

**Тема: «Организация двигательной активности детей раннего возраста на прогулке.»**

Воспитатель: Бабенко В.В..

A decorative graphic consisting of several sets of concentric circles in a lighter shade of blue, scattered across the bottom half of the slide. The circles vary in size and are positioned in the lower-left, lower-center, and lower-right areas.

# Актуальность темы:

Физическое воспитание является одной из основных задач воспитания детей раннего возраста. Движения – это органическая потребность ребёнка, и чем он меньше, тем сложнее ему обходиться без движений. Грамотная организация двигательной активности детей раннего возраста заключается в учёте особенностей высшей нервной деятельности детей раннего возраста. Воспитатель должен правильно организовать прогулки и другие режимные процессы, чтобы ребёнок в течение дня мог удовлетворить потребности в движении.



- Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. При активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и лёгких, а, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь.



| Температура воздуха | Одежда   | Допустимое число одежды в области туловища |
|---------------------|--|--|
| 18-20               | Хлопчатобумажное белье, платье из полушерстяной или толстой хлопчатобумажной ткани, колготы, на ногах туфли  | 2-3  |
| 21-22               | Хлопчатобумажное белье, платье ( <i>рубашка</i> ) из тонкой хлопчатобумажной ткани с коротким рукавом, гольфы, на ногах легкие туфли или босоножки | 2  |
| 23 и выше           | Тонкое хлопчатобумажное белье или без него, легкое платье, летняя рубашка без рукавов, носки, на ногах босоножки                                   | 1-2  |

Ребёнку 3-4 лет для удовлетворения потребности в движении нужно сделать от 9000 до 10500 шагов сутки. В свободном бодрствовании, при ходьбе, беге, в играх ребёнок проходит 23 км в день.



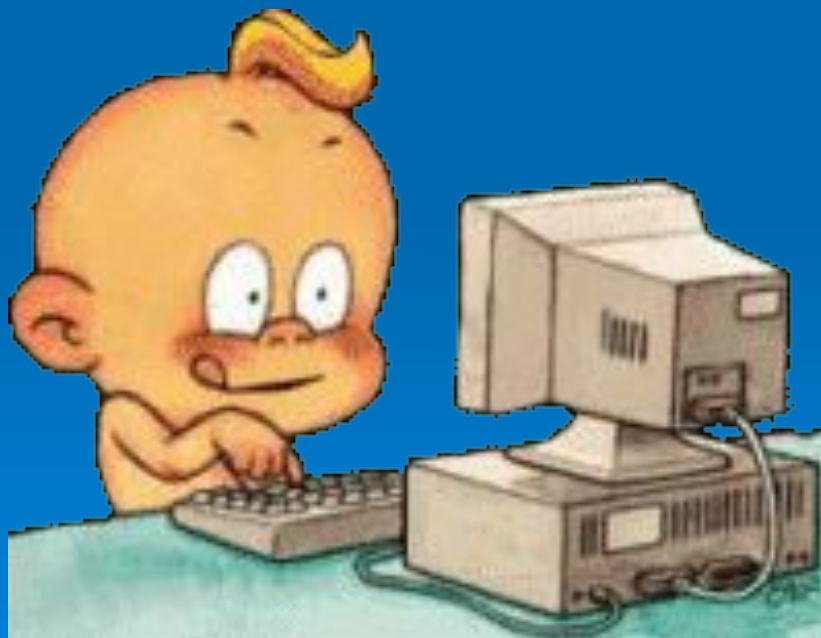
Если в первую половину дня  
движения детей были ограничены,  
дети будут навёрстывать  
необходимое вечером.



Если не ходили гулять, то потом в течение нескольких дней компенсируют недостаток движения.



Если они много сидели днём, то  
плохо и не спокойно будут спать ночью.





## Использование подвижных игр требуют соблюдения следующих методических принципов

1. Учет возрастных особенностей детей: чем старше дети, тем сложнее становятся игры, тем большее значение имеет сюжетный, ролевой рисунок, постепенно усложняются правила, значительнее становится роль личной инициативы

2. Соблюдение физиологических закономерностей адаптации к нагрузкам

3. Четкое объяснение правил игры и распределение ролей

## Формы двигательной активности детей раннего возраста

- Самостоятельная двигательная деятельность
- Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.
- Использование различных предметов: игрушек, мячиков, обручей, кубиков и тд побуждающих к различным двигательным действиям.

Для того, чтобы прогулка в зимнее время проходила интересно, весело, мы с нашими родителями строим снежные городки .



# Заключение

В процессе ежедневного проведения на прогулке подвижных игр и физических упражнений расширяется двигательный опыт детей, совершенствуются имеющиеся у них навыки в основных движениях; развиваются ловкость, быстрота, выносливость; формируются самостоятельность, активность, положительные взаимоотношения со сверстниками.



Спасибо за внимание!!

