**Индивидуальный подход к детям**

**с учетом характера двигательной активности**

(рекомендации для педагогов)

Особых знаний и умений педагога требует руковод­ство двигательной активностью детей.

Дети *средней подвижности*отличаются наиболее ров­ным и спокойным поведением, равномерной подвижнос­тью на протяжение всего дня. Таких детей примерно по­ловина или чуть больше в группе. Они самостоятельны и активны, движения их уверенные, четкие, целенаправ­ленные.

Дети *большой подвижности*всегда заметны, хотя и составляют от общего числа детей примерно четвертую-пятую часть. Они находят возможность двигаться в лю­бых условиях. Из всех видов движений выбирают чаще бег, прыжки, избегают движений, требующих точности и сдержанности. Движения их быстры, резки, часто бес­цельны. Из-за высокой интенсивности двигательной ак­тивности они как бы не успевают вникнуть в суть своей деятельности, не могут управлять в должной степени своими движениями. Чрезмерная подвижность является сильным раздражителем для нервной системы, поэтому эти дети отличаются неуравновешенным поведением, чаще других попадают в конфликтные ситуации, они с трудом засыпают, спят неспокойно.

Наиболее уязвим организм детей *малой подвижнос­ти.*Их характеризует общая вялость, пассивность, они быстрее других устают. В противоположность подвиж­ным детям, умеющим найти для игр пространство, они " стараются уйти в сторону, чтобы никому не мешать, вы­бирают деятельность, не требующую интенсивных дви­жений. Они робки в общении, не уверены в себе, не лю­бят игры с движениями. Малая подвижность - фактор риска для ребенка. Она объясняется его нездоровьем, отсутствием условий для движений, отрицательным психологическим климатом, слабыми двигательными уме­ниями или тем, что ребенок уже приучен к малоподвиж­ному образу жизни, что особенно тревожно.

**Приемы руководства двигательной активностью детей**.

При руководстве двигательной активностью детей средней подвижности достаточно создать необходимые условия, т.е. предоставить место для движений, время, игрушки-двигатели, физкультурное оборудование и по­собия. Физиологи советуют смелее полагаться на "само­регуляцию", которая у них проявляется достаточно ярко, руководство двигательной активностью детей большой подвижности, направляется не на уменьшение их двига­тельной активности, а на регулирование интенсивности движений. Пусть по времени дети двигаются как можно больше - важно запрограммировать такой состав движе­ний, которые требуют сосредоточенности внимания, сдер­жанности, точности. Ребят надо специально учить точ­ным движениям: метанию в цель, прокатыванию мяча по ограниченной площади (половице, дорожке из двух шнуров, гимнастической скамейке и пр.), ловле мяча, отбиванию его от пола. Полезны все виды и способы ла­зания, упражнения в равновесии, общеразвивающие уп­ражнения на ограниченной площади (плоскостном кру­жочке на полу, чурбане, скамейке, доске). Особым регу­лирующим приемом является внесение осмысленности содержания в двигательную деятельность. При бесцель­ном беге, например, ребенку можно напомнить сюжеты игры в автомобиль, самолет, поезд и т.п.

У малоподвижных детей следует воспитывать интерес к движениям, потребность в подвижных видах деятель­ности. Особое внимание уделяется развитию всех основ­ных движений, особенно интенсивных (бег, прыжки - разные их способы). Малоподвижные дети вовлекаются в активную двигательную деятельность на протяжении всего дня. Следует позаботиться о той, чтобы она была для детей интересной, непринужденной. Не нужно бо­яться, что дети утомятся. Этого никогда не произойдет, если обеспечить условия для разнообразных движений в физкультурной, игровой, трудовой деятельности инди­видуально с воспитателем или в коллективе детей. По­могут в этом разнообразные физкультурные пособия, иг­рушки-двигатели. Полезно вспомнить здесь наставления физиологов: дети не устают, если часто меняют движе­ния, их темп, амплитуду, место выполнения. В этом случае происходит естественный отдых (активный отдых), разнообразная двигательная деятельность не только не утомляет ребенка, а наоборот - снимает утомление, активизирует память, мышление.

Многие приемы руководства двигательной активностью детей одинаковы для детей разной подвижности. Так, в игры всех детей следует вносить определенные сюжеты, требующие движений, что способствует активизации малоподвижных детей, вносит определенную осознанную направленность в бесцельную беготню детей большой под­вижности. Сюжетной направленности движений способству­ет использование физкультурных пособий, атрибутов, под­сказка игрового образа, наводящий вопрос, напоминание. Полезно объединять в совместных играх детей разной подвижности, давая, например, одну игрушку, пособие на двоих.

Необходимо обращать внимание детей на осмысление их движений и действий: что делаешь, почему так, как можно по-другому, с каким еще предметом можно вы­полнить данное движение, как по-разному можно рас­ставить предметы для движений. Это необходимо для обогащения содержания двигательной деятельности. При разных движениях дети меньше устают, так как при активной нагрузке на различные мышцы происходит их естественный отдых; они более целенаправленно начина­ют использовать движения в играх. Практика показыва­ет, когда такие ситуации создаются регулярно, дети с удовольствием двигаются.

Таким образом, индивидуальный подход в физичес­ком воспитании дошкольника учитывает разные сторо­ны его двигательного развития. Он включает в себя ком­плекс методов и приемов, устанавливающих взаимосвязь между содержанием двигательного материала и индиви­дуальными особенностями детей.