В дошкольном возрасте закладываются основы всестороннего гармонического развития личности ребенка. Важную роль при этом играет своевременное и правильно организованное физическое воспитание, одной из основных задач которого является развитие и совершенствование основных движений. Для всестороннего развития дошкольников чрезвычайно важно своевременно овладеть разнообразными движениями, в первую очередь основными их видами — бегом, ходьбой, прыжками, метанием, лазаньем, без которых нельзя активно участвовать в подвижных играх, а в дальнейшем успешно заниматься спортом. Развитие и совершенствование движений ребенка в период дошкольного детства осуществляются разными путями. С одной стороны, обогащению двигательного опыта малышей, приобретению новых навыков и умений способствуют их самостоятельная деятельность, игры, труд, с другой - специально организованные мероприятия по физической культуре, направленные на решение задач как оздоровительного, так и воспитательного характера. Весьма существенное место в системе физического воспитания дошкольников занимают подвижные игры, которые широко применяются во всех возрастных группах. Основной формой обучения детей движениям признана непосредственно-образовательная деятельность.

Воспитателю необходимо знать основную технику движений, уметь их показать с учетом возраста детей, подобрать соответствующие игры для совершенствования движений. Чем богаче и разнообразнее движения, тем больше возможностей для проявления детьми инициативы и творчества. Необходимо сохранять у детей первоначальный интерес к упражнениям ставить новые задачи, обогащать упражнения новыми двигательными заданиями, усложнять правила, вводить варианты, поощрять проявление детьми самостоятельности. Разнообразие основных движений и их вариантов дает возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость. Одновременность развития двигательных качеств при ходьбе, беге, прыжках, метании, лазанье значительно повышает ценность этих движений. Наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. У детей развиваются умственные способности, восприятие, мышление, внимание, пространственные и временные представления. Ребенок должен усвоить показанное ему движение и суметь действовать в соответствии с образцом также ловко, быстро, технически правильно. Например, при прыжке с разбега рассчитать свои действия так, чтобы в нужном месте оттолкнуться и перепрыгнуть препятствие и т.д.

Большие возможности для гармонического развития ребёнка заложены в процессе воспитательно-образовательной работы с детьми в условиях прогулки. Здесь, как нигде ребёнок удовлетворяет свои потребности в активных движениях дети: бегают, лазают по лестницам, подлезают под ветки, дотягиваются до листочков и т.д.

Прогулка – благоприятное время для проведения индивидуальной работы с детьми, на закрепление основных видов движений.

Основными задачами, решаемыми в процессе ежедневного проведения физических упражнений на прогулке, являются:

-дальнейшее расширение двигательного опыта детей, обогащение его навыками, более сложными движениями;

-совершенствование, имеющихся у детей, навыков в основных движениях путем применения их в изменяющихся игровых ситуациях;

-развитие двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости;

-воспитание самостоятельности, активности, положительных взаимоотношений со сверстниками.

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в этом возрасте закладываются основы правильного физического развития, происходит становление двигательных способностей, формируются интерес к физической культуре и спорту, личностные, морально – волевые и поведенческие качества.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Летнюю работу с детьми в детском саду принято называть оздоровительной. Главная задача в это время – укрепление здоровья, развитие двигательной активности и приобщение к летним видам спорта. На спортивных и игровых площадках обеспечиваются: закрепление и совершенствование различных видов движений у детей (ходьбы, бега, прыжков, лазания, бросания, ловли и метания); развитие физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости); воспитание положительных нравственно-волевых черт личности (активности, самостоятельности).

В течение утренней прогулки важно привлечь всех детей к участию в организованной двигательной деятельности. На дневной и вечерней прогулке воспитатель проводит индивидуальную работу по развитию движений с подгруппой детей или с одним ребенком, которые не усвоили программный материал, предлагаемый на утренней прогулке. Индивидуальная работа по физическому воспитанию проводится в свободное время, отведенное для самостоятельной деятельности детей, индивидуально или подгруппами по двое-четверо детей.

   При подборе и проведении игр и упражнений необходимо учитывать характер занятий, предшествовавших прогулке. После занятий, требующих усидчивости и внимания следует вводить подвижные игры и упражнения высокой интенсивности.

После физкультурных и музыкальных занятий на прогулке можно предложить детям менее интенсивную двигательную деятельность.    Для малышей исключительно важное значение имеет дозировка нагрузки, так как они быстро устают и могут потерять интерес к играм и упражнениям. В начале прогулки желательно провести подвижную игру со всей группой, а через некоторое время небольшими подгруппами упражнение в основном виде движений (ходьбе, бросание мяча и т.п.).

Во время игр и упражнений на прогулке закрепляются освоенные в НОД основные виды движений и спортивные упражнения.

При подборе игр и упражнений учитывают разнообразие основных видов движений. Например, если дается подвижная игра с прыжками, то физическое упражнение – бросание и ловля мяча и т.п.

Наша спортивная площадка оборудована необходимыми пособиями для развития основных движений: яма с песком для прыжков в длину; гимнастическое бревно; полоса препятствий, что позволяет закреплять навыки в основных видах движений и развития ловкости.

Особенностями проведения прогулок является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к детям с учетом их состояния здоровья, уровня двигательной подготовленности и двигательной активности.

Самым благоприятным временем для реализации потребности детей в движениях является прогулка. Длительное пребывание детей на свежем воздухе в любом случае полезно, но оздоровительно-воспитательное значение его возрастает, если ходом прогулки предусматривается двигательная активность, основанная на оптимальном соотношении разных игр и упражнений, подобранных с учетом не только возрастных, но и индивидуальных особенностей детей. 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 самостоятельность, активность, положительные взаимоотношения со сверстниками.  
Дети младшего возраста довольно активны, они много двигаются, ходят, бегают, лазают, поднимаются по лестнице, однако их двигательный опыт еще невелик, движения недостаточно координированы. Совместные действия в коллективе, ориентировка в пространстве  затруднительны для них. Малыши еще не владеют целым рядом двигательных навыков, поэтому часто содержание их деятельности однообразно. Для повышения двигательной активности и обогащения движений малышей большое  значение имеет создание необходимых условий, использование различных предметов, игрушек (мячей, обручей,   кубиков,  скакалок), побуждающих  их к различным двигательным  действиям, организация двигательного внимания  педагога, его помощи и участие в играх и упражнениях малышей. Дети очень любят играть с мячом, игры способствуют развитию координации, точности движений, глазомера, а также укреплению различных групп  мышц. Игры с мячом: «Поймай мяч», «Брось дальше», « Мяч по кругу», «Мяч через сетку», «Подбрось - поймай».

В каждой возрастной группе находятся дети со слабым физическим развитием, на основе этого задачи индивидуальной работы по физическому воспитанию заключаются в обучении детей, не усваивающих программный материал, в общем, со всеми темпе; в улучшении физического развития ослабленных детей; в активизации малоподвижных, застенчивых детей и повышении их эмоционального тонуса.  
Индивидуальная работа планируется в течение всей прогулки.  
При обучении двигательным действиям воспитатель не только предлагает ребенку правильно выполнить упражнение, но и старается вызвать интерес к задаче. У ребенка сильная потребность в движениях, однако, чтобы они не были бесцельными и случайными, необходимо целенаправленное руководство воспитателя.  
Стимулом самостоятельной двигательной деятельности детей всех возрастных групп служит, прежде всего, наличие в группе или на участке различных игрушек, мелких и крупных физкультурных пособий. При проведении упражнений, основных видов движений следует использовать разные способы организации (фронтальный, подгрупповой, индивидуальный). Наиболее целесообразным является смешанное использование разных способов организации. При этом одна группа детей осваивает новый вид движений под руководством взрослого, в то время как другие дети самостоятельно упражняются в хорошо знакомых движениях. В связи с особенностями выполнения некоторых движений (лазание по гимнастической лестнице, упражнения в равновесии и т.д.) используются поточный и индивидуальные способы. Сочетание разных способов организации значительно повышает эффективность проведения индивидуальной работы с детьми во время прогулки. Например, упражнение в лазании выполняется детьми поочерёдно, а упражнение с мячами - фронтально. Упражнения детей в основных видах движений желательно организовывать по подгруппам, в зависимости от степени подвижности детей. Каждая подгруппа выполняет своё задание. Проводя разные формы двигательной деятельности необходимо наблюдать за состоянием детей, регулировать нагрузку.   
Большие потенциальные возможности для всестороннего гармонического развития личности ребенка заложены в процессе воспитательно-образовательной работы с детьми в условиях прогулки. Здесь как нигде малышам предоставляются уникальные условия для всестороннего развития, в полной мере удовлетворяются его потребности в активных движениях. Однако в силу возрастных особенностей малыши сами не могут использовать все время прогулки с максимальной пользой для своего развития. Взрослый должен педагогически правильно руководить их деятельностью.

В процессе ежедневного проведения на прогулке совершенствуются имеющиеся у них навыки в основных движениях; развиваются ловкость, быстрота, выносливость; формируются самостоятельность, активность.

Воспитание детей летом, особенно физическое, очень важно. Этот период у детей уже традиционно называется «оздоровительным» в воспитании, ведь он позволяет создать наиболее благоприятные условия для совершенствования двигательных навыков детей, развития их физических качеств, повышение выносливости, формирование высокой сопротивляемости организма различным заболеваниям.