**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад общеразвивающего вида №31 п. Мирской Кавказский район**

**Консультация.**

**«Использование прогулки в целях развития движений у детей дошкольного возраста»**

Движение – это врожденная, жизненная необходимость   
и потребность человека. Полное удовлетворение ее особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и   
функции организма. Маленький ребенок – деятель! И деятельность его   
выражается, прежде всего, в движениях.  
Каждый ребенок должен как можно больше бывать на свежем воздухе - это совершенно необходимо для его здоровья. Прогулка - это замечательное время для развития движений.  
Следует помнить, что полноценное общение с природой, насыщенное познавательным интересом и приятными переживаниями, вызывает у ребёнка общее состояние гармонии, душевного равновесия. А это - ничто иное, как психическое здоровье, который укрепляет организм в целом и является основой физического здоровья. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус.

Прогулка способствует умственному воспитанию. Во время пребывания на участке или на улице дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения и т.д. Из наблюдений они узнают об особенностях сезонных изменений в природе, подмечают связи между различными явлениями, устанавливают элементарную зависимость. Наблюдения вызывают у них интерес, ряд вопросов, на которые они стремятся найти ответ. Все это развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей.

Прогулки дают возможность решать задачи нравственного воспитания. Воспитатель знакомит детей с родным городом, его достопримечательностями, с трудом взрослых, которые озеленяют его улицы, строят красивые дома, асфальтируют дороги. При этом подчеркивается коллективный характер труда и его значение: все делается для того, чтобы нашим людям жилось удобно, красиво и радостно. Ознакомление с окружающим способствует воспитанию у детей любви к родному городу.

Малыши трудятся в цветнике - сажают цветы, поливают их, рыхлят землю. У них воспитывается трудолюбие, любовь и бережное отношение к природе. Они учатся замечать ее красоту. Обилие в природе красок, форм, звуков, их сочетание, повторяемость и изменчивость, ритм и динамика -все это вызывает даже у самых маленьких радостные переживания.

Таким образом, правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей Для пребывания. детей на свежем воздухе отводится примерно до четырех часов в день. Летом это время значительно увеличивается. Режим дня детского сада предусматривает проведение дневной прогулки после занятий и вечерней - после полдника. Время, отведенное на прогулки, должно строго соблюдаться.

Для осуществления задач всестороннего развития создаётся участок на территории детского сада для организации разнообразной деятельности детей. Большое значение имеет озелененный, в соответствии с педагогическими и гигиеническими требованиями спланированный и оборудованный участок. Желательно, чтобы каждая возрастная группа располагала отдельным участком, отгороженным от других групп кустарником. На этом участке выделяются места для проведения подвижных игр и развития движений детей (ровная площадка), для игр с песком, водой, строительным материалом, для творческих игр и игр с различными игрушками.

В зимнее время на участке следует устроить горку, ледяные дорожки и

Одевание детей нужно организовать так, чтобы не тратить много времени и чтобы им не приходилось долго ждать друг друга. Для этого необходимо продумать и создать соответствующие условия. Для каждой группы нужна просторная раздевальная комната с индивидуальными шкафчиками и достаточным числом банкеток и стульчиков, чтобы ребенку было удобно сесть, одеть рейтузы или обувь и не мешать при этом другим детям.

Воспитатель должен научить детей одеваться и раздеваться самостоятельно и в определенной последовательности. Сначала все они одевают рейтузы, обувь, затем платок, пальто, шапку, шарф и варежки. При возвращении с прогулки раздеваются в обратном порядке. Малышей помогает одевать няня, давая, однако, им возможность самим сделать то, что они могут. Когда у детей выработаются навыки одевания и. раздевания и они будут делать это быстро и аккуратно, воспитатель только помогает им в отдельных случаях (застегнуть пуговицу, завязать шарф и т. п.). Нужно приучать малышей к тому, чтобы они оказывали помощь друг другу, не забывали поблагодарить за оказанную услугу. Чтобы навыки одевания и раздевания формировались быстрее, родители должны дома предоставлять детям больше самостоятельности.

Когда большинство детей оденется, воспитатель выходит с ними на участок. За остальными детьми следит няня, затем провожает их к воспитателю. Выходя на прогулку, дети сами выносят игрушки и материал для игр и занятий на воздухе.

Содержание детей на прогулке зависит от времени года, погоды, предшествующих занятий, интересов и возраста.

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если занятия были связаны с долгим сидением детей. Если же они идут гулять после музыкального или физкультурного занятия, то игру можно провести в середине прогулки или за полчаса до ее окончания.

Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни целесообразно начинать прогулку с игр большей подвижности, связанных с бегом, метанием, прыжками. Веселые и увлекательные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду. В сырую, дождливую погоду (особенно весной и осенью) следует организовать малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства.

Игры с прыжками, бегом, метанием, упражнениями в равновесии следует проводить также в теплые весенние, летние дни и ранней осенью.

Во время прогулок могут быть широко использованы бессюжетные народные игры с предметами, такие, как бабки, ,кольцеброс, кегли, а в старших группах - элементы спортивных игр: волейбол, баскетбол, городки, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей. В жаркую погоду проводятся игры с водой.

Полезны игры, при помощи которых расширяются знания и представления детей об окружающем. Воспитатель дает детям кубики, лото, поощряет игры в семью, больницу и др. Он помогает развить сюжет игры, подобрать или создать необходимый для нее материал.

Помимо подвижных игр и отдельных упражнений в основных движениях, на прогулке организуются и спортивные развлечения -(упражнения). Летом - это езда на велосипеде, самакатах, зимой - катание на санках, коньках, скольжение на ногах по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах.

Во время прогулки необходимо уделять внимание трудовой деятельности детей. Содержание и формы ее организации зависят от погоды и времени года. Так, осенью дети собирают листья , урожай на огороде, зимой могут сгребать снег, делать из него разные сооружения. Необходимо стремиться сделать детский труд радостным, помогающим малышам овладеть полезными навыками и умениями.

Трудовые задания должны быть посильны детям и вместе с тем требовать от них определенных усилий. Воспитатель следит, чтобы они выполняли

Во время прогулки воспитатель следит за тем, чтобы все дети были заняты, не скучали, чтобы никто не озяб или не перегрелся. Тех детей, кто много

Во время прогулок воспитатель проводит индивидуальную работу с детьми: для одних организует игру с мячом, метание в цель, для других - упражнение в равновесии, для третьих - спрыгивание с пеньков, перешагивание через деревья, сбегание с пригорков.

На прогулках осуществляется работа и по развитию речи ребенка: разучивание потешки или небольшого стихотворения, закрепление трудного для произношения звука и т. п. Воспитатель может вспомнить с детьми слова и мелодию песни, которую разучивали на музыкальном занятии.

В круглосуточных дошкольных учреждениях с детьми проводится и вечерняя прогулка. Участок при этом должен быть хорошо освещен. Основное место во время прогулки отводится самостоятельным играм детей.

**Вывод**

Проведенный анализ литературы показал, что подвижные игры выступают как эффективное средство развития физических качеств физической подготовленности. Подвижные игры способствуют воспитанию физических качеств, но не показана методика формирования у учащихся умения и навыков по самостоятельному проведению подвижных игр за пределами школы.

Подвижные игры играют большую роль в умственном и физическом развитии ребенка. Различные подвижные игры помогают развивать различные группы мышц тела, координацию движений, способствуют развитию речи и мышления.

Но для того, чтобы эффект от игры был положительный, необходимо при ее выборе учитывать физиологические особенности детей различных возрастов; во многом успех игры зависит от выбора места ее проведения и подготовки этого места к игре, объяснения правил, разделения на команды и выбора водящих.Конечно, такая активная деятельность предусматривает удобную, легкую, не сковывающую движений одежду. Но нельзя ограничиваться лишь созданием условий для прогулки. Нужно заботиться о том, чтобы каждому ребенку было интересно и не было скучно.