**МКДОУ «Краснянский детский сад»**

**Статья – тема « ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОГУЛКИ В ЦЕЛЯХ РАЗВИТИЯ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

Воспитатель - Н.А. Белова

с.Красное, 2014г.

Дошкольный возраст является наиболее важным периодом для формирования двигательной активности (ДА). Дети 5-7 лет обладают богатым творческим воображением и стремятся удовлетворить свою биологическую потребность в движениях. Это позволяет им овладеть сложным программным материалом по развитию движений.

К моменту поступления в школу у детей должны быть сформированы основные двигательные навыки в ходьбе, беге, прыжках, метании, лазании, некоторых видах спортивных упражнений и игр. Недостаточное развитие какого-либо двигательного качества у ребенка снижает его способность к усвоению новых двигательных действий, а также его двигательную активность, В связи с этим необходимо предусмотреть в планировании программного материала при проведении прогулок взаимосвязь процесса обучения основным видам движений и развития двигательных качеств и способностей детей. Отличительными особенностями старших дошкольников являются познавательная активность, интерес ко всему новому, яркому, высокая эмоциональность. Поэтому во время прогулок должна быть четкая организация детей, дисциплина, основанная на точном соблюдении заданий, команд, указаний воспитателя. В то же время детям должны представляться определенная свобода и самостоятельность действий, стимулирующих их творчество и инициативу. Каждая прогулка для ребенка - это познание окружающей действительности через движения, которые должны приносить радость. Важным является обогащение детей представлениями и знаниями о назначении и способах применения разных видов движений, сходстве и различиях в силе, скорости, их практической целесообразности. Особенностями проведения прогулок является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к детям с учетом их состояния здоровья, уровня двигательной подготовленности и

двигательной активности.

На каждой прогулке решается, как правило, комплекс взаимосвязанных задач: оздоровительных, воспитательных и образовательных. Оздоровительные задачи направлены на формирование здорового образа жизни и воспитание осознанного отношения к проявлению своей двигательной активности. При разработке содержания воспитательных задач важно обратить внимание на развитие самостоятельности, активности и общения, а также на формирование эмоциональной, моральной и волевой сферы детей в процессе двигательной деятельности. Вместе с тем отличительной особенностью прогулок в старших возрастных группах является акцент на решение образовательных задач: овладение необходимым программным материалом по развитию движений, формирование доступных знаний об основах физической культуры и здоровом образе жизни. Эти задачи решаются в тесной взаимосвязи с развитием двигательных качеств и способностей детей, а также формированием оптимальной двигательной активности.

Эффективность прогулок в дошкольном учреждении во многом определяется пониманием их значимости, которое состоит в том, чтобы:

- удовлетворить естественную биологическую потребность ребенка в движении;

- обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально организованную для данного возраста двигательную активность и физические нагрузки;

- сформировать навыки в разных видах движений;

- способствовать развитию двигательных качеств и способностей ребенка;

- стимулировать функциональные возможности каждого ребенка и активизировать детскую самостоятельность;

- создать оптимальные условия для разностороннего развития детей: активизации мыслительной деятельности, поиска адекватных форм поведения, формирования положительных эмоциональных и нравственно-волевых проявлений детей.

Во время прогулок важно тщательно продумывать методы и приемы регулирования двигательной активности детей, следует основное внимание обращать на создание высокой вариативности педагогических условий, способствующих более эффективной реализации ДА детей, в основном путем подбора дифференцированных заданий. В общей подвижной игре для детей с разной подвижностью важно обеспечить высокую ДА и совершенствовать движения и физические качества. При этом широко использовать пространство площадки, развивать у детей умение распределять роли и быть ведущим. С целью активизации двигательной деятельности детей во время прогулок важно использовать разные приемы.

- Рациональное использование физкультурного оборудования (минимум оборудования максимально обыграть).

- Включение разных способов организации детей (фронтальный, поточный, групповой, посменный, круговой тренировки, станционный, индивидуальный).

- Лаконичное объяснение заданий и четкий показ упражнений.

- Активизация мыслительной деятельности ребенка (использование пространственной терминологии, самостоятельный выбор способа выполнения действий, наводящие вопросы, создание поисковых ситуаций).

- Создание специальных ситуаций для проявления таких качеств ребенка, как решительность, смелость, находчивость.

- Вариативность подвижных игр, приемов их усложнения.

Важным показателем эффективности прогулки является двигательная активность, которая может удовлетворять потребность детей в движении.

При планировании прогулки основная задача воспитателя состоит в обеспечении активной, содержательной, разнообразной и интересной для детей деятельности: игры, труда, наблюдений. При планировании содержания прогулки воспитатель предусматривает равномерное чередование спокойной и двигательной деятельности детей, правильное распределение физической нагрузки в течение всей прогулки. Последовательность и продолжительность разных видов деятельности изменяется с учетом конкретных условий: времени года, погоды, возраста детей и характера их предшествующей деятельности. Содержание вечерних прогулок планируется с учетом всей предшествующей деятельности детей.

Правильно организованная прогулка в полной мере удовлетворяет потребность детей в самостоятельных действиях при ознакомлении с окружающим, в новых ярких впечатлениях, в свободных активных движениях в игре. В условиях прогулки осуществляется тесное общение ребенка со взрослым. Воспитатель имеет возможность уточнять, закреплять знания, полученные детьми на занятиях, обучать тем или иным умениям, объединять малышей в небольшие подгруппы, приучая действовать сообща, не мешая друг другу, воспитывать любовь и доброе отношение ко всему, что окружает. Для успешного осуществления этих задач в первую очередь следует продумать условия проведения прогулки. Интерес к ней у детей будет поддерживаться целесообразным подбором выносного материала. Это мягкие сюжетные игрушки разного размера (медведи, зайцы, лисы, белки и т.д.), куклы в зимней одежде, санки, коляски, каталки, грузовые машины, сумочки, корзиночки, мячи и т. д. На веранде в специальных ящичках желательно хранить шишки, желуди, разноцветные камушки и т. д., в определенном месте - оборудование для выполнения совместных со взрослым трудовых действий: ведерки, лопатки, совки, венички. Украшенный участок сам по себе вызывает у детей положительные эмоции, желание идти на прогулку, побуждает к самостоятельной деятельности. Например, зимой между деревьями и на веранде можно развешать надувные шары, снежинки и флажки разнообразной конфигурации; по краям дорожек протянуть яркие шнуры и ленты; снежные валы украсить орнаментом из разноцветных льдинок. Между деревьями на ярком шнуре можно повесить колокольчики, разноцветные игрушки, под которыми надо проходить осторожно, пригнувшись, чтобы они не зазвучали. А к глухой стене веранды прикрепить бубен. Если дотянуться до него рукой и ударить, то он зазвучит. На прогулке дети много и с удовольствием двигаются. И для удовлетворения этой потребности им следует предоставить всю площадь участка. Сделать широкую дорогу для катания на санках, сравнительно узкие длинные проходы между снежных валов сделать с ответвлениями, одни из которых заканчиваются тупиком, а другие - каким-либо препятствием, которое необходимо преодолеть (перелезть через бревно; наклонившись, пройти сквозь воротца; перешагнуть через снежный заслон высотой не более 10-15 см; перейти через мостик и т. д.) На расчищенной от снега центральной площадке можно сделать цветные дорожки разной конфигурации - извилистые, прямые, замкнутые. Обязательно нужны крупные снежные постройки. Около них хорошо играть в прятки или просто перебегать, например, от снеговика к трем сказочным медведям, а от них - к матрешкам и т. д. На участке должна быть снежная горка (желательно в виде большой черепахи, кита и т. п.), с которой дети будут съезжать. Таким образом, дети на прогулке выполняют разнообразные движения: бегают, лазают, съезжают, подлезают, подтягиваются, бросают в цель, переносят груз (снег, льдинки).

Конечно, такая активная деятельность предусматривает удобную, легкую, не сковывающую движений одежду. Но нельзя ограничиваться лишь созданием условий для прогулки. Нужно заботиться о том, чтобы каждому ребенку было интересно.