**Организация современной системы физического развития в дошкольном образовательном учреждений**

Организация современной системы физического развития дошкольника является одной из важнейших задач дошкольного учреждения. В дошкольном возрасте характерна повышенная потребность детей в двигательной активности. На протяжении всего дня с детьми ведется физкультрно-оздоровительная работа, которая приносит не только развитие, но и радость ребенку, стимулирует его к познаниям. Оптимизация двигательной активности может быть достигнута за счет сочетания различных форм и методов. Педагог в своей работе применяет следующие формы:

1) Физкультурные занятия - проведение классических занятий, двигательные рассказы, сюжетно-игровые, контрольные занятия.

2) Утренние гимнастики (сюжетная, танцевально-ритмическая. игрогимнастика) - помогает перевести ребенка в бодрое состояние, повышает эмоциональный и мышечный тонус.

3) Игроритмика - включает несложные элементы танца и общеразвивающие упражнения. Эта техника отлично развивает чувство ритма и двигательные способности.

4) Пальчиковые гимнастики - в единстве развивают мелкую моторику пальцев рук и речь ребенка. Проводятся на протяжении всего дня в основном перед режимными моментами и в ходе образовательной деятельности.

5) Дыхательная гимнастика - применяется для развития дыхательной системы организма, способствует развитию речи, формирует верное произношение звуков, а также прекрасно укрепляет детский организм.

6) Гимнастика пробуждения - необходима, чтобы увеличить тонус мышечный и нервной системы, устранить вялость и сонливость.

7) Музыкально-подвижные игры - влияют на развитие сердечнососудистой, дыхательной и опорно-двигательную системы, а также музыка влияет на эмоциональное состояние ребенка.

8) Народные подвижные игры - малоподвижные игры как на улице так и в учреждении дают возможность развивать определенные физические качества (ловкость, быстроту, меткость).

9) Игровой самомассаж - выполняется самим ребенком, дает возможность нормализовать работу внутренних органов, улучшит кровообращение и осанку.

10) Игровой стретчинг - это специально подобранные упражнения, которые направлены на растяжку мышц. Проводятся в форме сюжетно сюжетно-ролевой или тематической игры.

11) Физкультминутки - выполняются в процессе образовательной деятельности, чтобы восстановить работоспособность и улучшить самочувствие.

12) Игры-путешествия - формирует двигательные умения и навыки ребенка.

13) Различные спортивные праздники, мероприятия и флешмобы - развивают интерес к спорту, развивают физические качества и формируют двигательные навыки ребенка.

Подбирая игры, педагог учитывает педагогические задачи, время года, помещение для проведения игры, погоду, количество играющих. Одним из важных условием реализации физкультурно-оздоровительной работы является оснащение инвентарем физкультурных залов, физкультурных зон в игровых комнатах, на участках дошкольного учреждения. Внедряя в работу различные технологии.