

Организация двигательной активности детей на прогулке с родителями



Гребенюк Юлия Николаевна

Воспитатель ГБДОУ детский сад № 45

Кировского района г. Санкт-Петербурга

2020 г.

Гулять с ребенком необходимо с самого его рождения, но, к сожалению, не все родители хотят, понимают необходимость и готовы подолгу гулять с ребенком, а потом начинают удивляться, почему малыш чаще болеет, не так быстро развивается, как сверстники и так далее. Активные и длительные прогулки, где бы они ни проходили: детской площадке, в парке, за городом, на море и так далее, пойдут ребенку любого возраста только на пользу.



Во время игр на воздухе, в природных условиях у детей формируются умения использовать приобретенные двигательные навыки в многообразных жизненных ситуациях. У них развивается ловкость, быстрота, они становятся сильными и выносливыми, приучаются действовать смело, проявляя активность, настойчивость, инициативу и самостоятельность.

Незначительная усталость, вызываемая участием в подвижной игре, полезна: систематически повторяясь, она способствует приспособлению организма к повышенной физической нагрузке, увеличению работоспособности.

Подвижные игры на прогулке в режиме дня проводятся ежедневно 2 - 3 раза в день и являются дополнением к обязательным занятиям урочного типа. Продолжительность одной подвижной игры 7 – 15 минут. Правила подвижных игр диктуют быстрые разнообразные физические действия участников. Игры помогают решать важные задачи воспитания и обучения детей: учат слушать, быть внимательным, правильно управлять своими движениями, привыкать к дисциплине и сознательно относиться к занятиям.



Использование подвижных игр требует соблюдения следующих методических принципов:

- Подбор игр в соответствии с лечебно - педагогическими и воспитательными задачами.
- Четкое объяснение правил игры и распределение ролей.
- Регулирование длительности перерывов в игре или проведение игры совсем без перерывов.
- Проведение игры на большем или меньшем участке, с большим или меньшим количеством препятствий.

Также для повышения активности и обогащения движений младших дошкольников большое значение имеет создание необходимых условий, использование различных предметов, игрушек (мячей, шариков, обручей, кубиков и т. п.), побуждающих к различным двигательным действиям.

В заключении хочется сказать, что двигательная активность детей должна быть построена правильно! И очень важно проводить игры на прогулке. Чем чаще, тем лучше!



Список литературы:

1. <https://www.bibicall.ru/poleznye-materialy/zachem-gulyat-s-rebenkom-gde-i-kak-i-est-li-polza-ot-progulok-na-detskikh-ploshchadkakh/> «Зачем гулять с ребенком? Где и как? И есть ли польза от прогулок на детских площадках?»
2. Слуцкая Наталья. «Организация двигательной активности детей на прогулке»