**Пояснительная записка к презентации**

* (Слайд 2)

Приучать ребенка к постоянному контролю за положением своего тела необходимо, как можно раньше. Самое действенное средство устранения дефектов осанки – физические упражнения. Анализ предыдущей работы привел к выводу о необходимости моделирования физкультурных занятий, совместной и самостоятельной двигательной деятельности.Мое внимание привлекла методика игрового стретчинга, которая стала особенно актуальной в последнее время.

* (Слайд 3)

Хорошая гибкость  улучшает осанку, координацию движений и служит профилактикой травматизма. На занятиях игровым стретчингом не следует прилагать усилий, что вызывает интерес у детей и желание заниматься. Эта методика как нельзя лучше подходит для ее внедрения в работу с дошкольниками.

* (Слайд 4)

Принимая во внимание актуальность проблемы, я поставила перед собой цель:

В соответствии с целью были определены следующие задачи:

- Способствовать формированию у детей осознания ценности здоровья, культуры здорового образа жизни;

- Использовать методику стретчинга для формирования правильной осанки в различных видах деятельности на занятии;

- Обеспечить эмоциональное благополучие каждого ребёнка, развитие его положительного самоощущения на основе личностно - ориентированного взаимодействия с ним.

* (Слайд 5)

Выделяются девять основных принципов работы по методике игрового стретчинга:

1. Принцип научности предполагает построение занятий в соответствии с физическим и психическим развитием ребенка;
2. Принцип систематичности – регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнение техники их выполнения;
3. Принцип постепенности - обучение упражнениям от простого к сложному, учитывая степень подготовленности ребенка;
4. Принцип индивидуальности - учет особенности возраста, особенностей каждого ребенка;
5. Принцип доступности – изучаемый материал должен быть легким и одновременно трудным, чтобы стимулировать мобилизацию сил занимающихся;
6. Принцип учета возрастного развития движений предусматривает степень развития двигательных навыков ребенка;
7. Принцип наглядности – показ физических упражнений, образный рассказ;
8. Принцип чередования нагрузки важен для предупреждения переутомления детей и оздоровительного эффекта от выполнения физических упражнений;
9. Принцип сознательности и активности – понимание пользы упражнений, привитие навыков самоконтроля.
* (Слайд 6)

Очень важно заниматься с детьми  именно дошкольного возраста! Упражнения, охватывающие все группы мышц, носят близкие и понятные детям названия животных или имитационных действий и выполняются по ходу сюжетно-ролевой игры, основанной на сценарии по сказочному сюжету.Дети превращаются в различных животных, насекомых, выполняя в такой интересной форме несложные упражнения под соответствующую музыку

* (Слайд 7)

Общий анализ работы  с родителями позволил мне сделать вывод, что занятия организованные по методике игрового стретчинга:

- помогли повысить эффективность работы по оздоровлению детей;

-сформировать потребность родителей в здоровом образе жизни в своей семье;

-узнать мою работу по физическому воспитанию детей.

* (Слайд 8)

Вначале работы по данному направлению результат был очень низким по всем видам диагностирования. В этот период я работала над точностью, ловкостью и координацией движений. Диагностика, проводившаяся в конце года, показала положительную динамику развития физических качеств.

* (Слайд 9)

У методики «игровой стретчинг» есть преимущество перед другими видами физической активности, это - выполнение специально подобранных упражнений на растяжку мышц под музыку и в игровой форме. Следовательно, можно утверждать, что  оздоровительная методика «игровой стретчинг», является инновационным средством и благоприятно сказывается на формировании правильной осанки у дошкольников.