**Организация и проведение подвижных игр и спортивных упражнений на прогулке**

В процессе ежедневного проведения подвижных игр и физических упражнений на прогулке и в часы досуга расширяется двигательный опыт детей, совершенствуется имеющиеся навыки в основных движениях; развиваются ловкость, быстрота, выносливость; формируется самостоятельность, активность, положительное взаимодействие со сверстниками.

Организуя прогулку, учитывается какие занятия предшествовали ей. Если они носили подвижный характер (физо, музо), то прогулку начинают с наблюдения или самостоятельной деятельности детей. Если же дети на занятиях были ограничены в движениях, то прогулку начинают с проведения подвижной игры, игровых или спортивных упражнений.

Содержание и проведение игр нужно соотносить со временем года, состоянием погоды, местом проведения. Учитывают также интересы и желание детей, их подготовленность.

Так при холодной погоде подвижные игры с активным движением (бег, прыжки) чередуют с видами деятельности умеренно подвижного характера (ходьбы, метанием, подлезанием) .Такое чередование характера и темпа двигательной деятельности создает возможность отдыха для детей и предохраняет их от замерзания. Во время прогулок могут быть широко использованы бессюжетные народные игры с предметами, такие, как бабки, кольцеброс, кегли, а в старших группах -- элементы спортивных игр: волейбол, баскетбол, городки, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей. В жаркую погоду проводятся игры с водой. Каждую неделю детям предлагается для разучивания новая подвижная игра, которая повторяется в течение месяца 2-3 раза в зависимости от сложности содержания.

Ответственным моментом, влияющим на ход игры, является объяснение ее воспитателем. Объяснять малышам игру надо эмоционально, выразительно, стараясь интонациями своего голоса охарактеризовать персонажей. Например, о зайчиках, птичках нужно говорить нежно, ласково, а о медведе, который пугает зайчиков, - низким голосом, несколько грубее. При объяснении необходимо обратить внимание на сигналы, по которым дети в ходе игры меняют свои действия. Произносить слова, сопровождающиеся теми или иными движениями нужно четко, не торопясь: несколько громче следует произнести последнюю фразу текста, если она служит сигналом к смене движений .

Ознакомление детей с новой игрой проводится четко, лаконично, образно,

эмоционально в течение 1,5-2 мин.

В играх закрепляются навыки движений, которые становятся более точными, координированными; дети приучаются выполнять движения в различных изменяющихся условиях, ориентироваться в обстановке. Важнейшее значение в подвижных играх состоит в том, что дети приобретают конкретные взаимоотношения между играющими.

**Младший возраст**

***Задачи:***

* Учить выполнять правила в подвижных играх.
* Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений в подвижных играх.
* Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности.
* Организовывать игры с правилами.

**Игры простые**

* имитируют;
* объяснение во время игры;
* руководит воспитатель;
* хвалит всех.

**Средний возраст**

***Задачи:***

* Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
* Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
* Учить спортивным играм и упражнениям.

**Игры более сложные**

* объяснение в процессе разучивания игры;
* воспитатель следит за ходом игры;
* хвалит всех, отмечает успехи детей в игре.

**Старший ( старшая и подготовительная группы) дошкольный возраст**

***Задачи:***

* Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
* Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
* Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
* Приучать к выполнению действий по сигналу.

**Игры сложные, с правилами, командные, эстафеты**

* несколько ролей; в роли ведущего дети (выбирать по считалке);
* определить победителей.

**Выбор игры**

Подбор и планирование подвижных игр в первую очередь зависит от общих задач образовательной деятельности, при постановке которых основными критериями являются возрастные особенности детей, их физическое и умственное развитие, двигательных умений, состояния здоровья каждого ребенка, его индивидуальных типологических особенностей, времени года, особенностей режима, места проведения, интересов детей, количества занимающихся.

Перед проведением игры воспитатель должен продумать её процесс и предусмотреть все возможные нежелательные травмоопасные ситуации.

При отборе игры надо учитывать форму проведения, а также придерживаться правила постепенного перехода от простого к сложному. Для определения степени сложности той или другой игры учитывается количество элементов, входящих в её состав (бег, прыжки, метание и т.д.). Игры, состоящие из меньшего количества элементов и в которых нет распределения на команды, считаются более лёгкими.

В тёплый период года игры можно проводить как вначале прогулки, так и в конце. В холодный период года – в конце прогулки, с тем, чтобы после игр разгорячённые дети сразу уходили в помещение. Нельзя использовать игры, в которых приходиться долго стоять, ожидая своей очереди. Малоподвижные игры, где участники выполняют игровое задание поочерёдно, лучше проводить в жаркую погоду.

**Алгоритм объяснения игры:**

Любую игру следует объяснять примерно по такой схеме:

- название игры (можно сказать, с какой целью она проводится);

- роли играющих и их расположение на площадке;

- содержание;

- цель;

-правила.

**Окончание игры**

Длительность подвижных игр на прогулке 15-20 минут.

Давать сигнал к окончанию игры лучше всего, когда все участники получили от неё удовольствие, но не переутомились.

Игру нельзя останавливать криком, резкой командой, так как такое неожиданное для детей окончание, непредвиденный её конец могут отрицательную реакцию, неудовлетворение.

Заканчивается подвижная игра ходьбой, постепенно снижающей физическую нагрузку и приводящей пульс ребенка в норму.