

**Тема: «Организация двигательной активности детей раннего возраста на прогулке»**

Подготовила:  
инструктор по физическому воспитанию  
Ковалева Н.В.

# Актуальность

Физическое воспитание является одной из основных задач воспитания детей раннего возраста.

Движения -это органическая потребность ребёнка, и чем он меньше, тем сложнее ему обходиться без движений.

Грамотная организация двигательной активности детей заключается в учёте особенностей высшей нервной

деятельности ребенка. Воспитатель

должен правильно организовать

прогулки и другие режимные

процессы, чтобы ребёнок

в течение дня мог удовлетворить

потребности в движении.



- Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. При активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и лёгких, а, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь.



Использование нетрадиционного физкультурного оборудования позволяет:

- 1) Повысить интерес детей к выполнению основных движений и игр.
- 2) Развивать у детей наблюдательность, воображение, эстетическое восприятие, зрительную память.
- 3) Развивать чувство формы и цвета.
- 4) Способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей.

Ребёнку 3-4 лет для удовлетворения потребности в движении нужно сделать от 9000 до 10500 шагов сутки. В свободном бодрствовании, при ходьбе, беге, в играх ребёнок проходит 23 км в день.



Если в первую половину дня движения детей были ограничены, то дети будут навёрстывать необходимое вечером.



Если не ходили гулять, то потом в течение нескольких дней компенсируют недостаток движения.



Если они много сидели днём, то плохо и не спокойно будут спать ночью.



## **Использование подвижных игр требуют соблюдения следующих методических принципов**

1. Учет возрастных особенностей детей: чем старше дети, тем сложнее становятся игры, тем большее значение имеет сюжетный, ролевой рисунок, постепенно усложняются правила, значительнее становится роль личной инициативы.

2. Соблюдение физиологических закономерностей адаптации к нагрузкам.

3. Четкое объяснение правил игры и распределение ролей.

# Формы двигательной активности детей

- Самостоятельная двигательная деятельность.
- Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.
- Использование различных предметов: игрушек, мячиков, обручей, кубиков и т. д. побуждающих к различным двигательным действиям.

## Заключение

В процессе ежедневного проведения на прогулке подвижных игр и физических упражнений

- расширяется двигательный опыт детей,
- совершенствуются имеющиеся у них навыки в основных движениях;
- развиваются ловкость, быстрота, выносливость;
- формируются активность, самостоятельность, положительные взаимоотношения со сверстниками.



**Спасибо за внимание!!!**

