Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

 «Детский сад №67» (МБДОУ «Детский сад №67»)

**Сценарий выступления**

**«Значение двигательного режима в ДОУ»**

|  |
| --- |
| Составила: Захарченко Е.В., воспитатель |

 Придавая особую значимость роли двигательной активности в укреплении здоровья детей,  необходимо  определить  приоритеты в режиме дня.

 **Первое место** в двигательном режиме детей принадлежит физкультурно-оздоровительным занятиям. К ним относятся общеизвестные виды двигательной деятельности: утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, физкультминутки на занятиях с умственной нагрузкой.

  С целью оптимизации двигательной  активности и закаливания детей необходимо включать в практику работы дополнительные виды занятий двигательного характера,  взаимосвязанные с комплексом закаливающих мероприятий. К таким занятиям  относятся: оздоровительный бег на воздухе, пробежки по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами, гимнастика после дневного сна, двигательная разминка во время перерыва между  занятиями, индивидуальная работа с детьми по развитию движений, прогулки-походы в парк, лес, корригирующая гимнастика.

 **Второе место** в двигательном режиме детей занимают учебные занятия по физической культуре – как основная форма обучения двигательным навыкам и развития оптимальной двигательной активности детей.

 **Третье место** отводится самостоятельной двигательной деятельности, возникающей по инициативе детей. Она дает широкий простор для проявления их индивидуальных  двигательных возможностей. Самостоятельная деятельность является важным источником активности и саморазвития ребенка. Продолжительность ее зависит от индивидуальных проявлений детей в двигательной  деятельности, и поэтому педагогическое руководство самостоятельной деятельностью детей должно быть построено с учетом двигательных навыков.

  Наряду с перечисленными видами занятий по физической культуре немаловажное значение отводится активному отдыху, физкультурно- массовым мероприятиям. К таким мероприятиям относится неделя здоровья, физкультурный досуг, физкультурно-спортивный праздник, игры-соревнования, спартакиады.

 Вышеописанные виды занятий по физической культуре, дополняя и обогащая друг друга, в совокупности обеспечивают необходимую двигательную активность каждого ребенка в течение всего времени пребывания его в дошкольном учреждении. При этом следует помнить, что двигательная активность оптимальна в том случае, когда ее основные параметры (объем, продолжительность, интенсивность) соответствуют индивидуальным данным физического развития и двигательной подготовленности детей, а также когда обеспечивается ее соответствие условиям среды (природной, предметной, социальной), правилам чередования напряжений и отдыха, постепенного увеличения физических нагрузок.