

## **«Двигательная деятельность дошкольников»**

**Двигательная деятельность** - это естественная потребность детей в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием гармоничного развития ребёнка, состояние его здоровья.

Двигательная активность дошкольника должна соответствовать его опыту, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма. Поэтому всем педагогам дошкольникам необходимо позаботиться об организации детской двигательной деятельности, ее разнообразии, а также выполнении основных задач и требований к ее содержанию.

**Задача воспитателя** - активизировать интерес к движению, научить управлять движениями, обогащать упражнения основными видами движений и разнообразить их. Развивать двигательную активность дошкольника. Двигательная активность способствует:

1. Повышению устойчивости организма к заболеваниям.
2. Росту физической работоспособности, двигательной активности, подвижности.
3. Проявлению положительных эмоций, способствующих укреплению психического здоровья.
4. Нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем.

Двигательная деятельность является видом деятельности образовательной области «Физическое развитие» и представляет формы организации двигательной активности.

**Проводя разные формы двигательной деятельности, воспитатель должен:**

1. Наблюдать за состоянием детей, регулировать нагрузку (увеличивать или уменьшать время игры).
2. Изменять при необходимости некоторые правила игры, регулировать длительность пауз в игре.
3. Выбирать место для проведения игр, мероприятий, соревнований.
4. Изменять условия препятствий, преодолеваемых подвижной игрой, в играх спортивного характера, при выполнении основных видов движений, упражнений.
5. Определять дистанцию для бега (бег по прямой 20 – 30м, бег змейкой, на перегонки, бег парами, бег с препятствием, длительность прыжков в длину с места, в высоту с места, в длину с разбега, в песочную яму, с продвижением вперед, с препятствием, подпрыгивание с подскоками до предмета).

Использование различных методов и приёмов, типов занятий педагогу помогает более качественно организовывать детскую деятельность в образовательном процессе.

В связи с этим используется следующая модель физкультурно–оздоровительной, двигательной активности, работы с воспитанниками ДОУ:

1. Физкультурные занятия (занятия по двигательной деятельности).
2. Познавательные занятия валеологического цикла.

3. Утренняя, бодрящая, дыхательная, корригирующая и пальчиковая гимнастики.
4. Физкультминутки и динамические паузы.
5. Подвижные, спортивные игры и упражнения в зале и на прогулке.
6. Закаливающие мероприятия.
7. Активный отдых (экскурсии, физкультурные досуги и праздники, дни здоровья).
8. Разные виды самомассажа.
9. Индивидуальная работа с детьми.

Во всех формах двигательной деятельности решается, как правило, комплекс взаимосвязанных задач: оздоровительных, воспитательных и образовательных.

Данные задачи направлены на формирование здорового образа жизни и воспитание осознанного отношения к проявлению всей двигательной активности.

***Повышение двигательной активности в течение дня способствует удовлетворению потребностей ребенка в движении.***

Старший воспитатель Истомина Елена Андреевна.

