



ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ДЕТЕЙ НА ПРОГУЛКЕ

Выполнила : воспитатель Романова М.Г.

МБДОУ « Детский сад №2 «СВЕТЛЯЧОК»



- Первое место в двигательном режиме детей принадлежит общеизвестным видам двигательной активности: утренняя гимнастика, гимнастика после сна, подвижные игры и физические упражнения во время прогулок, физкультминутки на занятиях с умственной нагрузкой, динамические паузы и т.д.
- Утренняя гимнастика проводится ежедневно до завтрака, на воздухе или в помещении (в зависимости от экологических и погодных условий).
- Гимнастика после дневного сна помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус, а так же способствует профилактике нарушений осанки и стопы.



- Важным элементом образовательного процесса дошкольного учреждения являются прогулки с детьми.
- Традиционно прогулка включает в себя организацию с воспитанниками наблюдений за явлениями природы (растительным и животным миром, неживой природой); разнообразные игры; трудовую деятельность; спортивные упражнения и самостоятельную деятельность детей по их выбору и интересам.

прогулка - это наиболее доступное средство закаливания детского организма.

Виды тематических прогулок:

- прогулки-походы,
- развлекательные прогулки с персонажем,
- прогулки-события,
- спортивные прогулки,
- прогулки - трудовые акции.



Во всех формах двигательной деятельности решается, как правило, комплекс взаимосвязанных задач:

- оздоровительные,
- воспитательные
- образовательные.



При правильной организации и содержании подвижных игр у детей воспитывается внимание и наблюдательность, дисциплина, умение владеть своими чувствами и движениями, а следовательно развивается воля и вырабатывается характер. Поэтому важно подбирать упражнения, соответствующие возрасту и развитию ребенка.



Лето —
благодатная пора для
сохранения и
укрепления здоровья
детей



Важным показателем эффективности прогулки является двигательная активность, которая может удовлетворять потребность детей в движении. В целях насыщения прогулки интересными делами в ее структуру необходимо вносить наблюдения и дидактические задания, совместные с воспитателем трудовые действия и подвижную игру. При этом значительная часть времени отводится самостоятельной деятельности детей.



● В подвижных играх закрепляется умение каждого ребенка внимательно вслушиваться в речь взрослого, выполнять его требования, согласовывать свои действия с действиями товарищей. Если на улице холодно, сыро, то необходимо сразу организовывать такую игру, чтобы поднять эмоциональный тонус детей, настроить их на бодрый лад. Если же дети с удовольствием начали играть самостоятельно, то подвижную игру можно провести в конце прогулки, когда интерес детей значительно снижается. Длительность каждой игры не более 3-4 минут, количество участников не регламентируется (по желанию детей). Можно организовать подвижную игру с одним-двумя детьми, если видно, что они замерзли или не знают, чем себя занять.

