**Консультация для воспитателей:**

**«Двигательная активность детей на прогулке в летний период»**

В теплое время года значительно улучшаются условия для развития движений детей. Природа создает такое многообразие условий для двигательной активности детей, что одни и те же движения могут быть выполнены в огромном количестве вариантов. Двигательная активность детей в летний период состоит в основном из

подвижных игр, спортивных игр, спортивных упражнений. В процессе игр дети совершенствуют ранее изученные упражнения, учатся применять их в самостоятельной деятельности.

Занятия по физкультуре игрового характера проводятся ежедневно на спортивной площадке. Содержание занятий включает в себя:

- использование различных видов движений

- включение подвижных игр разной интенсивности; игры с бегом, прыжками,

лазанием, бросанием, метанием

- игры соревновательного характера, игры – эстафеты, спортивные игры и упражнения,

-народные игры,

-игры на ориентировку в пространстве,

-игры на развитие внимания, ловкость и точность выполнения различных движений.

*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».

Катание на велосипеде и самокате –виды спортивных упражнений способствуют созданию у детей бодрого жизнерадостного настроения, развитию ориентировки в пространстве, умения управлять, соблюдать равновесие, воспитывая такие качества: ловкость, смелость, уверенность в своих силах. Катание на велосипеде делает пребывание детей на воздухе более интересным и содержательным – способствует повышению их двигательной активности.

*Дети старшего возраста* более самостоятельны и активны, их движения становятся более точными, быстрыми, ловкими. Они лучше ориентируются в пространстве, увереннее действуют в коллективе. Несмотря на достаточный двигательный опыт, самостоятельность и активность, дети нуждаются в помощи и руководстве взрослого при организации подвижных игр и развлечений. Игры-соревнования очень любят дети этого возраста. Ежедневно проводятся профилактические прогулки по дорожке здоровья («босоножье»), один раз в неделю проводятся оздоровительные прогулки за территорию детского сада по туристической тропе, один раз в месяц - поход и экскурсия по туристической тропе по территории ДДГ « Сказка». Прогулки, экскурсии и походы очень благотворно влияют на все системы организма ребенка, повышается сопротивляемость к простудным заболеваниям. Развивается выносливость, ориентировка на местности, чувство товарищества коллективизма.

На прогулке дети выполняют несколько видов движений самостоятельно. Это способствует повышению двигательной активности у детей, укрепление ОДА, улучшается сердечно-сосудистая система, дыхательная система. Ведь солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!

Подвижные игры – являются важным средством физического воспитания детей. Они привлекают своей эмоциональностью, разнообразием сюжетов и двигательных заданий. Движения стимулируют работу разнообразных групп мышц, усиливают обмен веществ. Игры на свежем воздухе способствуют закаливанию и оздоровлению.

ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | период | группы |
| 1. | «Здравствуй лето» праздник | июнь | все группы |
| 2. | «Веселые старты» физкультурное развлечение | июнь | старшая-подгот. |
| 3. | «Неделя Здоровья» : | июль | все группы |
| - | «Уроки Мойдодыра» викторина с играми | - | средняя |
| - | «В гостях у доктора Айболита» викторина с играми | - | младшая |
| - | «Изучаем наше тело» познавательная викторина | - | старшая |
| 4. | «В подводном царстве Нептуна» праздник | август | все группы |
| 5. | «Народные игры» физкультурное развлечение | август | старшая |
| 6. | «Путешествие в безопасность» | август | подготовительная |