**Консультация для воспитателей на тему:**

**«Организация двигательной активности на прогулке в зимнее время с младшими дошкольниками»**

**Движение –** это врожденная, жизненная необходимость и потребность человека. Полное удовлетворение ее особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма**.**

**Двигательная активность –** это естественная потребность в движении.

**Подвижная игра** – сознательная, двигательная активность ребенка, предполагающая точное и своевременное выполнение заданий, которые связаны с обязательными для всех играющих правилами. Увлекательное содержание и эмоциональная насыщенность игры побуждает детей раннего возраста к определенным умственным и физическим усилиям, а значит способствовать их развитию в целом. Детям младшего дошкольного возраста выполнение игровых заданий доставляет большое удовольствие. Играя, ребенок упражняется в различных движениях. С помощью взрослых он овладевает новыми, более сложными видами действий. Подвижные игры в основном коллективные, поэтому у детей вырабатываются элементарные умения ориентироваться в пространстве, согласовывать свои движения с движениями других играющих, находить свое место, не мешая другим, по сигналу убегать или менять место. Игра помогает ребенку преодолевать робость, застенчивость. В игре, подражая действиям своих товарищей, он естественно и непринужденно выполняет самые различные движения. Совместные действия маленьких детей создают условия для общих радостных переживаний и активной деятельности. В подвижных играх дети учатся играть дружно, уступать и помогать друг другу. Активные двигательные действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно–мышечной, сердечно–сосудистой и дыхательной систем, благодаря чему происходит улучшение обмена веществ в организме и соответствующая тренировка различных систем и органов.

Рекомендуется проводить три игры в течение прогулки. Подбирая игры для дневной прогулки, необходимо учитывать предыдущую деятельность детей. После спокойных занятий (рисования, лепка) рекомендуются игры более подвижного характера. Проводить их нужно со всей группой в начале прогулки. После физкультурных и музыкальных занятий рекомендуются игры средней подвижности. Проводить их нужно в середине или конце прогулки. В план должны включать игры  
Малоподвижные (“Сделай фигуру”, “Змея”, “Узнай, кто позвал”); игры средней активности (“Зима”, “Заморожу”, “Кто самый внимательный”); игры с высокой двигательной активностью (“Мышеловка”,“Ловишки”,“Гуси-лебеди”).  
В обязательном порядке в планах отражается разучивание новой игры и игры на закрепление двигательных навыков и развитие физических качеств. В течение года проводится примерно 10 – 15 новых игр.  
**Виды игр на прогулке:**  
-спортивные упражнения (“Катание на санках”, “Скольжение”, “Ходьба на лыжах”)  
-игры-эстафеты  
-игры с элементами спорта  
-сюжетные подвижные игры  
-забавы  
-аттракционы  
-бессюжетные подвижные игры  
-народные игры  
-хороводные  
**Индивидуальная работа** направлена не только на совершенствование физических качеств, но и на развитие психических процессов, закрепление материала по всем разделам программы, формирование нравственных качеств.

**Подвижные игры для проведения в зимний период с детьми младшего возраста.**

**«Снежная баба» (русская народная)**

Цель: развивать двигательную активность.

Ход игры: выбирается «Снежная баба». Она садится на корточки в конце площадки. Дети идут к ней, притоптывая,

*Баба Снежная стоит,*

*Утром дремлет, днями спит.*

*Вечерами тихо ждет,*

*Ночью всех пугать идет.*

На эти слова «Снежная баба» просыпается и ловит детей. Кого поймает, тот становится «Снежной бабой».

**«Смелые воробушки»**

 Цель:развивать быстроту и ловкость

 Ход:дети строятся в круг, перед каждым играющим два снежка. В центре круга водящий – кошка. Дети изображают воробушка и по сигналу воспитателя прыгают в круг через снежки и прыгают обратно из круга по мере приближения кошки. Воробей, которого коснулась кошка. Получает штрафное очко, но из игры не выбывает. Через некоторое время воспитатель останавливает игру и, подсчитывает количество «осаленных»; выбирается новый водящий.

**«Зимующие и перелетные птицы» (русская народная)**

**Цель:** развивать двигательные навыки; закреплять представление о поведении птиц зимой.

**Ход:** дети надевают шапочки птиц (перелетных и зимующих). В середине площадки на расстоянии друг от друга стоят два ребенка в шапочках Солнышка и Снежинки. «Птицы» бегают врассыпную со словами:

*Птички летают, зерна собирают.*

*Маленькие птички, птички-невелички****».***

После этих слов «перелетные птицы» бегут к Солнцу, а «зимующие» - к снежинке. Чей круг быстрее соберется, тот и выиграл.

**«Ветерок»**

**Цель:** развивать двигательные навыки, упражнять в умении менять движения в соответствии с текстом.

**Ход:**выбирается водящий. Ему надевают шапочку «Ветерка». И он отходит в сторону. Воспитатель говорит:

*«Из – за елки на опушке*

*Чьи-то выглянули ушки*. (Дети присели и показывают ушки) 

*Лапки заек замерзают,*

*Зайки лапки согревают* (встали, согревают лапки)

*Стали прыгать и скакать,*

*Стали весело играть».*(Дети прыгают).

*Воспитатель говорит:*

*«Ну-ка, ветер, не зевай*

*И зайчишек догоняй!»*

Водящий догоняет детей.

**«Охота на зайцев»**

**Цель:** развивать внимание, ловкость, быстрый бег.

**Ход:** Все ребята - «зайцы» и 2-3 «охотника». «Охотники» находятся на противоположной стороне, где для них нарисован дом.

Воспитатель:

*Никого нет на лужайке.*

*Выходите, братцы-зайки,*

*Прыгать, кувыркаться!..*

*По снегу кататься!..*

«Охотники» выбегают из домика и охотятся на зайцев. Пойманных «зайцев» «охотники» забирают себе в дом, и игра повторяется.

**«Остановись возле игрушки»**

На площадке расставлены игрушки на расстоянии 2-3 метра. Дети бегают в рассыпную, обходя игрушки. Как только прозвучит сигнал, каждый должен остановиться возле игрушки. Опоздавшему говорят: «Саша, торопись, у игрушки становись!» Можно заменить игрушки снежками.

Правило: останавливаться возле одной игрушки может только один ребёнок.

Указание: побуждать детей к бегу между игрушками в разные стороны.

**«Кто быстрее»**

Дети идут в колонне. У каждого флажок в опущенной руке, флажки 3 цветов. Воспитатель поднимает 2 флажка. Колонна останавливается, дети в соответствии с флажком бегут к воспитателю и встают по разные стороны. Педагог отмечает тех из них, которые собрались быстрее. После этого дети возвращаются в общую колонну, которая продолжает движение. Игра повторяется.

Правило: бежать к воспитателю после того, как колонна остановилась.

Указание: педагог должен стоять в таком месте, чтобы видели все дети.

**«Провези санки по дорожке»**

Педагог делает две дорожки длинной несколько метров и делит детей на группки. Каждая группа (двое держат санки за верёвку, третий садится в санки) встаёт возле своей дорожки. По сигналу дети везут санки по дорожке, стараясь на наступать на её границы.

Указание: следить, чтобы дети, сидящие в санках, не спускали ног.

**«Обходя кубики»**

На площадке раскладывают кубики (или втыкают палки) в шахматном порядке. Дети с санками стоят у одной линии по одну сторону площадки. По сигналу они наклоняются и упираются руками спереди в санки. По сигналу «поехали», везут санки из одного конца площадки в другой, обходя кубики.

Указание: напоминать детям, чтобы при движении они поднимали голову и смотрели вперёд.

**«Собери игрушки»**

Готовят несколько снежных комьев и раскладывают их на площадке на расстоянии 50 см. Между комьями ставят высокие игрушки: кегли, булавы. По сигналу дети собирают игрушки, стараясь брать их так, чтобы не задеть снежный ком. Ребёнок, задевший ком, отходит в сторону.

Правило: собирая игрушки не бегать, а ходить.

Указание: детей расставить подальше от места, где разложены игрушки.

**«Санный поезд»**

Три пары санок связать вместе, образуется санный поезд. Каждый ребёнок становится так, чтобы верёвка, связывающая санки, проходила между ног. По сигналу «поехали» поезд отправляется. Дети, наклонившись вперёд, упираются в санки и толкают их. Малышам интересно, когда поезд проезжает туннель или ворота, объезжает препятствия.

Указание: подсказывать детям, чтобы они поднимали головы и всё время следили за движением.

**«Покатай куклу»**

На площадке расставлены игрушки в шахматном порядке. Дети с санками стоят у линии на краю площадки. На санках сидят куклы. Дети должны пройти по площадке, везя за собой санки, объезжая препятствия.

Указание: напоминать детям, чтобы они смотрели не только вперёд, но следили за тем, чтобы санки не задевали игрушки.

**«Через снежки по кругу»**

По кругу раскладывают 6-8 снежков на расстоянии 70 см друг от друга. Возле одного снежка стоит указатель, отсюда ребёнок начинает прыгать через снежки. Когда первый ребёнок прыгает уже через третий снежок, следующий ребёнок начинает движение от указателя и пытается догнать его догнать.

Указание: прыжок выполняется на двух ногах, ноги вместе.

**«Прокати снежный ком»**

На площадке чертят несколько дорожек шириной 1 м и длиной

4-5 м. Педагог скатывает несколько снежных комьев. Комья кладут на начало дорожек. Возле каждого становятся двое детей. По сигналу они начинают катить комья по своей дорожке, стараясь не выходить за её пределы.

Правило: катить комья только по сигналу.

Указание: отталкивать комья двумя руками вместе.

**«Прокати шар под санками»**

Две пары санок ставят одни за другими. Ребёнок должен прокатить шар под санками так, чтобы он появился с другой стороны. По сигналу ребёнок приседает, руки с шаром опускает между коленями и с силой катит шар под санки. После этого ждёт, появится ли шар с другой стороны.

Правило: действовать по очереди.

**«Кто больше прокатит шаров»**

**(провезёт кубиков)**

Между стойками натягивают шнур на высоте 60 см. по одну сторону лежат несколько деревянных шаров. Ребёнок катит шар и пролезает по шнуром на другую сторону, не касаясь руками земли, докатывает шар до указателя, оставляет его там и возвращается. Также катит под шнур следующий шар. Шары можно заменить снежками.

Возможен вариант с санками. Тогда ребёнок перевозит  на санках кубики.