Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций **организма** ребенка и его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольном учреждении. Одна из важнейших задач в этой работе – удовлетворение естественной потребности детей в движении.

не смотря на большую работу по физическому воспитанию, дети не умеют правильно организовать самостоятельную двигательную деятельность в условиях ограниченного пространства. В группе, где много детей, мебели, игрушек невозможно бегать, кидать мяч, прыгать через скакалку. То же самое и в квартире, где места зачастую еще меньше.

Дети старшего дошкольного возраста, часто очень активные, не могут соотносить свои желания с возможностями группы или квартиры. Традиционные подвижные игры трудно проводить в помещении, где мало свободного пространства, и, кроме того, для таких игр часто требуется несколько игроков. А если хочется сыграть одному ? Как сделать самостоятельное активное движение интересным и доступным для детей?

То есть одной из задач педагогов является научить детей самостоятельной двигательной активности в условиях малой площади (группы, квартиры и т.п.)

Сначала необходимо определить индивидуальные предпочтения дошкольников: любимые игры, виды движений, чаще всего используемые в самостоятельной деятельности и т.д. Определив круг интересов детей, можно подобрать именно те подвижные игры и изготовить такие атрибуты, которые будут органично вливаться в их самостоятельную деятельность и стимулировать безопасную двигательную активность в условиях ограниченного пространства.

Нужно постараться сделать самостоятельное активное движение интересным и доступным для детей.

Чтобы сделать процесс игр детей более интересным, разнообразным можно:

-взрослому становиться на время игроком, но не руководителем игры, а ее участником, который ненавязчиво предлагает новый поворот игры,

- использовать новые атрибуты для игр, способствующие возникновению двигательной активности (например, к игре «Семья» добавить дорожку здоровья, по которой все члены семьи должны пройти, или же это река, дорога в магазин и т.п.)

- создавать проблемные ситуации (например, в игре мальчиков в военных – разбросать цветные коврики по полу, по которым дети прыгают, как по кочкам или должны обходить препятствия.)

- вводить новую игру через рассказ воспитателя и родителей (когда родители и воспитатели обсуждают как они играли, например в «Путаница»)

Варианты могут быть разными, но одно надо помнить, чем больше возможностей у ребенка в выборе игр и движений, тем меньше проявления агрессии, непослушания, конфликтов и криков.

Опираясь на выше сказанное я изготовила серию игр для активной двигательной деятельности детей в условиях ограниченного пространства

ИГРЫ НА РАЗМЕЧЕННОЙ ПЛОЩЯДКЕ

Классики

ИГРЫ С КОВРИКАМИ

Оборудование: текстильные коврики разных цветов 25х25 см с разноцветными геометрическими фигурами в центре (варианты оформления лицевой стороны ковриков могут быть различными). Нижняя сторона коврика должна быть сделана из нескользящего материала.

Веселая дорожка, Займи свое место,

«ГИГАНТСКИЕ ШАГИ»

Цель: развитие пространственного воображения и восприятия, крупной моторики, координации;

**ИГРЫ С ТИХИМ ТРЕНАЖЕРОМ**

Оборудование: «тихого тренажера» - наклеенные на стене силуэты детских ладошек в различных вариациях от пола и до 1,5 м, силуэты ступней от пола и до 70 см; разноцветные полоски длиной 1 – 1,5 м для подпрыгивания.

4.ИГРА «ПУТАНИЦА»

Цель: развитие координации, пространственного воображения и восприятия, понимание пространственных отношений (право - лево); тренировка мышц плечевого пояса и рук. Дети могут играть по одному или в паре.

Ход игры: дети проходят по силуэтам ладошек снизу доверху, руки можно ставить только на парные силуэты (право – лево), при этом кисти рук приходится поворачивать в разные стороны.

1-й вариант: ребенок играет один и просто «ходит» руками по стенке;

2-й вариант: дети играют в паре «Кто быстрее доберется до уловной метки?». При этом руки могут перекрещиваться, дети меняться местами, не отрывая рук от стены.

3-й вариант: один ребенок ведущий, он дает команды другому ребенку, куда идти (например: правая – красная, левая – зеленая и т.д.)

2.ИГРА «ПРОЙДИ ПО СТЕНКЕ»

Цель: развитие координации, тренировка мышц спины и ног, релаксация.

Организация: около стены расстилается мягкий коврик.

Ход игры: дети по очереди ложатся на пол и стараются «пройти» по дорожке на стене. Начинают от пола, постепенно поднимают ноги все выше, переходя в положение «березка»

ИГРА «ДОСТАНЬ ЯГОДКУ» ДОПРЫГНИ ДО ПОЛОЧКИ»

Организация: на стене, выше изображения ладошек, наклеивается изображение ягод.

Ход игры: по команде пара детей должна подняться по ладошкам от пола до ягодки. Можно отрывать от стены только одну руку. Руки ставятся на силуэты, соблюдая право – лево. Побеждает тот, кто первым дойдет до ягодки.

Игры на развитие ловкости, меткости.

Игра «Паутинка»

Цель: развитие ловкости, гибкости, тренировка мышц спины, плечевого пояса, рук ног.

Ход игры: подлезание, перелезание между натянутых шнуров.

Скалолаз: Ходули: Цель: Формирование правельной осанки, профилактика плоскостопия, координации движения, равновесия.