# Консультация для воспитателей

# «Подвижные игры и спортивные упражнения на прогулке»

Проведение **подвижных игр и упражнений** в основных видах движений на **прогулке** повышает двигательную активность детей, способствует дальнейшему закреплению навыков, улучшению здоровья. Подготовка к проведению **подвижных игр и упражнений на прогулке несложна**. Выходя на **прогулку**, дети выносят нужный инвентарь: несколько мячей, скакалки, кубики, веревки и т. п. если требуется, дети вместе с воспитателем устанавливают на площадке гимнастические скамейки для проведения игр или игр – эстафет. В теплый период года **игры и упражнения** можно проводить как в начале **прогулке**, так и в конце. В холодный период – в конце **прогулки**, с тем, чтобы разгоряченные дети сразу уходили в помещение.

Вначале проводится бессюжетная игра или эстафета. Она повторяется 3-4 раза. Воспитатель следит за точным выполнением правил: раньше времени не выбегать, сбил кеглю, вернись и поставь на место и т. д. Временно освобожденные после болезни дети привлекаются воспитателем в качестве помощников и судей.

Затем детям предлагают выполнить уже знакомые **упражнения** в основных видах движений: прыжки в длину с места, ходьба с перешагиванием через предметы, метание и др. При необходимости нужно оказать помощь, сделать индивидуальные замечания.

Таким образом, дети изучают движение на физкультурном занятии в зале, закрепляют во время игр и **упражнений на прогулке**. Через некоторое время это движение выполняется во время эстафеты или **игры**. После того, как **упражнение** в основном движении повторено 3-4 раза, воспитатель организует **подвижную игру**. Сюжет игр подобран так, чтобы дети активно двигались: бегали, прыгали, метали.

Во время игр и проведения основных движений дети одеты в обычную одежду для **прогулок**, поэтому воспитатель должен следить, чтобы они не перегревались. При большой активности детей в игре можно несколько удлинить перерывы между повторениями, обсудив в это время действия детей и допущенные ими ошибки. В сырую и ветреную погоду нужно увеличить активность детей, выбрав для **игры**большую по размерам площадку, сокращая время между повторениями.

При организации двигательной деятельности на **прогулке** большое место отводится **спортивным играм и упражнениям**.

Обучение детей **спортивным упражнениям и элементам спортивных** игр в основном проводится воспитателем на физкультурных занятиях, организуемых на воздухе. Но для того, чтобы дети овладели навыками **спортивных упражнений** и научились играть в **спортивные игры**, необходимо повторять и закреплять их во время **прогулок**.

В зависимости от погодных условий, наличия **спортивного инвентаря**, степени овладения детьми той или иной **спортивной игрой и упражнениями** воспитатель распределяет виды **упражнений на все дни недели**. В одних случаях дети могут **упражняться** в нескольких видах игр, в других случаях на **прогулке** планируется только один вид **спортивного упражнения**. При этом дети могут играть только в присутствии воспитателя.

К участию в **спортивных играх и упражнениях** воспитатель вначале привлекает тех детей, которые недостаточно усвоили **упражнения** на физкультурных занятиях. В дальнейшем нужно стремиться к тому, чтобы активно действовали все. Дети должны овладеть не только элементами **спортивных игр**, но и знать их основные правила, название **спортивного инвентаря**, уметь ухаживать за ним. Обучение **спортивным**играм значительно ускоряется, если воспитатель сам принимает в них активное участие, руководит действиями детей.