Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №164

***Консультация для воспитателей на тему:***

***«Подвижные игры и физические упражнения на прогулке».***

Подготовила:

инструктор по физкультуре

Быкова О.А.

Основными задачами проведения подвижных игр и физических упражнений на прогулке, являются:

- дальнейшее расширение двигательного опыта детей, обогащение его новыми, более сложными движениями;

- совершенствование имеющихся у детей навыков в основных видах движений путем применения их в изменяющихся игровых ситуациях;

- развитие двигательных качеств: быстроты, выносливости, ловкости;

- воспитание самостоятельности, активности, положительных взаимоотношений со сверстниками.

Игра, несомненно, является ведущим видом деятельности дошкольников. При правильной организации и содержании п/и у детей воспитывается внимание и наблюдательность. Дисциплина, умение владеть своими чувствами и движениями, а следовательно развивается воля и вырабатывается характер. Поэтому важно подбирать упражнения, соответствующие возрасту и развитию ребенка.

При проведении подвижных организованных игр очень важна роль воспитателя, которому необходимо не только знать правила игры, но и умело руководить ее процессом, чтобы осуществить цели, поставленные в игре. Очень важно пользоваться так называемыми сигнальными словами, диктующими то или иное действие. Их надо произносить четко, требовательно, несколько громче остальных и выделять предварительно паузой.

**Младший возраст.**

Задачи: развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Поощрять самостоятельные игры с автомобилями, мячами, шарами. Развивать навыки лазания, ползания. Вводить различные игры со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

С бегом «Мыши и кот»

С прыжками «Воробышки и кот», «Кролики»

С лазанием « Наседка и цыплята»

С бросанием и ловлей « Кто бросит дальше»

На ориентировку в пространстве « Найди свой домик»

**Средний возраст**

Задачи: продолжать развивать двигательную активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д. Развивать психофизические качества, пространственную ориентировку, воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к концу года к выполнению правил без напоминания воспитателя. Развивать творческие способности детей в играх (придумывание вариантов игр, комбинирование движений)

С бегом « Самолеты»

С прыжками «Прыгай выше»

С ползанием «Пролезай и убегай»

С мячом « Мяч через сетку», «Подбрось – найди»

На ориентировку в пространстве , на внимание «Найди, где спрятано»

Народные игры « У медведя во бору»

**Старший возраст**

Задачи: продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, доводить их до конца, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх эстафетах, учить спортивным играм и упражнениям

С бегом «Ловишки», «Мышеловка», « Хитрая лиса»

С прыжками «Классы»

С лазанием «Пожарные на учении»

С метанием «Охотники и зайцы»

С элементами соревнования «Кто быстрее», «Кто выше»

Народные « Горелки»

**Подготовительная группа**

Задачи: учить детей использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры, в том числе и игры с элементами соревнования, способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умение ориентироваться в пространстве, самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками. Справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявлять творческие способности, развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, футбол, хоккей).

С бегом «Горелки», «Жмурки», «Сельдь в бочке»

С прыжками «Удочка»

С метанием и ловлей «Кого назвали, тот ловит мяч»

С ползанием и лазанием «Перелет птиц», «Веселые обезьянки»

Эстафеты : «С обручами»

Народные « Горелки», «Ручеек», «Калачи».

Подвижные игры как основная двигательная деятельность детей дошкольного возраста планируется воспитателем в различное время дня в соответствии с режимом каждой возрастной группы. Утром до завтрака обязательно возникают игры по интересам детей. Среди них имеют место и самостоятельные подвижные игры небольших детских коллективов. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке являются формой ежедневной работы дошкольного учреждения по физическому воспитанию. На прогулке длительность игр и упражнений составляет 10-12 минут, если в этот день планируется физкультурное занятие, 30-40 минут в остальные дни. Вечером подвижным играм и физическим упражнениям необходимо отводить 10-15 минут. Эта форма работы открывает широкие возможности для физического совершенствования детей, укрепления их здоровья и закаливания. Важно, чтобы в распоряжении детей был игровой материал, физкультурные пособия и инвентарь, стимулирующий двигательную активность. Поэтому чрезвычайно важны поиски новых форм и содержания ролевых игр ("Запуск ракеты", "Пожарные на учении", "Спортивные состязания" и т.д.).