Прогулка - это один из важнейших режимных моментов, во время которого дети могут достаточно полно реализовать свои двигательные потребности. Здесь наиболее ярко проявляются особенности двигательной активности детей.

 Прогулка имеет особое оздоровительно-воспитательное значение, если она насыщена разнообразной двигательной деятельностью. Воздух и движения благотворно влияют на организм ребёнка, повышая его сопротивляемость простудным заболеваниям, улучшая обмен веществ. В процессе игровой и двигательной деятельности у детей расширяются представления об окружающей жизни и явлениях природы, формируются нравственно-волевые черты характера.

Создание условий на прогулке исходят из особенностей возраста и индивидуальных особенностей детей нашей группы.

У детей 3-4 лет высока потребность ребенка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребенок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.). 3-4 года – также благоприятный возраст для начала целенаправленной работы по формированию физических качеств  (скоростных, силовых, координации, гибкости, выносливости).

В нашей группе было произведено обследование детей на начало учебного года инструктором по физич. культуре Смирновой Е.В.,что позволяет нам отслеживать результаты и своевременно прогнозировать дальнейшую работу, планировать работу по физическому развитию детей, а также определять индивидуальный маршрут каждого ребенка.

Так обследование детей нашей группы показало, что основная масса воспитанников имеет средний уровень развития, 2 ребенка с высоким уровнем, 7 детей выше среднего и 3 с низким уровнем.

Исходя из результатов обследования, были поставлены следующие задачи:

-по развитию ОВД (ходьба\ бег, ползанье, лазанье, прыжки, метание)

-развитие ловкости и координации

-обучение ориентировки в пространстве

- разучивание п\ игр

Подбор упражнений для проведения индивидуальной работы проводится на основе обследования. Все упражнения проводятся в игровой форме.

Например: прыжки (Даня А. Артур Г, Егор Щ) проводятся упражнения «С кочки на кочку», «Через ручеек», «Кто тише прыгнет» и др.

Ползанье, лазанье (Соня А, Рита Б.) – «Обезянки», « Кто выше заберется», «Котята»

Исходя из обследования, почти у всех детей не сформирован такой вид движения, как метание. Дети не владеют техникой броска, не имеют практических навыков, испытывают трудности с действием мячом. Поэтому на прогулке больше внимание уделяем этому виду ОВД через игровые упражнения и п\игры «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», сбей кеглю» идр.

Основная индивидуальная работа проводиться с детьми с низким уровнем развития (Даша С. Соня А. Арина Г,) по всем направления.

Для решения всех задач способствует планирование прогулки в дневное и вечернее время.

При организации прогулок особое внимание обращаем на одежду и обувь детей. Если ребенок одет по сезону, на нем нет лишней одежды, то на прогулке он будет в движении, не остынет и не перегреется. Чтобы сократить лишние ожидания детей, мы выводим их на прогулку по подгруппам, для чего к нам прикреплены работники, которые помогают одевать детей.

На нашем участке установлено оборудование для лазанья (лестница), вкопаны колеса для упражнения ходьбы, бега (змейкой).

Подобрано выносное оборудование: мячи разных размеров(для метания и прокатывания), мешочки для метания, кегли, кубы, скакалки, обручи, султанчики, маски для обыгрывания п\и и др)

В своей работе широко используем п\игры и логоритмические упражнения( на согласование речи и движения) н-р: «Зайка серенький», «Мы топаем ногами».

Уделяем внимание ориентировке в пространстве через упражнения «Бегите ко мне», « Найди свое место».

Хотя мы работаем всего 3 месяца сначала учебного года, уже прослеживается динамика. Например: Дети, которые раньше отказывались от физ. занятий стали проявлять интерес.( Никита Ф. Вадим Ф.). Матвей С. Рафаель оттачивают технику прыжка.

Дети с большим энтузиазмом играют в п\игры.

Впереди зима, открывается возможность создать новые условия для двигательной активности детей.

Поэтому мы вместе с родителями планируем обустроить наш участок снежными постройками. Около них хорошо играть в прятки или просто перебегать, например, от снеговика к трем сказочным медведям, а от них - к матрешкам и т. д. Построить горку, с которой дети будут съезжать. Между деревьями на ярком шнуре можно повесить колокольчики, разноцветные игрушки, под которыми надо проходить осторожно, пригнувшись, чтобы они не зазвучали. Сделать сравнительно узкие длинные проходы между снежных валов (от веранды до конца участка и далее до веранды) 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.)

Таким образом, дети на прогулке будут выполнять разнообразные движения:

-бегать, лазать, съезжать, подлезать, подтягиваться, бросать в цель.

Обобщая вышесказанное, *в качестве условий двигательной активности ребенка*, являющихся основой физического воспитания детей младшего возраста в дошкольных образовательных учреждениях ***выделяются следующие***: *наличие развивающей среды* (наборы игрушек, пособий, оборудования, спортивного инвентаря); *разнообразие видов деятельности* (комплексное использование основных движений и подвижных игр, игровых упражнений, прогулка); *разнообразие форм и методов работы*; *соблюдение двигательного режима; применение поощрений; учет возрастных и индивидуальных особенностей детей.*Подобные условия благоприятствуют развитию двигательной активности ребенка и выступают основой физического воспитания детей младшего возраста в дошкольных образовательных учреждениях

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | П\И с ползаньем и лазаньем | П\И с бегом | П\И с подпрыгиванием и прыжками | П\И с бросанием и ловлей мяча | Игры-забавы на внимание и ориен. в прос. |
|  | Прокатывание мяча | Бросание и ловля мяча | Ползанье и лазанье | Ходьба с перешагиванием через предметы | Прыжки |