**КОНСУЛЬТАЦИЯ**

**для воспитателей ДОО**

**Тема: «Активная двигательная деятельность в режиме дня - важнейшее условие своевременного и полноценного развития детей»**

**Инструктор по физкультуре:**

**Миллер Н. А.**

Культура здоровья и культура движения – два взаимосвязанных компонента в жизни ребёнка. Современные программы нацелены на формирование широкой двигательной культуры дошкольников, использование их на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни, направлены на полноценное развитие детей дошкольного возраста. Активная двигательная деятельность, помимо положительного воздействия на здоровье и физическое развитие, обеспечивает психоэмоциональный комфорт ребёнка, формирует навыки будущего поведения в обществе.

Человек может выполнять бесконечное множество движений. Однако, это многообразие присуще ему не с самого рождения. В течении времени он овладевает двигательными навыками. Сегодня, двигательная культура, является средством и способом всестороннего физического развития детей дошкольного возраста. В процессе воспитания двигательной культуры, ребёнок приобретает знания, необходимые для сознательной деятельности, овладевает способами и опытом реализации, а также происходит развитие творческой деятельности ребёнка, его познавательных способностей, волевых качеств, памяти.

Конечно же важнейшую функцию воспитания двигательной культуры выполняют физкультурные занятия в ДОО. Это увлекательная и занимательная деятельность, содержащая в себе интересные двигательные задания, игровые образы, сюрпризные моменты. Средством воспитания двигательной культуры являются физические упражнения в построении, ходьбе, беге, лазание, бросание, ловле, прыжках и т.д.

Для более интересного проведения упражнений используют музыкальное сопровождение. Музыка помогает ритмично двигаться, шагать, освобождая инструктора от счёта. Дети выполняют танцевальные движения под музыку. Подвижная игра проходит более интересно, если вместо сигналов инструктора будет звучать музыка (прерывается- продолжается, быстро – медленно, т.е меняется темп движения) В рамках формирования двигательной культуры в режиме дня, важное место занимает совместная игровая деятельность детей. Старшие дошкольники передают свой игровой двигательный опыт малышам. Нет в мире детей, которые бы не играли, потому, что игра для них - жизненная потребность, средство всестороннего развития, развития их координации, формирования быстроты, выносливости. Движения, которые дети выполняют во время игры, активизируют дыхание, кровообращение, обменные процессы в организме.

Двигательная активность присутствует практически во всех режимных моментах дошкольника. День начинается в ДОО с утренней гимнастики, которая даёт заряд бодрости на весь день. Во время образовательной деятельности, требующей усидчивости и внимания, поможет физкультурная минутка или динамическая пауза. Она снимет напряжение и усталость, настроит организм ребёнка для дальнейшей работы. В большинстве ДОО после дневного сна с детьми проводят гимнастику пробуждения, которая придает бодрость на весь последующий промежуток дня, укрепляет здоровье детей.

Формирование двигательной культуры происходит в процессе активной деятельности детей, при столь же активной направляющей работе взрослых.

Эффективность педагогических воздействий на формирование двигательной культуры дошкольников повышается при различных условиях: совместной деятельности педагогов и семьи, творческого освоения эталонов движения в различных игровых ситуациях, Если движение доставляет ребёнку радость - значит, оно пойдёт ему на пользу.

Таким образом активная двигательная деятельность в течении дня -важнейшее из условий своевременного и полноценного развития детей дошкольного возраста.