МБДОУ Детский сад №33
г. Усолье-Сибирское
Иркутская область
Подготовила воспитатель раннего возраста:
Волошенко Д.П.

Опыт работы на тему:

Утренняя гимнастика, как средство формирования эмоционально-положительного отношения детей к условиям ДОУ.

Пояснительная записка

Актуальность: Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников. Она зависит от организации физического развития и воспитания детей, от уровня их подготовленности, от условий жизни, индивидуальных и функциональных возможностей растущего организма. Все родители хотят, чтобы их дети быстрее адаптировались к детскому саду, а этого можно достигнуть лишь в том случае, если ребёнок ежедневно и систематически упражняется в выполнении определённых требований. И таким образом приобретает ряд привычек, полезных для его здоровья, физического и умственного развития и желательно, чтобы эти привычки приносили радость детям, удовольствие. Привычки, приобретённые в раннем детстве, особенно ценны: большинство остаются на всю жизнь, становясь потребностью.

Ценность утренней гимнастики заключается не только в том, что благодаря энергичным движениям создаётся бодрое настроение, и организм включается в работу после сна.

Утренняя гимнастика проводится еще и с целью организации детского коллектива, переключения внимания детей от свободных, индивидуальных игр и занятий к совместным видам деятельности. В группе утреннюю гимнастику провожу в соответствии с режимом дня и комплексно – тематическим планированием.

Целью является создание благоприятных условий для проведения утренней гимнастики в адаптационный период для эмоционально-положительного отношения к условиям ДОУ у детей.

Задачи:

- обеспечение комфортных условий для каждого ребёнка во время пребывания в ДОУ;
- забота об эмоциональном благополучии каждого ребенка;
- формировать у детей позитивный образ своего «я»;
- формировать интерес к утренней гимнастики;
- содействовать физическому и личностному развитию детей раннего возраста;
- взаимодействовать с семьей для полноценного развития детей.

Чтобы повысить интерес детей к занятиям утренней гимнастикой, необходимы новые современные нетрадиционные подходы.

Тематическая «нескучная» утренняя гимнастика, в упражнениях которой присутствует тот или иной сказочный образ, вызывает у ребенка живой интерес и желание качественно выполнять движения, повышает эмоциональный тонус, способствует активизации знаний об окружающем мире, развитию воображения, общения, памяти, речи. Темы упражнений могут быть самыми разнообразными – это и сказочные сюжеты, и значимые для детей праздники, и сюжеты, основу которых составляют всем знакомые мультфильмы.

В своей работе наряду с традиционной формой, я использую разнообразные формы проведения утренних гимнастик, такие как:

- сюжетная;
- образно – игровая;
- с использованием элементов ритмической гимнастики и танцевальных движений, подвижных игр с разными уровнями подвижности.

Сюжетную форму утренней гимнастики, с вплетением элементов фольклора проводим в форме двигательного рассказа или сказки. («Колобок»,«Теремок»,«Любимые игрушки»). Фольклор как сокровищница русского народа позволяет разнообразить процесс физического воспитания и развития двигательной творческой инициативы детей путём нахождения новых форм. Это способствует повышению настроения во время выполнения физических упражнений.

Например,1.И.п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища. Поднять плечи, развести руки в стороны.

Заяц плачет, вот беда –
Выгнала его лиса.
Раз-два, раз-два –
Выгнала его лиса.

Образная – игровая гимнастика с использованием имитационных движений, стихов, потешек, загадок способствует не только развитию у детей гибкости, ловкости, координации движений, а также направлена на развитие артикуляционного аппарата, мелкой моторики рук, способствует формированию звуковой культуры речи и развитию интереса к разным движениям. В самом тексте игры заложено содержание разных двигательных действий. Упражнения подбираем достаточно простые, чтобы детям не приходилось затрачивать много усилий для осознания и усвоения их.

Например, «Сначала пойдем, как детки, а потом как косолапые мишки» (Идет медведь, шумит в кустах, идет медведь на двух ногах).

«Зайка прыгнул высоко, чтоб увидеть далеко».

Ходьба с высоким подниманием колена: «По улицам шагает веселое звено. Никто кругом не знает куда идет оно!»

При первом выполнении упражнения мы комментируем: «Подняли руки, руки прямые, локти не сгибаем, пальчики вместе, опустили, молодцы ребята». При последующем выполнении читаем текст (стихотворение): *«Медвежонок поднял лапку, достал с полки шоколадку».*

Танцевально-ритмическая гимнастика включает различные виды ходьбы, танцевальные шаги, подскоки и бег под музыку. Далее проводится музыкально-ритмическая разминка с элементами народных и современных танцев, гимнастические упражнения**.** В конце гимнастики проводятся музыкальные игры и звуковая дыхательная гимнастика. Так как у нас детки маленькие, наша гимнастика

включает в себя: вводная часть (пальчиковые игры, дыхательная и артикуляционная гимнастика), основная часть – музыкально-ритмическая композиция, заключительная часть – дыхательная гимнастика, самомассаж.

Утренняя гимнастика в форме подвижных игр облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка. После выполнения вводной части (чередующие виды ходьбы и бега), в гимнастику включаем 2-3 подвижные игры разной степени интенсивности (*«Ровным кругом»*,*«Пчелки (бег в рассыпную)»*,*«Где спрятался мышонок?»)*. Подвижные игры – наиболее действенный и результативный метод оздоровления и совершенствования организма ослабленных детей.

Очень важен настрой детей на утреннюю гимнастику, для этого я предлагаею выполнить действие общее для всех. Например, пойти в гости к любимому сказочному герою, вместе подпрыгнуть и улыбнуться, передать бубен, ударив в него несколько раз.

Неуспех в какой-либо деятельности приводит к формированию эмоционального неблагополучия ребенка. Поэтому мы хвалим детей, когда у них что-либо получалось, поощряем активность, тем самым, формируем мотивы, связанные не только с получением удовольствия в процессе занятий, но и желания стать сильнее, быстрее, смелее и т.п.

Здоровый, веселый, улыбающийся, ласковый педагог, умеющий создать обстановку взаимного понимания и доверия – залог успешной работы.

В результате проведения тематических «нескучных» утренних гимнастик моторная плотность утренней гимнастики достигает 90%. У малышей преобладает мотив эмоциональной привлекательности, польза от совершаемых детьми движений неизменно выше, когда они выполняют их охотно и радостно. Благодаря упражнениям с названиями, дети представляют образ того иного персонажа и стараются, как можно лучше, выразительнее передать его. У детей улучшается настроение, взаимопонимание, исчезают комплексы переживаний, связанные с физическим несовершенством тела, неумением им управлять.

С родителями мы ведем работу о важности утренней гимнастики в нескольких направлениях: информационная, консультационная и совместная деятельность.

В информационном центре для родителей размещаются статьи о проведении утренней гимнастики дома, комплексы упражнений, которые проводятся в группе в настоящее время.

На родительских собраниях, в индивидуальных беседах родители получают информацию об организации утренней гимнастики дома.

Совместные усилия работников ДОУ и родителей, единство требований к организации и проведению утренней гимнастики будут способствовать развитию двигательной активности детей, укреплению их физического и психического здоровья и конечно же формировать эмоционально- положительный настрой в период адаптации к условиям ДОУ.

Спасибо за внимание.