



ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ

РЕБЕНКА В ДВИЖЕНИИ

Движение для ребенка – это жизнь, это радость, это развитие, это здоровье.

Двигательная активность детей дошкольного возраста является естественной биологической потребностью, степенью удовлетворения которой во многом определяет дальнейшее структурное и функциональное развитие их организма. Удовлетворение потребности дошкольника в движениях является важнейшим условием его жизнедеятельности и нормального развития – не только физического, но и интеллектуального. Достаточная по объему двигательная активность благоприятно сказывается на функциональном состоянии головного мозга, увеличении работоспособности, повышении произвольности в выполнении различных действий.



Психическое и физическое развитие ребенка находятся в большой зависимости от двигательной активности, которая является источником не только познания мира окружающего мира, но психического и физического развития.

Удовлетворение индивидуальной потребности ребенка в движении реализуется через самостоятельную двигательную деятельность детей. Эффективная организация самостоятельной двигательной деятельности предусматривает следующие обязательные моменты:

- организацию физкультурно-игровой среды (достаточное место для движений);
- выделение в режиме дня специального времени для самостоятельной двигательной деятельности детей;
- владение воспитателями методами активизации самостоятельной деятельности детей.

Потребность в движении у детей индивидуальна, поэтому условно можно выделить в каждой группе детей большой, малой, средней подвижности.



Дети *средней подвижности* отличаются наиболее ровным и спокойным поведением, равномерной активностью на протяжении всего дня. При хороших условиях в группе (место для движений, время, физкультурное оборудование) они проявляют самостоятельность в организации двигательной деятельности.



Дети *малой подвижности* отличаются общей вялостью, пассивностью, они быстрее других устают. В противоположность подвижным детям, умеющим найти для себя пространство, они стараются уйти в сторону, чтобы никому не мешать, выбирают деятельность, не требующую пространства и движений. Они робки в общении, не любят игры с активными движениями. Лучший метод руководства в этом случае - увлечь застенчивого, нерешительного, не умеющего двигаться ребенка игрой. Предпочтение следует отдать простым, активным движениям, в которых не требуется точность.

Дети *большой подвижности* всегда заметны. Из-за чрезмерной интенсивности движений они как бы не успевают вникнуть в суть своей деятельности, не могут управлять своими движениями. Они чаще выбирают бег, прыжки, избегают движений, требующих четкости и точности, сдержанности. Эти дети находят возможность двигаться в любых условиях.



Бытует мнение, что детей, чрезмерно много двигающихся, надо ограничивать в движениях, «приучать» к спокойным видам деятельности. Это не совсем так. У ребенка повышена потребность в движении, и она должна быть удовлетворена. Золотое правило здесь: **не запрещать, а регулировать.**

Руководство двигательной деятельностью таких детей должно идти не в направлении ограничения подвижности, а сосредоточения их внимания на движениях, требующих сдержанности, осторожности, осмысленности, управляемости. Полезны точные



движения с мячами (попасть в цель; прокатить мяч по дорожке и т.п.), ходьба и бег по ограниченной площади, действия с одним предметом на двоих.

Многие приемы руководства двигательной деятельностью детей одинаковы для детей разной подвижности. Так, необходимо предоставить детям для движения достаточные площади. В игры всех детей следует вносить определенные сюжеты, требующие движений, что способствует активизации малоподвижных детей, вносит определенную осознанную направленность в бесцельную беготню детей большой подвижности. Сюжетной направленности движений способствует использование физкультурных пособий, атрибутов; подсказка игрового образа, наводящий вопрос, напоминание.

