Стандарт дошкольного образования направлен на решение задачи создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром.

Что означает двигательная активность? Это суммарное количество двигательных действий, осуществляемых ребенком в течение дня. Сущность и значимость двигательной активности для детей:

 - развитие нервной системы

 -психики

 - интеллекта

- физических качеств

 - формирование личностных качеств

- здоровье

 - психолого-эмоциональное состояние

 Основные причины нервно-психических и соматических заболеваний детей дошкольного возраста – интеллектуальные перегрузки и снижение двигательной активности как по объему, так и по интенсивности. К сожалению, болезнь нашей цивилизации- малоподвижный образ жизни. Недостаток двигательной деятельности опасен так же, как недостаток кислорода! Понятие «двигательный режим» включает в себя продолжительность, повторяемость и распределение всех видов физической деятельности детей в течение дня. И подразумевает все виды организованной и самостоятельной деятельности, в которых четко выступают локомоторные (связанные с перемещением в пространстве) действия детей.

 В детском возрасте двигательную активность можно условно разделить на 3 составные части: активность в процессе физического воспитания; физическая активность, осуществляемая во время обучения, общественно полезной и трудовой деятельности; спонтанная физическая активность в свободное время.

Самостоятельная двигательная деятельность, возникает 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.

Для активизации самостоятельной двигательной активности значительную роль играет двигательная среда**.** Двигательная среда должна быть насыщена различным оборудованием и спортивным инвентарѐм, способствующим развитию игр. Для стимулирования двигательной активности на участке можно создавать полосы препятствий, чтобы дети могли выполнять различные двигательные задания (пройти по дорожкам, перепрыгнуть с кочки на кочку, пролезть в туннель, залезть на лестницу и др.) Желательно организовывать пространство таким образом, чтобы появилась возможность для многовариантных игр. Необходимо выносить игрушки (вожжи, вертушки, каталки и др.) и мелкие физкультурные пособия (палки, обручи, мячи, скакалки и т.д.)

Большое место в самостоятельной деятельности детей должны занимать подвижные игры с правилами: они развивают творческую инициативу, организаторские умения, вырабатывают критерии оценки поведения участников и выполнение правил, сближают детей.  Зимой самостоятельная двигательная деятельность будет более содержательной, если на участке есть снежные постройки: горки, снежные валы, тропинки из снега, ледяные дорожки, разноцветные льдинки, снеговик с обручем, в который дети могут бросить льдинки, снежки и т. п. В разное время года взрослые продумывают различные двигательные задания. Например, летом — добежать до березы, кустар­ника, проскакать по дорожке до определенного ориентира, подлезть под кустик, допрыгнуть до веревки, натянутой между деревьями, и по­звонить в колокольчик или снять ленту и т. п. Зимой можно пройти по снежному валу, перелезть через него, пройти по тропинке из снега, пройти след в след, перебросить снежок или льдинку через снежный вал, съехать с горки, подняться на горку и т. п. Всѐ указанное разнообразие самостоятельной двигательной деятельности детей предусматривается в плане воспитателя.

Самостоятельная двигательная деятельность организуется в разное время дня: утром до завтрака, в часы игр после дневного сна и во время прогулок. Самостоятельные подвижные игры и физические упражнения детей чередуются с более спокойной деятельностью. При этом следует учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, его самочувствие.

Задачи дифференцированного руководства самостоятельной деятельностью заключаются в повышении двигательной активности у детей с низкой подвижностью до среднего уровня; в воспитании у них интереса к подвижным играм, в развитии физических качеств и сосредоточение чрезмерно подвижных детей на играх и упражнениях низкой интенсивности (дидактические игры, игры с песком и т.д.),

Самостоятельная двигательная активность детей – критерий степени овладения двигательными умениями и навыками. Дети должны самостоятельно и творчески использовать весь арсенал игр и упражнений, разучиваемых во время организованных видов занятий, в своей самостоятельной деятельности.

С целью оптимизации двигательной активности детей в их самостоятельных играх особое внимание нужно обратить на количество и разнообразие движений с широким использованием физкультурных пособий.

При размещении данных пособий должны учитываться следующие требования :

* инвентарь должен быть ярким и привлекательным (обусловлено возрастными особенностями);
* должен соответствовать гигиеническим требованиям и правилам безопасности;
* оборудование и мелкий инвентарь для развития движений целесообразно располагать по всему периметру участка в наиболее безопасных местах;

 Во время самостоятельной двигательной деятельности активные действия детей должны чередоваться с более спокойными. Важно учитывать и индивидуальные особенности каждого ребёнка, его самочувствие. Для создания новизны и поддержания интереса к действиям, для более организованной самостоятельной двигательной деятельности мы не только предлагаем детям разнообразный физкультурно-игровой материал, но и по-разному группируем пособия, показываем способы их применения. Например, кегли можно использовать для метания, перешагивания, ходьбы между ними, как ориентир в играх-эстафетах; обручи – для прыжков, подлезания, метания, прокатывания друг другу, в качестве «домика» в подвижных играх. Это позволяет избежать однообразия двигательной деятельности детей, повышает их двигательную активность, развивает творчество.

Руководство самостоятельной двигательной деятельностью предусматривает следующие обязательные моменты:

* организацию физкультурно-игровой среды: достаточное место для движений; оптимальное количество, разнообразие, сменяемость пособий;
* закрепление в режиме дня времени для самостоятельной двигательной деятельности детей в обязательном порядке во время утреннего приема, на прогулке, после сна, в вечернее время;
* владение педагогом опосредованными методами активизации движений детей.

Все руководство строится только на основе индивидуализации. Необходимо:

* наблюдать за детьми, уметь видеть всех и при необходимости оказывать помощь;
* предусматривать каждому ребенку место для движений, оберегать это пространство;
* привлекать детей к размещению физкультурных пособий на участке, стимулируя этим желание выполнять те или иные движения;
* снимать напряжение, скованность отдельных детей улыбкой, поощрением; если ребенок затрудняется,  выбрать пособие для движений, помочь вопросом, советом;
* пытаться без навязывания объединять в совместной парной игре детей разной подвижности, предоставив им один предмет на двоих (мяч, обруч и т.д.) и показав варианты действий, если это необходимо;
* отдавать предпочтение пособиям и игрушкам, требующим активных действий; чаще менять их расположение, обеспечивать сменяемость не только в течение недели, но и дня;
* иногда включаться в совместную игру с кем-нибудь из детей, чтобы показать новые движения или действия, вызвать интерес к ним;
* периодически вместе с детьми строить «полосы препятствий» из имеющихся пособий и учить преодолевать их «по-разному».

**Таким образом,** все предложенные педагогические приёмы и методы индивидуально-дифференцированного подхода к детям должны строится с учётом интереса ребёнка к играм и разным видам деятельности.

Создавая условия для самостоятельной двигательной деятельности детей, взрослые способствуют, развитию их инициативы, самостоятель­ности, что в конечном итоге ведет к развитию детского творчества