**Создание условий для двигательной активности детей**

**в течение дня в детском саду.**

(Из опыта работы)

Воспитатель: Левинова Л. В.

 Двигательная активность дошкольника должна быть направлена и соответствовать его опыту, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма, что и составляет основу индивидуального подхода к каждому ребенку. Содержательная сторона двигательного режима дошкольников должна быть направлена на развитие умственных, духовных и физических способностей детей.

Придавая особую значимость роли двигательной активности в укреплении здоровья дошкольников необходимо определились приоритеты в режиме дня.

**Первое место** в двигательном режиме детей принадлежит физкультурно-оздоровительным занятиям (утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения во время прогулок, физкультминутки на занятиях с умственной нагрузкой и т.д.)

**Второе место** в двигательном режиме детей занимают учебные занятия по физической культуре – как основная форма обучения двигательным навыкам и развития оптимальной двигательной активности детей.

**Третье место** отводится самостоятельной двигательной деятельности, возникающей по инициативе детей. Она дает широкий простор для проявления их индивидуальных двигательных возможностей.

Самостоятельная деятельность является важным источником активности и саморазвития ребенка. Продолжительность ее зависит от индивидуальных проявлений детей в двигательной деятельности.

Основным видом деятельности в дошкольном возрасте, как известно является игра. Поэтому двигательная среда должна быть насыщена различным оборудованием и спортивным инвентарём, способствующим развитию игры. Потребность в движении является важной задачей при организации предметно – развивающей среды.

В нашей группе создан «Уголок физической культуры»:

Задачи «Уголка физической культуры» создать условия для занятия физическими упражнениями в группе, стимулировать желание детей заниматься двигательной деятельностью. Воспитывать у детей осознанное отношение к своему здоровью. Укрепление мышц нижних и верхних конечностей, профилактика плоскостопия; профилактика простудных заболеваний; укрепление мышц спинного позвоночника.

Оборудование и материалы, которые есть у нас в уголке: коврики, дорожки массажные, со следочками (для профилактики плоскостопия) ; палки гимнастические; мячи; корзина для метания мячей; обручи; скакалки; кегли; дуга; кубы; мат гимнастический; шнур длинный и короткий; мешочки с грузом; ленты разных цветов; флажки; атрибуты для проведения подвижных игр, утренней гимнастики.

В нашей группе создан «Центр строительных игр».

Здесь дети усваивают представления об основных свойствах объемных геометрических, в основном крупных, форм (устойчивость, неустойчивость, прочность, шершавости –гладкости их поверхности, в приобретении умений воссоздать знакомые предметы горизонтальной плоскости (дорожки, лесенки, стульчики и т. д., развивают навыки сотворчества со взрослыми самостоятельного творчества, развивать мелкую моторику пальцев, рук, в приобретении умения строить мебель, горки, дома. Учатся понимать видоизменяемость конструкции, возможность строительства не только по горизонтали, но и по вертикали. Анализируют объект, учатся видеть основные части детали, составляющие сооружения, возможность создания их из различных форм.

Оборудование и материалы, которые есть у нас в уголке: пластмассовые конструкторы с разнообразными способами крепления деталей; строительные наборы с деталями разных форм и размеров; мягкие модули; коробки большие и маленькие; маленькие игрушечные персонажи (котята, собачки и др., машинки, для обыгрывания.

Дети нашей группы очень любят играть как с Лего так и с модулями. У них игра приобретает сюжетно-ролевый характер. Из конструктора дети строят постройки, необходимые для обыгрывания сюжетов. Очень часто конструктор используем на занятиях, зарядке, на праздниках. Играя с конструктором, наши малыши не только активно двигаются, но и формируют моторику, внимательность, мышление, воображение, и приобретают трудовые навыки.

«Прогулка». На прогулке мы планируем одну подвижную игру, общую для всех детей, и 1-2 игры с подгруппами детей. Кроме того, мы проводим игровые упражнения для индивидуальной работы. Важно для прогулки планировать не только подвижные, но и спортивные игры и спортивные упражнения (зимой -катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, весной, летом, осенью - катание на велосипеде, самокате)..

 «Вторая половина дня». Во вторую половину дня с детьми мы проводим гимнастику после сна и закаливающие мероприятия. Часто мы планируем для детей праздники, досуги, развлечения. Во вторую половину дня также мы включаем самостоятельную двигательную деятельность, используя различное физкультурное оборудование, тренажеры, дидактический материал - карточки для самостоятельной двигательной активности. Вечером, перед уходом детей, мы планировать спокойную двигательную деятельность - малоподвижные игры, дыхательные упражнения, оздоровительные упражнения, пальчиковую гимнастику.

**Заключение**

Достижения в развитии детей в значитель­ной мере зависят от того, какие мотивы побуждают их к двигательной деятельности, к чему они стремятся, как эмоционально относятся к окружающей обстановке, людям и стоящим перед ними зада­чам.

 Поэтому вся наша работа построена таким образом, чтобы режимные отрезки  двигательной деятельности детей проводилась ненавязчиво, в процессе наибо­лее привлекательных видов,  и занятия, основанные на подвижных играх.

Главное, чтобы все формы двигательной активности и двигательной деятельности, реализуемые в процессе дня, как организованные, так и самостоятельные, индивидуальные, благоприятно отразились на развитии моторики, на физическом и психическом здоровье детей.