**Консультация: «Руководство самостоятельной двигательной активности детей раннего дошкольного возраста»**

Говоря о здоровье, можно оценить его, используя множество критериев. Это и рациональное питание, и закаливание и личная гигиена, и наличие положительных эмоций. Одним из критериев оценки здоровья является оптимальный двигательный режим.

Самостоятельная двигательная активность детей является прекрасным средством не только физического, но и общего развития ребенка.

Двигательная активность детей во время самостоятельной деятельности будет проявляться в полном объеме при наличии следующих условий: если обогатить физкультурно-игровую среду в группе, научить детей самостоятельно действовать с физкультурно-игровым оборудованием, сформировать интерес к самостоятельной двигательной активности в свободное время.

**Следует предусмотреть максимально большую площадь для движения детей. Мебель и физкультурное оборудование  должны  стимулировать детскую активность. При этом в различных местах групповой комнаты необходимо разместить маленькие диванчики, кубы для отдыха и игр детей. Это будет способствовать частой смене подвижной и спокойной деятельности по собственной инициативе малышей.**

***Цель***: разработать систему работы по организации и руководству двигательной активности детей раннего возраста.

***Задачи*** :

* Создать условия для двигательной активности в группе, на участке детского сада, в режимных моментах, в свободной деятельности;
* Обеспечить индивидуальный подход к детям с разной двигательной активностью;
* Формировать систему работы по организации и руководству двигательной активности детей, в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОУ.

**Двигательный режим в детском саду складывается из организованной и самостоятельной двигательной деятельности. Самостоятельная деятельность составляет наибольшее время в режиме дня маленьких детей. Она является и наименее утомительной из всех форм двигательной активности. Руководство самостоятельной двигательной деятельностью предусматривает следующие моменты: организация физкультурно-игровой среды,** нестандартное оборудование стимулирует интерес детей, желание двигаться, участвовать в играх; вызывает радость и положительные эмоции.

Эти, бесполезные на первый взгляд, предметы превратились в забавные игрушки и пособия для выполнения различных упражнений и корригирующих гимнастик, направленные на оптимизацию самостоятельной двигательной активности, а также всестороннее развитие детей.

Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в физические занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения. Нестандартное оборудование объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. Использование ярких цветных пособий повышает у детей интерес к занятиям, придает им необходимую эмоциональную окраску.

В повседневной работе я руковожу самостоятельной двигательной деятельностью детей

Обогащаю знания детей о подвижных играх и физических упражнениях.

Развиваю умение самостоятельно действовать с различными предметами и пособиями (обручи, мячи, дуги и т. д.).

Развиваю выразительность движений. Поощряю двигательное творчество детей.

Формирую интерес к подвижным играм и двигательной активности в целом.

**Физкультурное оборудование для малышей должно включать элементы игрового материала. Это скорее физкультурно-игровое оборудование, дающее возможность ребенку свободного перехода от “чисто двигательной” деятельности к игровой и наоборот. Таким образом, создаю условия для наиболее полного самовыражения малыша в его деятельности.**

Во время **самостоятельной деятельности ребенка я** формирую его поведение: **воспитываю** бережное отношение к игрушкам, учу не разбрасывать их, убирать на место.

Большое внимание уделяю формированию положительного взаимоотношения между детьми:

-учу не мешать игре другого ребенка

-вызываю интерес к играм друг друга

-поощряю умение играть рядом и первые совместные игры

-развиваю такие чувства, как доброжелательность, сочувствие, помощь, умение делиться своей любимой игрушкой.

**Преимущество крупного игрового материала состоит в том, что он стимулирует двигательную активность. С мелкими игрушками ребенок чаще играет сидя на одном месте, сосредотачивая всю энергию на деятельности рук и глаз.**

Самостоятельная двигательная деятельность организуется в разное время дня: утром до завтрака, в часы игр после дневного сна и во время прогулок. Самостоятельные подвижные игры и физические упражнения детей чередуются с более спокойной деятельностью. При этом учитываю индивидуальные особенности каждого ребенка, его самочувствие.

Необходимо наблюдать за детьми, уметь видеть всех и при необходимости оказывать помощь; предусматривать каждому ребенку место для движений, оберегать это пространство; привлекать детей к размещению физкультурных пособий в группе, на участке, стимулируя этим желание выполнять те или иные движения; снимать напряжение, скованность отдельных детей улыбкой, поощрением.

Чаще всего самым первым движением, которым овладевает ребёнок это ползание. Работает плечевой пояс, нагрузка на позвоночник невелика, что благотворно влияет на развитие правильной осанки. В будущем, овладев ходьбой, дети редко пользуются ползанием. Но мы должны развивать у детей это движение. Здесь можно использовать игру «Проползи в воротики», «Переползи через брёвнышко», «К мышке в норку проползём, от кота её спасём» (в обруч).(фото дорожки следы)  
Чтобы вызвать у ребёнка интерес к выполнению помогут игровые приёмы. «Идём в гости к зайке, мишке», «Пройди по дорожке». Здесь можно использовать дорожки, сделанные своими руками, а если к их изготовлению привлечь малыша – пользы будет ещё больше. Например, из пробок – дорожки, цветные коврики.

Чтобы задать ритм, помогут различные слова:  
      Топ-топ-топ, зашагали ножки  
      Топ-топ-топ, прямо по дорожке.  
      Чтобы ребёнок не шаркал ногами при ходьбе, можно предложить ему перешагнуть через лежащие на полу верёвку, скакалку, палку.  
      Любимое движение у малышей это бег. Если ему предложить «Догнать собачку», «Убежать от дождика» или «Подбежать к маме или папе», ребёнок с большой радостью это выполнит. Так же поможет речевое сопровождение.   
      Побежали ножки, прямо по дорожке,  
      Прибежали к маме маленькие ножки.

       Главный принцип при работе над развитием движений – нельзя заставлять ребёнка их выполнять. Нужно создать условия для того, чтобы малыш сам захотел поиграть. Но и ограничивать в движениях тоже плохо.       А главное условие при обучении малыша разным движениям, чтобы взрослый сам принимал в этом активное участие.

Также мною были созданы различные картотеки для детей раннего возраста, картотеки физкульт-минуток, комплекс утренних гимнастик, картотека ритмических гимнастик под музыку и многие другие.

Т. о., тщательное планирование и использование подвижных игр и игровых упражнений, направленных на повышение самостоятельной двигательной активности детей в дальнейшем позволит:

1. Избежать гиподинамии. (Гиподинамия — нарушение различных функций организма вследствие ограничения двигательной активности ребёнка)

2. Обогатить детей знаниями о многообразии физических упражнений и подвижных игр.

3. Сформировать привычку к здоровому образу жизни.

4. Создать оптимальные условия для обеспечения самостоятельной двигательной активности детей.

**Работая в этом направлении очень важно, чтобы все формы двигательной активности и двигательной деятельности, реализуемые в процессе физического воспитания в детском саду, как организованные, так и самостоятельные, индивидуальные, благоприятно отразились на развитии моторики, на физическом и психическом здоровье детей**

Двигательная активность представляет собой удовлетворение потребности организма ребёнка в движении. Ведь ключ к здоровью – ***это движение!***

Спасибо за внимание!