**Подвижные игры на прогулке.**

Прогулка – один из важнейших режимных моментов, во время которого дети могут достаточно полно реализовать свои двигательные потребности. Это благоприятное время для проведения подвижных игр и игровых упражнений. В старшем дошкольном возрасте подвижные игры служат в основном методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков, развития физических качеств и воспитания морально-волевых качеств. Для детей этого возраста игры усложняются по содержанию, правилам, количеству ролей, введению заданий на коллективное соревнование.

Подвижные игры и игровые упражнения мы организуем ежедневно во время утренней и вечерней прогулок. Организуя прогулку, мы учитываем, какие занятия предшествовали ей. Если они носили подвижный характер (физо, музо), то прогулку начинаем с наблюдения или самостоятельной деятельности детей. Если же дети на занятиях были ограничены в движениях, то прогулку начинаем с проведения подвижной игры, игровых или спортивных упражнений. Стараемся соотносить содержание и проведение игр со временем года, состоянием погоды, местом проведения, периодом прохождения определённого раздела программы. Учитываем также интересы и желания детей, их подготовленность. Так при холодной погоде игры с активными движениями (бег, прыжки) чередуем с видами деятельности умеренно подвижного характера (ходьбой, метанием, подлезанием). Такое чередование характера и темпа двигательной деятельности создаёт возможность отдыха для детей и предохраняет их как от замерзания, так и от перегревания, поддерживает положительно – эмоциональное состояние психики. В основном мы проводим на прогулке одну, общую для всех детей подвижную игру и 1 – 2 игры с подгруппой детей (по желанию детей). В таких играх как «Ловишки», «Хитрая лиса», «Караси и щука», «Два Мороза», «Чьё звено скорее построится?» и др. активное участие могут принимать все дети группы. Игры, построенные на очерёдности действий (н-р, «Кто скорее вытянет ленту?», «Попади в обруч», «Пройди – не упади» и т.п.), способствуют воспитанию воли, приучают к сдержанности, но связаны с ожиданием, однообразием статического положения. Поэтому, их целесообразнее проводить с подгруппой детей. Стараемся организовывать подвижные игры различные по содержанию (сюжетные: «Гуси-лебеди», «Караси и щука», и несюжетные: «Ловишки», «Третий лишний», «Кто скорее к своему флажку»), по преобладающему виду движений (бег, прыжки, метание, лазание, ходьба), по степени подвижности (большой, средней и малой подвижности). Используем в играх различные физкультурные пособия (мячи, обручи, кегли, флажки и др.), оборудование на участке (лестницы, дуги для подлезания, скамейки). Для совершенствования движений, развития физических качеств и повышения интереса к игре мы изменяем или усложняем правила, вводим дополнительную роль, проводим разные варианты одной игры (н-р, «Ловишки», «Ловишки с мячом», «Ловишки с лентами», «Ловишки – ноги от земли»).

При организации подвижных игр и игровых упражнений на прогулке мы принимаем во внимание и степень двигательной активности каждого ребёнка. Так, у детей с высокой двигательной активностью преобладают игры и упражнения высокой степени интенсивности (бег друг за другом, с ловлей, прыжки, подскоки). Они отличаются неумением выполнять движения в умеренном темпе и нежеланием заниматься спокойными видами деятельности. Поэтому от таких детей мы добиваемся более точного выполнения движений, даём упражнения на воспитание выдержки, настойчивости, стараемся регулировать их самостоятельную деятельность, чередуя деятельность с интенсивными движениями с деятельностью, предполагающей более спокойные движения (упражнения с кеглями, мячом). Малоподвижным детям присуща деятельность с преобладанием статических поз. Они не любят коллективные игры, предпочитают игры низкой степени интенсивности. Таких детей на прогулке мы чаще привлекаем к спортивным и игровым упражнениям, требующих активных движений (бег за мячом, катание мяча, прыжки) и состоящих из навыков, усвоенных детьми на занятиях. Для развития уверенности в себе и воспитания интереса к подвижным играм часто даём им ведущие роли, отмечаем их успехи.

Объяснение новой игры в старшей группе в отличие от предыдущих групп чаще всего даётся не только в её ходе. Мы рассказываем детям всё содержание игры от начала до конца, особенно обращая внимание на правила. Наиболее сложные правила показываем (где и как нужно встать, как подлезть, оббежать и т.п.). С помощью вопросов предлагаем детям повторить ход и правила игры. Распределение ролей и выбор водящего чаще происходит с помощью воспитателя. Мы можем сами назначить, кто будет водить, чтобы поощрить новенького ребёнка или, наоборот, показать на примере активного, как нужно выполнять правила в игре, или отклонить просьбу самоуверенного ребёнка и поручить её робкому, застенчивому. В другом случае используем считалки. Можно предложить самим детям выбрать водящего и объяснить, почему они поручают эту роль именно данному ребёнку. Иногда, чтобы оживить игру или показать некоторые действия, правила, роль водящего мы берём на себя. В процессе игры мы следим за движениями, действиями и взаимоотношениями детей, выполнении ими правил, дозировкой нагрузки, подаём сигналы к выполнению действий, даём краткие указания, поощрения. В этом возрасте дети могут и самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры. В этом случае мы наблюдаем за ходом игры и взаимодействиями детей, направляя и поддерживая развитие игры.

Детей в старшем возрасте интересует не только процесс игры, но и её результат. Им хочется знать, кто был самым ловким, самым быстрым, метким и т.д. Поэтому в конце игры мы кратко подводим её итог. Отмечаем успехи детей, называем удачно выполнивших свои роли, проявивших смелость, выдержку, ловкость, а также указываем на нарушение правил и связанные с этим действия детей.