Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 41 пос. Санболи Амурского муниципального района Хабаровского края

**Консультация для воспитателей**

**Тема: Общеразвивающие упражнения для проведения на участке детского сада летний период 2014-15**

Проведение комплексов упражнений на открытом воздухе совершенствует функциональные системы и закаливает организм ребенка.

На открытом воздухе дети проявляют большую активность( особенно в летний оздоровительный период), а многократное повторение упражнений на участке в теплое и холодное время года закрепляет двигательные навыки и развивает физические качества.

Многоразовое проведение одного и того же комплекса упражнений позволяет сократить объяснение и указания, больше внимания уделить качеству выполнения.

Так как комплексы упражнений проводятся на участке, в них почти отсутствуют исходные положения сидя, лежа. Заканчиваются комплексы прыжковыми упражнениями или бегом, или тем и другим. В жаркую погоду продолжительность бега и прыжков можно ограничить или полностью исключить.

Во время проведения комплексов упражнений значительно увеличивается физическая нагрузка, усиливается приток кислорода к мышцам и органам. Поэтому воспитатели регулируют дыхание в продолжение всех упражнений и особенно в конце, для чего подбирают доступный комплекс, упрощают или усложняют упражнения. В отдельных упражнениях следует фиксировать вдох и выдох и избегать однотипных упражнений, следующих одно за другим, а прыжковые упражнения и бег чередовать с ходьбой.

В проведении утренних гимнастик на свежем воздухе с предметами и без них вам поможет следующий материал согласно приложения:

1. Содержание и методика проведения общеразвивающих упражнений с детьми среднего возраста. Задачи обучения и требования к отбору общеразвивающих упражнений(на 5 листах в 1 экземпляре).
2. Использование предметов в общеразвивающих упражнениях(на 1 листе в 1 экземпляре).
3. Комплексы упражнений для детей средней группы(на 2 листах в 1 экземпляре).

Рекомендуется для изучения и применении в работе с детьми среднего и старшего возраста.

**Рекомендации воспитателю по подготовке к открытому просмотру**: для открытого просмотра подготовить конспект проведения утренней гимнастики (либо занятия) на свежем воздухе, подготовить атрибуты, т.е. предметы для проведения и сопровождения (это должно быть что-то новое), не зависимо от того в каком количестве имеется атрибутика в группе, атрибутика должна ежегодно пополняться и обновляться, т.е должно быть видовое разнообразие предпочтительно по количеству детей.

Получено: \_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.В.Редькина

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.А.Гибадулина

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.Н.Дударева