**Консультация на тему:**

**«Самостоятельная двигательная деятельность в учреждения дошкольного образования»**

Самостоятельная двигательная деятельность представляет собой один из компонентов двигательного режима, назначение которого состоит в том, чтобы обеспечить индивидуальные потребности ребенка в движении.

Многими исследованиями экспериментально доказано благоприятное влияние двигательной активности на развитие и нормальное функционирование всех систем организма дошкольника, на уровень физической подготовленности и здоровье в целом.

Движения составляют главное содержание деятельности ребенка в первые шесть лет жизни. Использование наипростейших методов физического совершенствования ребенка ведет к развитию детского мозга. Основной вывод исследователей – интеллект неразрывно связан с двигательной активностью и деятельностью рук, а движения являются главным источником познания мира ребенком и фундаментом для всех других человеческих способностей.

**Самостоятельная двигательная деятельность занимает значимое место в двигательной активности детей, что объясняется целым рядом причин, которые вы видите на слайде**

**Следует заметить**, что чаще всего организованная двигательная деятельность рассматривается как основная форма двигательной активности детей. В дошкольном учреждении отдается приоритет организованным формам работы с детьми в ущерб самостоятельной деятельности. Недооценка самостоятельной двигательной деятельности не дает в полной мере возможности самореализации ребенку.

Зачастую отсутствуют и необходимые условия для самостоятельной двигательной деятельности.

Естественно, именно в ходе организованных видов деятельности дети знакомятся с определенными видами движений, но только в самостоятельной непринужденной обстановке ребенок сможет освоить двигательные навыки в полной мере.

**Задача педагога -удовлетворить естественную потребность детей в движении.**

**Это можно осуществить следующим образом:**

1. Научить самостоятельной двигательной деятельности в условиях группы.

2. Самостоятельное активное движение сделать интересным и доступным для детей.

3. Изготовить такие атрибуты, которые будут органично вливаться в их самостоятельную деятельность и стимулировать безопасную двигательную активность в условиях ограниченного пространства.

4. Мотивировать детей к деятельности собственным примером.

**Для самостоятельной двигательной деятельности должно специально выделяться время в распорядке дня:**

* утренний прием (15-20 мин.)
* на прогулке (35-40 мин.)
* после сна (10-15 мин.)

Самостоятельная двигательная деятельность, в отличие от организованной, требует особых, опосредованных, методов и приемов руководства.

**Необходимо дифференцировать руководство ею с учетом уровня подвижности ребенка: оптимально подвижного, малоподвижного, гиперподвижного**.

**Дети с низким уровнем двигательной активности**. Малоподвижные дети затрудняются найти пространство для игр, стараются уйти в сторону, выбирают малоактивные движения. Эффективным способом повышения двигательной активности такого ребенка может стать **игра.** Важно показать ему в игровой форме простые движения не требующие точности, предложить вместе со взрослым или с кем-то из детей « поучить» игрушку, куклу, повторить то же движение но с другим предметом. Предлагать таким детям расставить атрибуты для какой-либо игры, тем самым привлекая внимание ребенка к данной игре.

При этом не следует добиваться технически точного выполнения движения. На начальном этапе главное вызвать у ребенка интерес, желание выполнять те или иные действия. Обязательно необходимо активно поддерживать попытки ребенка.

Периодически необходимо давать возможность детям действовать с предметами (мячи, ленты, обручи, скакалки) так, как они хотят. Если такие ситуации повторять регулярно, то многие дети сами без всякого побуждения постепенно овладеют  некоторыми сложными движениями.

**Дети с высоким уровнем двигательной активности**. Они находят возможность двигаться в любых условиях, предпочитая бег, прыжки, избегая движений, требующих большой точности. Эти дети как-будто не успевают вникнуть в суть упражнения, их движения импульсивны, эмоциональны. Большая двигательная активность создает высокую физическую нагрузку на организм ребенка, физическое переутомление приводит к умственной утомляемости. Чрезмерная подвижность является сильным раздражителем нервной системы, поэтому такие дети могут попадать в конфликтные ситуации.

Сдерживать, ограничивать в движениях таких детей нельзя! Взрослый должен не запрещать движения, а регулировать их интенсивность. Необходимо подбирать движения требующие:

* Сосредоточенности
* Внимания
* Точности
* Сюжет должен сделать движение более осмысленным (не просто бег, а «езда на машине» по разным дорогам, соблюдая дорожные правила).

**Дети со средним, нормальным, уровнем подвижности**. Эти дети, при правильно организованной самостоятельной деятельности активны. Движения их хорошо развиты, двигательная активность саморегулируется, не требуя особого внимания со стороны взрослых.

**Принципы, которыми следует руководствоваться при организации и руководстве самостоятельной двигательной деятельностью:**

* принцип свободы действий (предусматривать каждому из детей место для движений, где никто не мешает; не навязывать ребенку выполнение каких либо движений, а давать ему право выбора)
* разнообразия заданий, движений (обеспечивать условия для выполнения разнообразных движений, заданий, т.к. их однообразие ведет к утомлению ребенка), ограничивает развитие
* условий для саморазвития (предоставлять ребенку для движений разнообразные физкультурные пособия, давать больше свободы для творческих проявлений)
* индивидуализации (воспитатель должен наблюдать за детьми, уметь видеть всех и каждого отдельно, при необходимости оказывать помощь).

**Чтобы дети были активны в самостоятельной двигательной деятельности, педагог должен помнить о специальных приемах, вы можете с ними ознакомится на слайде.**

**Для активизации самостоятельной двигательной деятельности значительную роль играет двигательная среда.**

Вступивший в силу ФГОС ставит к развивающей предметно-пространственной среде определенные требования: насыщенность, полифункциональность, вариативность, доступность, безопасность, трансформируемость.

Для стимулирования двигательной активности на участке можно создавать полосы препятствий, чтобы дети могли выполнять различные двигательные задания (пройти по дорожкам, перепрыгнуть с кочки на кочку, пролезть в туннель, залезть на лестницу и др.) Желательно организовывать пространство таким образом, чтобы появилась возможность для многовариантных игр. Необходимо выносить физкультурные пособия (палки, обручи, мячи, скакалки и т.д.).

- При организации двигательной активности в условиях группы существует проблема. Дети не очень умеют правильно организовать самостоятельную деятельность, где пространство ограничено. Мы можем решить данную проблему за счет:

* наличия физкультурного уголка с разнообразным наполнением.
* внесения новых игрушек, если показывались различные варианты действий с ними.
* обеспечения новизны игровой среды путем перемещения предметов и пособий в пространстве, внесения дополнительных деталей
* создания игровых ситуаций с применением физкультурно-игровых пособий. Например, имитируя разведчиков, дети идут друг за другом, прыгают с кочки на кочку и т.д.
* Кроме того, в группе хорошо иметь картотеку разнообразных игр, движений, упражнений состоящую из карточек на которых схематически изображены общеразвивающие упражнения, основные виды движений, элементы художественной гимнастики и акробатики, фрагменты эстафет и других подвижных игр. Работа с карточками помогает детям использовать накопленный двигательный опыт в самостоятельной деятельности, учит их организовывать соревнования со сверстниками, подчинятся правилам.
* Нестандартное физкультурное оборудование - это дополнительный стимул формирования у детей интереса и ценностного отношения к своему здоровью.

“Движение — это жизнь” известен всем, и никто не решится его оспаривать. Именно двигательная активность помогает любому человеку дольше сохранить здоровье, поддерживать бодрость духа и хорошее настроение.