**Консультация для педагогов.**

**«Двигательная деятельность дошкольников**

**на прогулке»**

**Двигательная деятельность** - естественная потребность детей в движении, удовлетворение которой, важное условие гармоничного развития ребенка, укрепление его здоровья.

Движение имеет огромное значение в жизни ребенка. Оно повышает устойчивость организма к различному заболеванию; нормализует деятельность отдельных органов и функциональных систем, что активизирует процессы роста и развития. Движение способствует появлению положительных эмоций, которые укрепляют психическое здоровье дошкольников. Ходьба, бег, прыжки, катание на велосипеде, игры с мячом и прочие- доставляют ребенку огромную систематическую радость и удовлетворяют его естественную потребность.

**Задача воспитателя** - активизировать интерес к движению,  научить ребенка управлять ими, обогащать состав движений и содержание двигательной деятельности в целом,  развивать двигательное творчество.

Организуя двигательную деятельность дошкольника педагогу следует учитывать его возраст, опыт, интерес, желание, функциональные возможности организма, так же необходимо заботится о разнообразии двигательной деятельности и выполнении требовании к ее содержанию:

- чередовать разные виды двигательной деятельности

- регулировать нагрузку и активность детей во время деятельности;

- продумывать место и подбор инвентаря и оборудования для организации двигательной деятельности

- использовать как организованные, так и индивидуальные занятия с детьми, а так же давать возможность для самостоятельного двигательного творчества.

Правильно организованная деятельность решает, как правило, комплекс взаимосвязанных задач: оздоровительных, воспитательных и образовательных.

**Оздоровительные**- направлены на укрепление здоровья и формирование осознанного отношения к движению.

**Воспитательные**- способствуют развитию самостоятельности, и активности, общению между детьми, а также формированию эмоциональной, моральной и волевой сферы дошкольника.

**Образовательные-** помогают овладеть необходимы навыками и умениями в соответствии с программой, сформировать доступные знания об основах физической культуры, здоровом образе жизни.

В работе с дошкольниками используются разнообразные формы двигательной деятельности, которые организуются на воздухе.

**Непосредственно- образовательная деятельность по физкультурному** **развитию на прогулке** - ведущая форма двигательной деятельности детей в ДОУ. Предназначение данной деятельности в том что:

- удовлетворить естественную потребность детей в движении;

- обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально организованные, оптимальные для определенного возраста физические нагрузки;

- дать возможность каждому ребенку продемонстрировать свои двигательные умения сверстникам и поучиться у них;

Педагогу необходимо, при организации образовательной деятельности, создавать необычные, интересные для детей ситуации, в которых движения и двигательные действия будут способствовать активизации мышления, поиску ребенком адекватных форм поведения, закреплению навыков и умений в естественных условиях формировать ориентировку в пространстве.

Характерными чертами НОД на воздухе являются:

- оздоровительная направленность мероприятия;

- восприятие детским организмом движений и физической нагрузки как

« мышечной радости», активного отдыха;

- руководящая роль воспитателя;

- регламентация деятельности детей и дозирование физической нагрузки;

- постоянный состав занимающихся и их возрастная однородность.

НОД по физической культуре на воздухе должна иметь должную структуру, место в режиме дня и сетке непосредственно образовательной деятельности, обеспечивать тренировку разных мышц и систем организма и иметь системный характер.

Для поддержания интереса можно использовать различные формы проведения НОД: сюжетно- игровые, на основе подвижных игр, на основе упражнений и игр с пособиями одного вида, тематические, тренировочные.

**Подвижные игры и спортивные упражнения** – являются основной и необъемлемой частью прогулки и составляют основу двигательной деятельности на прогулке.

Правильная их организация расширяет двигательный опыт детей, совершенствует имеющиеся у них навыки и умения, развивает двигательные качества, такие как, ловкость, быстрота, выносливость, мгновенность ответной реакции, способствует формированию положительных взаимоотношений со сверстниками, становлению моральных и волевых качеств.

Подвижные игры – незаменимое средство пополнение знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, духовного развития дошкольника.

Педагогу следует планировать игры и упражнения разной степени интенсивности. Для поддержания интереса усложнять или изменять правила и задания.

При проведении данной формы работы велика роль воспитателя:

- руководить процессом игры;

- следить за четким выполнением правил и заданий;

- оказывать помощь при распределении ролей, организации команд;

- придумывание использование физкультурного оборудование и атрибутов;

- следить за соблюдением требований охраны жизни и здоровья детей.

Количество спортивных упражнений и подвижных игр зависит от распорядка дня и могут быть различными в разные дни недели. В дни проведения НОД по физической культуре в зале, на прогулке может быть организованна одна игра и какое- либо спортивное упражнение. В другие дни их количество увеличивается и продолжительность двигательной игровой деятельности может составлять 35 минут. Во время проведения игр и спортивных упражнений следует создавать радостную непринужденную обстановку, чтобы достичь большей заинтересованности и желания детей двигаться. Этому может помочь правильный подбор игровых сюжетов и вариативность игр.

**Организация самостоятельной двигательной деятельности детей** дает широкий просмотр для проявления их индивидуальных возможностей и интересов, развития общей моторики, повышение работоспособностей. Данная форма - важный источник саморазвития и активности ребенка. Здесь велика роль правильно организованной двигательной физкультурно - игровой среды, которая побуждает ребенка к движению.

Разнообразные спортивные атрибуты, их оптимальное количество, разнообразие, личный пример взрослого, мотивация ребенка к деятельности- все это должно вызвать интерес к движению, способность развитию инициативы и двигательному творчеству дошкольника.

Самостоятельная двигательная деятельность в обязательном порядке должна присутствовать в режиме дня: во время утреннего приема, до и между НОД, на прогулке, после сна, в вечернее время. Руководство самостоятельной двигательной деятельностью строится на основе индивидуальности. Особенно привлекательно для детей дошкольного возраста такая форма двигательной деятельности, как организация активного отдыха.

В детском саду проводятся такие мероприятия как, физкультурные досуги, развлечения и праздники, спартакиады, дни здоровья, каникулы. Интересное содержание, юмор, музыкальное оформление, игры, соревнования, радостная атмосфера способствуют активизации двигательной деятельности, приобщению к физической культуре и спорту, совершенствованию движений. Совместная деятельность детей, преодоление трудностей, достижение общего результата – воспитывает коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам.

(Досуги и развлечения организуются 1 раз в месяц длительностью:

младшая и средняя группа 20-30 мин.

старшая и подготовительная группа 35- 45 мин.

Праздники проводятся 2-3 раз в год длительностью 1 час – 1 час 20 мин.)

**Прогулки- походы** – одна из форм двигательной деятельности на прогулке, очень любима дошкольниками. Данный вид деятельности решает не только оздоровительные задачи, совершенствует двигательные навыки и физические качества детей, но и воспитывает любовь и эстетическое отношение к природе. Очень важно, чтобы походы были насыщены разнообразным двигательным содержанием: ходьба в разном темпе, подскоки, подвижные игры, спортивные упражнения, пробежки. В содержание походов следует включать хорошо знакомые детям игры и упражнения. Правильно организованный поход позволяет детям полностью реализовать потребность в движении. (Поход осуществляется на расстояние 3-4 км., составляет 1-2 часа; организуется для старших дошкольников).

Большое оздоровительно- гигиеническое значение для дошкольников имеет **ритмическая гимнастика**, на воздухе, как форма проведения утренней гимнастики. Музыкальный ритм организует движения, создает хорошее настроение, вызывает положительные эмоции, усиливает воздействия физических упражнений на организм, способствует повышению работоспособности, бодрости, здоровья, тонуса нервной системы. Правильные подобранные упражнения и дозировка развивает силу, гибкость, быстроту, координацию движений. Музыкально- ритмическая гимнастика может включать в себя: танцевальные композиции; элементы народных танцев, ритмические движения; простейшие перестроения под музыку; самостоятельную двигательную деятельность.