



Двигательная активность на прогулке, на свежем воздухе имеет важное значение для физического развития дошкольника. Основным средством организации двигательной активности является подвижная игра. Наши дети не могут усидеть на месте, у них очень большая потребность в двигательной активности. Дети всегда бегают, прыгают, скачут, играют. Посильная физическая нагрузка и свежий воздух укрепляет здоровье детей, повышает их работоспособность. Поэтому очень важно рационально организовать двигательную активность на прогулке. Мы с детьми средней группы № 3 «Рябинка» сразу после вкусного завтрака, отправляемся в путешествие подвижной игры, когда еще не так сильно припекает солнце и не очень жарко. На прогулке планируем подвижные игры и игровые упражнения разной степени интенсивности в форме путешествия. На спортивном участке с удовольствием все дети играют в подвижную игру «Гуси – лебеди», где распределяют роли сами дети. Это очень подвижная игра с четким проговариванием слов. Дети упражняются в ловкости, быстроте реакции.

В теничке после жаркого солнца, снимаем головные уборы и играем в малоподвижную, спокойную, народную игру «Ручеек»; в ней дети учатся ходить хороводным шагом, взявшись за руки, не наталкиваясь друг на друга. Или играем в другую малоподвижную любимую игру «Море волнуется». Эта игра развивает у детей ловкость, быстроту реакции, воображение.

Одной из наиболее распространенных форм двигательной активности детей на воздухе являются игры на асфальте, которые способны расширять двигательный опыт ребенка и обогащать его новыми координационно-сложными навыками. Играем в игры «Найди свой домик», «Запутанные дорожки», «Веселое солнышко». Дети с удовольствием выполняют основные виды движений, ходьба, бег, прыжки.

По пути обязательно посещаем свой огород. Наблюдаем за ростом овощей. Немного отдыхаем. Дети рассказывают, какие овощи растут у них в саду, на участках; о значении овощей для здоровья человека.

Прогулка – это один из важнейших режимных моментов, во время которого дети могут достаточно в полном объеме реализовать свои двигательные потребности с целью, пользой, оздоровлением.

Воспитатель Давлетшина Н.В.



