

«Организация двигательной активности детей на прогулке»

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. Однако некоторые воспитатели недооценивают значение зимней прогулки и часто сокращают её, ссылаясь на то что, дети замерзают и не хотят гулять. При правильно организованной прогулке, оснащённой разнообразными видами деятельности (наблюдения за окружающим, труд, игры и спортивные упражнения) дети с большим удовольствием и с пользой для своего здоровья проводят время на воздухе. Воспитателю при этом важно следить за тем чтобы деятельность детей была разнообразной и различные виды её целесообразно сочетались. Значительное место отводится самостоятельной деятельности детей. Здесь дети имеют большие возможности для приобретения и закрепления двигательного опыта, для удовлетворения биологической потребности в движении. Эта деятельность должна составлять 60- 83 % времени всей прогулки. Но для развития самостоятельной двигательной деятельности необходимо создать соответствующие условия. Воспитатель каждый раз должен тщательно продумывать, какие физкультурные пособия и спортивный инвентарь следует выносить на участок, решить где и как разместить игровой материал, чтобы дети, играя не мешали друг другу. Педагогически целесообразное оформление участка зимой помогает разнообразить деятельность детей, обогащаем их игры, повышаем интерес к прогулке. Посильное участие в создании снежных построек в расчистке участка является хорошим средством для активности

дошкольников. На площадке детского сада для самостоятельных игр и упражнений можно устроить снежный лабиринт, горки, валы для ходьбы, цели для метания, ракеты, пароходы и другие постройки для разнообразных творческих игр. В самостоятельной двигательной деятельности значительное место отводится подвижным играм. Дети самостоятельно могут организовать подвижные игры, хорошо знакомые, а педагог следит за их ходом, взаимоотношением детей, в случае необходимости оказываем помощь, распределяем играющих в равные по силам команды и т. д. На прогулке воспитатель добивается от детей самостоятельного использования подвижных игр с разным набором движением. Наряду с подвижными играми старшие дошкольники широко используют на прогулке спортивные упражнения.

Детей привлекают уже более трудные способы скольжения, спуски с гор на санках и лыжах. На прогулках дети могут самостоятельно ходить, применяя разные способы передвижения. Воспитатель обращает внимание на технику ходьбы, уточняют движения. Совершенствованию ходьбы на лыжах способствуют игры: «Шире шаг», «Кто быстрее», «Карусель». Известно, что руководство деятельностью на прогулке необходимо строить с учётом индивидуальных особенностей детей. При чём в индивидуальном подходе нуждаются как активные так и пассивные, малоподвижные игры. Для определения методов работы с тем или иным ребёнком важно учитывать его характер, уровень развития основных движений, общее состояние здоровья. У застенчивых, робких ребят важно развивать активность, интерес и потребность к разнообразным движениям, подвижным играм. Иногда следует подсказать ребёнку чем ему лучше заняться, или предложить инициативным ребятам пригласить робких, малоподвижных. Чрезмерно подвижным возбудимым детям целесообразно чаще давать задания, способствующие развитию волевых черт характера, выдержки и дисциплинированности. Педагогическое руководство двигательной деятельности дошкольников может быть осуществлено при использовании

разнообразных методических приёмов, направленных на регулирование всех видов деятельности, совершенствование движений и формирование положительных черт характера с учётом особенностей каждого ребёнка.