**РУХАЛЬНАЯ ДЗЕЙНАСЦЬ І ЭМОЦЫІ, ЯК ФАКТАР РАЗВІЦЦЯ АСОБЫ ДЗІЦЯЦІ**

Дзейнасць дзіцяці выражаецца ў яго рухах. Першыя ўяўленні пра свет, яго рэчы і з'явы да дзіцяці прыходзяць праз рухі яго вачэй, рук, перамяшчэнне ў прасторы. Чым больш разнастайныя рухі, тым большы аб'ём інфармацыі трапляе ў мозг і тым інтэнсіўней інтэлектуальнае развіццё. Пазнанне наваколля пры дапамозе рухаў больш усяго адпавядае псіхалагічным і ўзроставым асаблівасцям дзяцей першых трох гадоў жыцця.

Рухаючыся, дзіця пазнае навакольны свет, вучыцца любіць яго і мэтанакіравана дзейнічаць у ім. Рухальная дзейнасць - гэта першыя вытокі смеласці, вынослівасці, рашучасці дзіцяці.

У нашай групе мы выкарыстоўваем адпаведныя ўзросту гульнявыя прыёмы, якія вырашаюць праблему фармавання ў дзіцяці патрэбы быць здаровым. Гэта дасягаецца праз штодзённыя аздараўленчыя мерапрыемствы, музычныя і фізкультурныя заняткі, праз сумесную і самастойную рухальную дзейнасць выхавацеля і дзяцей на працягу дня.

У структуру распарадку дня ўключаны розныя аздараўленчыя мерапрыемствы. Гэта дыхальныя і рухомыя практыкаванні, пальчыкавыя і рухомыя гульні, скіраваныя на прафілактыку парушэнняў паставы, зроку, плоскаступнёвасці, прастудных захворванняў, фармаванне патрэбаў у рухальнай актыўнасці.

Абавязкова ў распарадку дня прысутнічаюць ранішняя гімнастыка, фізічныя заняткі і практыкаванні, а таксама рухомыя гульні пасля дзённага сну і на прагулцы разам з самастойнай рухомай дзейнасцю дзяцей.

Пры выкананні ранішняй гімнастыкі выкарыстоўваем музычнае суправаджэнне, кароткія вершы з рухамі, нетрадыцыйнае фізічнае абсталяванне: лісточкі, вяровачкі, грыбочкі, хустачкі. У сваёй дзейнасці стараемся выклікаць цікавасць да прыродных з'яваў, да навакольнага свету, фармуем станоўчыя эмоцыі.

Фізічныя заняткі ствараюць умовы для рухальнай дзейнасці, выхоўваюць цікавасць і імкненне дзейнічаць актыўна. Дзеці вучацца слухаць указанні дарослага, выконваць рухі адначасова з усёй групай, што фармуе ў іх рухальную актыўнасць, выхоўвае свядомыя адносіны да выканання практыкаванняў, уменне выслухаць да канца і дзейнічаць у адпаведнасці з заданнем.

На занятках мы вырашаем такія задачы, як засваенне розных спосабаў хады і бегу, выкананне рухаў; развіццё рэакцыі, хуткасці, увагі; развіццё арыентацыі ў прасторы, размінка ступні і прафілактыка плоскаступнёвасці.

На фізічных занятках прапаноўваюцца разнастайныя рухі і разнастайнае абсталяванне, што дазваляе забяспечыць усебаковае фізічнае развіццё дзяцей і выклікаць цікавасць да рухальнай дзейнасці. Фізічныя заняткі на паветры дазваляюць навучыць дзяцей выконваць рухі ў прыродных умовах. Дзеля гэтага выкарыстоўваюцца розныя спосабы хадзьбы ў залежнасці ад грунту (хадзьба па пяску, па траве), ствараюцца спрыяльныя ўмовы для кідання ў цэль. Падчас фізічных заняткаў, якія праходзяць на паветры, паспяхова вырашаюцца задачы загартоўвання і павышаюцца асноўныя функцыі арганізма.

 Вельмі любяць нашы дзеці рухомыя гульні. Актыўныя рухі ў працэсе гульні выклікаюць станоўчыя эмоцыі. Падчас гульні праяўляюцца такія якасці як хуткасць, спрытнасць, здольнасць да падтрымання раўнавагі, арыентацыя ў наваколлі. Такія гульні пашыраюць кругагляд, павялічваюць слоўнікавы запас дзяцей. У гульнях выкарыстоўваем хадзьбу, бег, кіданне прадмета, раўнавагу. Вельмі важна выклікаць цікавасць да гульні на самым пачатку. Для гэтага выкарыстоўваем цацкі, медальёны, шапачкі-маскі. Напрыклад, ужываем такія словы: "Паглядзіце, хто да нас прыйшоў пагуляць!". Прыдатнае тут таксама і мастацкае слова, напрыклад, "У мядзведзя на бару...", ці "Выйшла курачка гуляць..." і г.д. Гульні ствараюць у дзяцей бадзёры настрой.

Таксама праводзім загартоўваючыя мерапрыемствы ў спалучэнні з фізічнымі практыкаваннямі пасля дзённага сну. Усе практыкаванні праводзім у форме гульні, басанож на дыванку. Выкарыстоўваем таксама нетрадыцыйнае абсталяванне: каменьчыкі, каштанчыкі, алоўкі, розныя дарожкі, ходзім па лавачцы і па сцежцы "Здароўе". Загартоўваючая фізічная дзейнасць пасля сну вырашае задачы: абуджэнне дзяцей, прафілактыка плоскаступнёвасці, загартоўванне арганізму.

Такім чынам, дзякуючы фізічнаму выхаванню ствараюцца спрыяльныя ўмовы для фармавання станоўчых рысаў характару (арганізаванасці, сціпласці, спагадлівасці і г.д.); закладаюцца маральныя асновы асобы дзіцяці (пачуццё асабістай годнасці, справядлівасці, сяброўства, узаемавыручкі, адказнасці за даручаную справу, уменне займацца ў калектыве), што безумоўна спрыяе падрыхтоўцы дзіцяці да далейшага жыцця.