**Консультация**

***«Развитие двигательная активность детей младшего дошкольного возраста»***

В младшем дошкольном возрасте двигательная активность является неотъемлемым условием познавательного и личностного развития, так как она выступает основой для полноценного функционирования психических процессов и естественной основой накопления резервов здоровья человека. Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От степени развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависит развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоций, мышления. Двигаясь, дети познают окружающий мир, учатся любить и целенаправленно действовать в нём. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка.

**Из чего состоит режим двигательной активности в течение дня:**

• Подвижные игры во время утреннего приёма

• Утренняя гимнастика

• Динамическая пауза во время обучающих занятий и между ними (физкультминутки, релаксация) • Физкультурные занятия

• Музыкально-ритмические движения на музыкальных занятиях

• Двигательная деятельность на прогулке

• Корригирующая гимнастика после дневного сна

• Динамический час во второй половине дня

• Самостоятельная двигательная деятельность детей

Главная цельв организации двигательной активности в младшей группе: обеспечить воспитаннику возможность сохранения здоровья за период нахождения его в детском саду, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни и научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

**Двигательная деятельность на прогулке.**

Большие потенциальные возможности для всестороннего и гармоничного развития личности ребёнка заложены в процессе воспитательно – образовательной работы с детьми в условиях прогулки. Прогулка - благоприятное время для проведения индивидуальной работы с детьми и организации их самостоятельной двигательной активности.

Необходимо учитывать, какие занятия предшествовали прогулке: если они носили подвижный характер (физкультурное, музыкальное, то лучше прогулку начать с наблюдения, игры и упражнения желательно организовывать в середине или в конце прогулки, продолжительностью 10-15 минут, а если на занятиях дети были ограничены в движениях, то прогулку лучше начать с подвижных, спортивных игр. На прогулке желательно планировать 1 подвижную игру, общую для всех детей, и 1-2 игры с подгруппами детей. Объединение детей в небольшие группы целесообразно при проведении подвижных игр с правилами, с целью уточнения и усвоения этих правил. Кроме того, воспитатель должен наметить движения и игровые упражнения для индивидуальной работы. Этот материал желательно подбирать в соответствии с основными движениями, включенными в занятия. Кроме п/игр на прогулке необходимо использовать разнообразные упражнения в ходьбе, беге, прыжках, метании, равновесии. Зимой планируется ходьба на лыжах, скольжение по ледяным дорожкам с использованием заданий (присесть, повернуться и т. д.). В программное содержание зимней прогулки могут быть включены игры-эстафеты на санках и лыжах, игры с элементами хоккея. Наличие разнообразных построек способствует развитию основных движений (ходьба и бег, метание снежков, прыжков-спрыгиваний и т. п.). Однако в силу возрастных особенностей малыши не могут самостоятельно использовать всё время прогулки с максимальной пользой. Педагог должен педагогически правильно руководить их деятельностью.

Например, собираясь на прогулку воспитанников ожидает сюрпризный момент – в раздевалку приходит собачка – игрушка и предполагает поиграть в прятки с медвежонком. Малыши отправляются на прогулку на поезде – дети строятся друг за другом и едут, имитируя звуки паровоза: чух – чух. На участке дошкольники ищут медвежонка, заранее спрятанного воспитателем. Игра – «Прятки» повторяется несколько раз. Активизируется двигательная активность дошкольников (бег, ходьба) и закрепляется понимание предлогов за, на, под, а также сравнительный анализ дерева и куста (дерево – высокое, куст – низкий). Медвежонок предлагает поиграть с ним.

Проводится игра «У медведя во бору».

**Цель:** Учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направления движения.

**Ход игры:** На одной стороне зале (площадки) проводится черта – это опушка леса. За чертой, на расстоянии 2-3 шагов, очерчивается место для медведя. На противоположном конце зала обозначается линия «дом» детей. Воспитатель назначает одного из играющих медведем (можно выбрать считалкой), остальные играющие – дети, они находятся дома.

   Воспитатель говорит: «Идите гулять». Дети направляются к опушке леса, собирают грибы – имитируют соответствующие движения – и произносят:

«У медведя во бору

Грибы, ягоды беру,

А медведь не спит

И на нас рычит».

Медведь с рычанием поднимается, дети убегают. Медведь старается их поймать (коснуться). Пойманного ребенка он отводит к себе в «бор». Игра возобновляется. После того как медведь поймал 2-3 детей, назначается или выбирается другой медведь.

Продолжительность игры 7 -8 минут.

После игры воспитатель может предложить малышам приготовить пирожки для медведя и собачки, покормить их.

Подвижные игры для активизации двигательной активности дошкольников на прогулке подбирают с учётом возраста воспитанников.