**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**муниципального образования город Краснодар**

**«Детский сад комбинированного вида № 188»**

350921, г. Краснодар, посёлок Белозёрный 7/1

телефон/факс: (861) 229-43-24, e-mail: [detsad188@kubannet.ru](mailto:detsad188@kubannet.ru)

**Консультация для воспитателей:**

**«Место различных видов подвижных игр**

**в режиме дня в летний период».**

**Инструктор по ФК:**

**Кротова С.Ю.**

**г. Краснодар**

Большую часть времени в дошкольном учреждении в летний период ребенок должен находиться на свежем воздухе, поэтому от того насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации режима детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья.

Формами организации двигательно-оздоровительной работы в ДОУ являются:

• самостоятельная деятельность детей;

• подвижные игры;

• утренняя гимнастика;

• двигательно-оздоровительные физкультминутки;

• физические упражнения после дневного сна;

• физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами;

• физкультурные досуги;

• спортивные праздники.

Первое место в двигательном режиме детей принадлежит физкультурно-оздоровительным мероприятиям. К ним относятся общеизвестные виды двигательной активности: утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения во время прогулок, физкультминутки во время деятельности с умственной нагрузкой, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия и т. д.

Утром до завтрака обязательно возникают игры по интересам детей. Среди них имеют место и самостоятельные **подвижные** игры небольших детских коллективов. Это могут быть игры малой **подвижности**: «Угадай, кто позвал?», «Летает - не летает» и т.д.

Игры малой **подвижности** рекомендуется проводить в утренние часы приема. Активная двигательная деятельность сразу после завтрака нецелесообразна, лучше провести игру средней или малой **подвижности.**

Перед занятиями уместны игры средней **подвижности.**

Такие игры рекомендуются для снятия интенсивной физической нагрузки, статической утомленности, тревоги, напряженности. Это игры со спокойными перемещениями, движения небольшие по амплитуде, в спокойном и умеренном темпе (спокойная ходьба, ходьба с заданиями, движения руками, движения по кругу, повороты туловища и т. п.)

На утренней прогулке после занятий проводятся разные по характеру **подвижные игры.** Их количество и длительность в отдельные дни недели не одинаковы.

На прогулке рекомендуется организовывать 2-3 игры, если в этот день не было физкультурной образовательной деятельности. В дни проведения ИОС, организуется одна подвижная игра и какое – либо физическое упражнение на закрепление основных видов движений. В старших группах в течение месяца может быть проведено 15 – 20 игр. Каждая новая игра повторяется 4-5 раз. Не следует забывать об играх – эстафетах.

При подборе игр учитываются предшествующие занятия. В дни, когда есть музыкальные и физкультурные ИОС подбирают **подвижные** игры с менее активными действиями и проводят их не в начале, а в середине прогулки.

Для детей третьего года жизни, в дни, когда проводятся физкультурные ИОС, длительность **подвижных** игр может быть 6-8 мин. В другие дни (без физкультурных ИОС) следует проводить **подвижные** игры в сочетании с различными физическими упражнениями. Их общая длительность может доходить до 10-15 мин.

С детьми четвертого года длительность **подвижных** игр и физических упражнений на прогулке в дни физкультурных занятий составляет 6-10 мин. В остальные дни, когда занятия по физической культуре не проводятся, время для проведения **подвижных игр** увеличивается до 15-20 мин.

Физкультминутки применяются с целью предупреждения утомления на НОД. Длительность ее составляет 2-3 минуты в середине проведения.

Перед обедом, пока проходит сервировка столов, также можно предложить детям игры малой **подвижности.**

На вечерней прогулке можно проводить **подвижные игры,** как со всей группой детей, так и с небольшими подгруппами, но желательны игры малой **подвижности.** Для этого времени хороши игры с текстом, с пением, хороводные.

Второе место в двигательном режиме детей занимает образовательная деятельность по физической культуре – как основная форма обучения двигательным навыкам и развития оптимальной двигательной активности детей. Рекомендуется проводить ИОС по физической культуре не менее трех раз в неделю в первой половине дня (одно на воздухе). В летний период у детей старшего и подготовительного к школе возраста физкультурная образовательная деятельность три раза в неделю на воздухе.

В ИОС по физической культуре могут быть включены две игры. Одна, более **подвижная – в основную часть**, вторая, более спокойная – в заключительную часть образовательной деятельности; цель последней – успокоить детей, несколько снизить физиологическую нагрузку, полученную ими в основной части.

Гимнастика после дневного сна помогает улучшить настроение детей, способствует профилактике нарушений осанки и плоскостопия. Эту гимнастику следует проводить 7 – 15 минут и тоже в игровой форме.

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. Самостоятельная двигательная деятельность детей организуется в разное время дня: утром до завтрака, между непосредственно образовательной деятельностью, после дневного сна, во время прогулок. При планировании самостоятельной деятельности важно позаботиться о создании физкультурно-игровой среды (пространство, достаточное для движений, разнообразие и чередование пособий и игрушек). Педагог в течение дня может вносить различные физкультурные пособия и по-разному группировать их.

Необходимая двигательная активность способствует улучшению питания тканей, формированию скелета, правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям.

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий, основана на следующих принципах:

• непрерывность (с утра до вечера);

• добровольность (вызывать желание, а не принуждать);

• доступность упражнений;

• чередование организованных форм с самостоятельной двигательной деятельностью.

Согласно современным данным, дети двигаются в два раза меньше, чем это предусмотрено возрастной нормой. Явно недостаточно внимания уделяется самостоятельной двигательной деятельности ребёнка.

***Основным видом деятельности в дошкольном возрасте, как известно, является игра. Поэтому двигательная среда должна быть насыщена различным оборудованием и спортивным инвентарём, способствующим развитию игры.***

Повышение самостоятельной двигательной активности детей может рассматриваться как одно из действенных средств сохранения здоровья ребёнка, улучшения его физической подготовленности, обогащения двигательного опыта, увеличения творческого и познавательного потенциала.