, для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе осуществления разнообразной деятельности. Для повышения у детей интереса к физической культуре мной используется нестандартное оборудование, так как детей привлекают необычные формы и красочность, оно вызывает высокий эмоциональный подъем во время игр и занятий.

 Все физкультурные занятия проводятся в игровой и занимательной форме. Необходимое условие при этом – доброжелательное отношение к детям со стороны взрослых.

 Физическое воспитание дошкольников представляет собой систему воспитательно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, включающую ежедневное проведение утренней гимнастики и гимнастики после дневного сна, образовательной деятельности по физическому развитию, подвижных игр и развлечений в помещении и на свежем воздухе под непосредственным руководством воспитателей.

 Утренняя гимнастика и гимнастика после дневного сна является одним из важных компонентов двигательного развития, ее организация направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса у детей. Эти мероприятия проводятся ежедневно до завтрака и после дневного сна в течение 6-12 минут на воздухе или в помещении (в зависимости от погодных условий).

 Подвижные игры игровые упражнения занимают одно из первых мест в работе с детьми. В играх у детей не только развиваются и закрепляются физические качества, но и формируется ответственность за себя и других ребят (взаимовыручка, поддержка, нравственные основы поведения в коллективе). Главное, чтобы занятия и игры приносили детям удовольствие и радость, прибавляя уверенности в своих силах, развивали самостоятельность. Отдельно хочу сказать, что провожу с детьми музыкальные с детьми музыкальные подвижные игры, которые им очень интересны.

 Но все же считаю, что физкультурное занятие является основной организованного обучения в дошкольном образовательном учреждении. Структура физкультурных занятий общепринятая: вводная часть, основная, заключительная часть. В первой части занятия провожу упражнения в ходьбе и беге с чередованием. Во второй части обучаю общеразвивающим упражнениям. В заключительной части использую упражнения в ходьбе, несложные игровые задачи, игры малой подвижности.

 Главное в моей работе помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, приобщить к здоровому образу жизни, привить любовь к физической культуре и спорту.