**Тема: Нетрадиционные средства физического**

**воспитания дошкольников.**

**Введение**

Во все времена процесс физического воспитания детей, в образовательных учреждениях, был, и остается, направленным на укрепление и поддержание физического здоровья ребенка, формирование здорового образа жизни. Однако, не смотря на то, что работа по физическому воспитанию ведется, замечен существенный спад общего уровня здоровья детского и подросткового населения. Выражен рост распространенности функциональных отклонений, хронических заболеваний, нарушений физического развития и снижения функциональных возможностей. Спад здоровья детей может быть связан со многими факторами, одним из них может быть то, что занятие спортом, физической культурой становятся не интересны детям. И здесь же возникает вопрос, а почему нет интереса к занятиям физической культурой? Может быть потому, что устарели методы и приемы воспитания и обучения, устарели технологии преподавания физической культуры, и наконец формы организаций тех самых занятий. Подобная проблема назрела главным образом в связи с тем, что на протяжении многих десятилетий система физического воспитания , по существу, не меняется, не смотря на то что существует огромное количество новых, интересных форм занятий по физической культуре. Педагоги в практике встречают следующие противоречия: несоответствие традиционных методов и форм обучения и воспитания (старая школа), новым тенденциям в развитии системы физической культуры. Данные противоречия находят ответ в появившихся Федеральных Государственных Образовательных Стандартах, в которых говорится об изменении всей концепцию старой школы. Современный ребенок должен воспитываться с учетом инноваций, на современных технологиях, в новой развивающей среде На сегодняшний день, перспективным направлением в оздоровительно - профилактической работе по сохранению и укреплению здоровья детей рассматривается модернизация содержания физического воспитания, которая должна быть направлена на повышение эффективности занятий по физической культуры, и тем самым улучшить и повысить показатель здоровья детского населения. Такая модернизация в рамках ФГОС предусматривает обновление содержания образовательных программ, изменения структуры занятий и т.д. Иными словами Государство предъявляет новые социальные требования к образовательным учреждениям, современный этап развития образования характеризуется интенсивным поиском нового в теории и практике. Необходимо строить процесс физического воспитания с учетом уровня физической подготовленности, интересов и мотиваций детей. Надо отходить от практики тех средств и форм физического воспитания, которые считаются устаревшими, не яркими, не современными, которые могут привести к снижению мотивации детей к занятиям по физической культуре, а иногда и полной потере интереса к спорту. Одним из важных направлений в деятельности педагога по физической культуре – поиск самых доступных, перспективных и интересных для учащихся методов и приёмов обучения. В связи с этим становятся актуальными поиск и апробация инновационных форм физического воспитания в школе. Таким образом, в данном реферате рассмотрены некоторые инновационные, нетрадиционные формы работы с детьми по физической культуре, которые с успехом могут применятся педагогами, для создание интереса, новизны, заменив старые формы на новые.

ЗВЕРОАЭРОБИКА

Сегодня все действия педагога должны быть нацелены на то, чтобы найти те механизмы, которые позволят реализовать работу по физическому воспитанию с дошкольниками с учетом ФГОС. Готовя данный материал, мною были проанализированы многие нетрадиционные формы работы, все они имеют положительные стороны, но назвать их новыми, нетрадиционными не всегда уместно. Объясню почему, так например, некоторые педагоги считают такую форму организации, как например, **аэробика** чем-то новым. Позволю не согласиться, так как данная форма работы имеет такие же старые корни и давно внедрена в систему работы, другими словами современных детей этим не удивишь, и не заставишь взглянуть на физкультуру с интересом. Конечно, я рассматриваю классическую – аэробику, с набором физических движений под заданный ритм. Но! Когда я стала разбирать подробнее данную форму физической нагрузки, пытаясь найти что-то новое и оригинальное, то, что сегодня можно действительно применить на практике, чего ранее многие педагоги не знали и от этого не использовали в своей работе. Я натолкнулась на абсолютно новую аэробику. Аэробику, о которой я не слышала, не видела, и не применяла никогда на практике. Спешу поделиться с вами таким **видом аэробики**, как ЗВЕРОАЭРОБИКА и ЛОГОАЭРОБИКА. Должна сказать, что материала по данным направлениям крайне мало, я не смогла найти ни программы, ни авторов – новаторов данного направления, но то, что я смогла найти, я изучила, и думаю это может стать хорошим подспорьем для написание авторской программы, или методических разработок в данных видах. Итак, разберем, что из себя представляют такие формы аэробики, как ЗВЕРОАЭРОБИКА и ЛОГОАЭРОБИКА.

Что же такое **Звероаэробика**? В самом названии заложен ответ. Звероаэробика – это ритмичные подражательные движения, имитирующие движения животных (зверей), их пластику, характер. Звероаэробика- увлекательный формат занятия спортивными упражнениями с детьми. Дети знакомятся с животными, которые живут в разных странах и уголках планеты, повторяют движения которые делают эти животные. Данный вид аэробики способствует развитию физических качеств ребенка, через обучение гармоничным движениям (как животное) что развивает пластику, координацию, а кроме того воображение, и фантазию. Занятия в стиле звероаэробики подойдут детям всех возрастов, конечно с учетом их физических и психических особенностей. Другими словами, если в младшем дошкольном возрасте мы можем взять такие упражнения как : «Попрыгаем как зайчики», «Поскачем, как лошадки», то с детьми старшего дошкольного возраста данные комплексы будут неудачным приемом, лучше подойдут уже более серьёзные имитации в стиле « Хищный лев», «Грациозная Лань»и т.д.. Правильно подобранная тематика звероаэробики сможет привлечь ребенка любого возраста, вызовет интерес. Занятия в данном направлении, наряду с традиционными занятиями, укрепят мышцы, костную систему ребенка, сердечно - сосудистую системы. Особо хочу отметить воздействия на эмоциональную сферу во время выполнения упражнений, с этой точки зрения можно сказать, что звероаэробика решает проблемы не только физического, но и психологического характера. Так ребенок, получает эмоциональную разгрузку, выплеск отрицательной энергии, тем самым снижается нервное напряжение, регулируются процессы возбуждения и торможения, и ребенок становится более выдержанным. Думаю, особо подойдет такая форма для детей с подвижной психикой, высокой возбудимостью, и гиперактивных детей. Ёще одна «изюминка» данной формы, является то, что в момент подражания животным, ребенок непроизвольно будет воспроизводить звуки (подражание звукам зверей). Звук , это ни что иное, как воздушная струя, значит, этот звук можно взять за основу правильного дыхания, в момент выполнения физического упражнения. Ведь ни для кого не секрет, что правильное дыхание в момент физической нагрузки просто необходимо, так как несет кислород к клеткам, раскрывает диафрагму, расслабляет и наоборот приводит в тонус некоторые мышцы. В своей практике, я часто сталкиваюсь с тем, что дети не правильно дышат, некоторые набирают воздух и задерживают дыхание, мои попытки объяснить, показать, не всегда успешны. А в данной технике, если педагог заранее продумает, где произвести звук (рык животного) ребенок задышит правильно, ненавязчиво, сам, без назиданий педагога, и будет расценивать это, как игру, а педагог решит проблему правильного дыхание при выполнении нагрузки. Считаю, данный вид аэробики позволит педагогу решать вопросы физической активности, применять данную технику как на занятиях по физическому воспитанию, так и в свободной совместной деятельности. Звероаэробика - инновационна, интересна как педагогам, так и детям, а это значит, что данная форма позволяет решать проблемы по – новому, уходя от старых не интересных современному поколению методов ,с учетом требований ФГОС.

ЛОГОАЭРОБИКА

Второй вид аэробики о котором мне бы хотелось рассказать- это ЛОГОАЭРОБИКА. Логоаэробика - это движение с добавлением речи. Эта техника имеет свой девиз, или слоган: «ДВИЖЕНИЕ и РЕЧЬ - ЭТО ЗДОРОВОЕ ТЕЛО И ЧИСТАЯ РЕЧЬ».Особо отмечу, что это не та, давно знакомая, особенно среди педагогов –логопедов, техника – «Логоритмика». Для понимания сути надо обратится к понятийной стороне. Итак, **Логоритмика** – это система двигательных упражнений, в которых различные движения сочетаются с произнесением специального речевого материала. **Логоаэробика** – это комплексная методика, включающая в себя средства логопедического, музыкально-ритмического и физического воспитания. Если сравним понятия этих двух техник, то увидим ту разницу, по которой станет понятно, что первую можно отнести к более спокойной форме, с упором именно на речевые произношение, а во второй технике проглядывается акцент на динамику движения, речь как вспомогательный компонент. Это небольшое сравнение позволяет назвать логоаэробикой новой, нетрадиционной формой работы по развитию физических навыков и умений. Рассмотрим подробнее суть логоаэробики. В последние годы отмечается увеличение количества детей, не только имеющих проблем со здоровьем, но и имеющих нарушение речевого развития. Логоаэробика - помощь, которую могут оказать в условиях обычного детского сада детям с незначительными нарушениями речи, и, на ряду с этим укрепить физическое состояние организма ребенка. Известно, что ребёнок развивается в движениях. С развитием двигательных навыков тесно связано звукопроизношение, поэтому так важно на занятиях в детском саду использовать логоаэробику. Логоаэробика - это система речедвигательных игр и упражнений, осуществляемых в целях логопедической коррекции. Основные задачи логоаэробики:

1. Развивать внимание, слуховое восприятие.

2. Развивать пространственную ориентировку.

3. Способствовать коррекции речевых нарушений, фонематического слуха, темпа и ритма дыхания. Логоаэробика - это система музыкально-двигательных, музыкально-речевых игр и упражнений. На занятиях логоаэробикой музыка не просто сопровождает движения, а является их организующим началом. Помимо традиционных разделов: пение, слушание, музыкально - ритмические движения, игра на музыкальных инструментах, встречаются упражнения регулирующие мышечный тонус для развития координации слова с движением, развитием внимания, а также психогимнастика: этюды на выражение эмоций, на расслабление, тренировку дыхания, пантомим, пальчиковые упражнения. **Основной принцип занятия - тесная связь движения с музыкой, включение речевого материала**. Занятия логоаэробикой несомненно имеют оздоровительную направленность.

1. Отвлекают внимание ребёнка от речевого дефекта и побуждают его к общению.

2. Развивают общую и мелкую моторику, ориентировку в пространстве.

3. Регулируют силу и точность движения.

4. Развивают и нормализуют эмоциональную сферу. Всё это улучшает функционирование речевых органов, и всех внутренних органов ребенка. И конечно, данная техника так же как вышеописанная имеет ряд положительных сторон, и решает косвенно такие проблемы как снятие эмоционального напряжения, разгрузка. Данная техника поможет педагогу найти свою аудиторию среди воспитанников, при правильном планировании, и сочетании речевого текста, музыки и движений, у детей вызовет особый интерес эта форма организации занятий.

**Заключение**

На сегодняшний день, внедрение нетрадиционных техник физической нагрузки, как формы организации, как компонент, как часть занятия должна стать главной задачей. Отход от старых методов воспитания и обучения детей, внедрение новых методов вдохнет в занятие по физической культуре новую мощь, энергетику. Позволит детям взглянуть на физкультуру иначе, тем самым заинтересоваться ей. Должна отметить, что проблема привлекательности физической культуры, спорта, проблема привития интереса детям, желание заниматься не должно стоять особо остро. Готовя материал, я пришла к выводу, что сегодня существует много интересных методик и направлений работы, а значит, проблемы нехватки новизны в методах физического воспитания нет. Тоесть актуальность не в том, что не хватает новых форм, и методов работы по физической культуре с современными детьми, с учетом требований ФГОС, а в пересмотре педагогами своих форм и методов работы с детьми. Замену своих старых, сегодня уже не подходящие, и возможно не интересных детям, от чего и происходит спад интереса к физической культуре. Актуальность состоит и в том, что педагог должен реализовывать, в своей работе, то новое, что раскрывают перед нами просторы разнообразных программ и методик. Другими словами поиск педагогом подходящей концепции, интересной как детям, так и возможно, родителям, ведь мы еще и то связующее звено, которое дает знания о ЗОЖ в массы, поиск тех динамичных перестроений самим педагогом в момент современных изменений, вот что является главным в работе с детьми. Насколько динамично педагог будет сменять свои формы работы, во многом будет определен успех усвоения детьми программных ориентиров, настолько наша нация начнет отходить от низких показателей по здоровью детей.