МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОН УЧЕРЕЖДЕНИЕ – ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА ДЕТСКИЙ САД №36 «ЛАСТОЧКА» Г.СВЕТЛОГРАД

Консультация
«Использование подвижных игр для повышения двигательной активности детей»

Подготовила:
Воспитатель МКДОУ -ЦРР
ДС №35 «Ласточка»
Заикина Анжелика
Викторовна (СЗД)

Светлоград,2020

Содержание

1.Значение двигательной активности для роста и развития ребенка.

2.Прогулка как средство реализации двигательной потребности детей.

3. Проведения подвижных игр на прогулке.

4. Методика проведения подвижных игр.

5. Педагогическое руководство двигательной активностью детей в самостоятельной деятельности на прогулке.

6.Использованная литература

«Использование подвижных игр для повышения двигательной активности детей»

1. **Значение двигательной активности для роста и развития ребенка.**

Физиологи считают движение врожденной, жизненно необходимой потребностью человека. Полное удовлетворение ее особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. Педагоги также отмечают, что движение – это важное средство воспитания, поскольку, двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем. Движения - первые истоки смелости, выносливости, решительности маленького ребенка, а у более старших детей - форма проявления этих важных человеческих качеств. Движение - фундамент настоящего и будущего здоровья детей, их гармонического физического развития. Это важнейшее условие и средство общего развития ребенка, формирования его психики, способностей, жизненной активности.

В детском саду используются разные формы работы, направленные на повышение двигательной активности детей - утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры и физические упражнения, физкультурные праздники и т.д). Средствами физической культуры можно повысить двигательную активность и на прогулке, используя игровые упражнения, подвижные игры, спортивные упражнения, игры с элементами спорта.

2. **Прогулка как средство реализации двигательной потребности детей.**

Прогулка - это один из важнейших режимных моментов, во время которого дети могут достаточно полно реализовать свои двигательные потребности. Здесь наиболее ярко проявляются особенности двигательной активности детей. Игры и развлечения на свежем воздухе особенно полезны для растущего детского организма. Кроме того, в процессе ежедневного проведения подвижных игр и физических упражнений на прогулке расширяется двигательный опыт детей, совершенствуется имеющиеся навыки в основных движениях; развиваются ловкость, быстрота, выносливость; формируется самостоятельность, активность, положительное взаимодействие со сверстниками. Стоит отметить, что ежедневный активный отдых на прогулке обеспечивает дошкольникам до 40% необходимого суточного объема движений. По результатам многих исследований,

активный отдых, организованный на воздухе и заключающийся в играх малой и средней интенсивности, оказывает благоприятное влияние на функциональное состояние центральной нервной системы детей. Это выражается в увеличении показателей умственной работоспособности, улучшении подвижности нервных процессов.

Однако, на прогулке необходимо грамотное педагогическое руководство, с целью полноценной реализации двигательных возможностей детьми. Как в организованных, так и в самостоятельных играх необходимо своевременно переключать дошкольников с одного вида занятий на другой, поэтому важно, чтобы вся деятельность детей на прогулке направлялась и регулировалась воспитателем, а каждый ребёнок находился в поле его зрения.

Подвижные игры и физические упражнения проводятся педагогом в различное время дня в соответствии с общепринятым режимом: утром, в середине дня и на вечерней прогулке.

Важную роль в активизации двигательной деятельности играет спортивный инвентарь, который устанавливается на участке или выносится из группы в соответствии с погодными условиями. Наличие должного оборудования на участке создает условия для совершенствования основных движений, спортивных игр и упражнений, а также подвижных игр.

Особое внимание педагог уделяет развитию самостоятельности и творчества ребенка в его двигательной деятельности на прогулке, благодаря чему у ребенка развивается инициативность, повышаются навыки самоорганизации, создаются оптимальные условия для самовыражения, самореализации, совершенствования психофизических и личностных качеств.

Большие возможности для развития движений детей имеются на прогулке, особенно в весеннее - летний период.

3. **Проведения подвижных игр на прогулке.**

Характер и содержание деятельности детей во время прогулке определяется их возрастными и индивидуальными особенностями.

На прогулке длительность игр и упражнений составляет 10-12 мин., если в этот день планируется физкультурное занятие, 30-40 мин. в остальные дни. Вечером под-

вижным играм и физическим упражнениям необходимо отводить 10-15 мин. Эта форма работы открывает широкие возможности для физического совершенствования детей, укрепления их здоровья и закаливания. Важно, чтобы в распоряжении детей был игровой материал, физкультурные пособия и инвентарь, стимулирующий двигательную активность.

При правильной организации и содержании подвижных игр у детей воспитывается внимание и наблюдательность, дисциплина, умение владеть своими чувствами и движениями, а, следовательно, развивается воля и вырабатывается характер. Поэтому важно подбирать подвижные игры, соответствующие возрасту и развитию ребенка. При проведении подвижных организованных игр очень важна роль воспитателя, которому необходимо не только знать правила игры, но и умело руководить ее процессом, чтобы осуществить цели, поставленные в игре.

Содержание игр и физических упражнений на прогулке необходимо предварительно продумать. Они должны соответствовать следующим требованиям:

1. Использование упражнений преимущественно динамического характера, направленных на развитие различных групп мышц, упражнений требующих высокой координации движений;
2. Соответствие игр и упражнений сезону года, погодным условиям;
3. Применение разных способов организации дошкольников;
4. Рациональное использование оборудования и инвентаря, предметов окружающей среды;
5. Создание благоприятных условий для положительных эмоциональных и морально-волевых проявлений детей;
6. Активизацию детской самостоятельности;
7. Стимулирование индивидуальных возможностей каждого ребёнка.

Подвижные игры с разными видами движений (бегом, прыжками, метанием, лазанием) планируются на прогулке ежедневно. Каждую неделю детям предлагается для разучивания новая подвижная игра, которая повторяется в течение месяца 2-3 раза в зависимости от сложности содержания. Кроме того, каждый месяц проводится по 6-8 подвижных игр освоенных ранее.

4. **Методика проведения подвижных игр.**

<table>
<tr><td rowspan="2">Сбор детей на игру</td><td>Младший дошкольный возраст</td><td colspan="2">Средний дошкольный возраст</td><td>Старший дошкольный возраст</td><td></td></tr>
<tr><td>- сюрпризный момент;
- атрибуты к игре;
- художественное слово;
- переход от совместной ролевой игры.</td><td colspan="2">- отгадывание загадок
- сбор по условному сигналу;
- напоминание игры;
- сбор по предварительной договоренности.</td><td>- беседа;
- поручить сбор кому-то из детей.</td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">Объяснение правил</td><td rowspan="2">- в ходе игры;
- при помощи образного рассказа;
- слова заучивают в ходе игры;
- прием подговаривания.</td><td>Новая игра</td><td>Знакомая игра</td><td>Новая игра</td><td>Знакомая игра</td></tr>
<tr><td>- объяснение правил до начала игры;
- вопросы на закрепление правил;
- слова заучивают заранее</td><td>- напомнить правила игры, задавая вопросы</td><td>- объяснение правил до начала игры;
- зрительная ориентация;
- пробный ход, схемы.</td><td>- дети рассказывают правила;
- самостоятельно придумывают новый ход игры.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Выбор водящего</td><td>- по желанию детей;
- по выбору воспитателя в новой игре;
- главную роль берет воспитатель</td><td colspan="2">- по желанию детей;
- по выбору воспитателя;
- по считалке.</td><td>- по желанию детей;
- по выбору воспитателя;
- по жребию;
- в качестве поощрения.</td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4">На роль ведущего выбирают проигравшего</td><td></td></tr>
<tr><td>Руководство ходом игры</td><td>- сигнал к началу игры;
- подсказывание правил в ходе игры;
- показ движений</td><td colspan="2">- совет, напоминание;
- сигнал к началу игры;
- при нарушении правил остановить игру и напомнить правила игры</td><td>- совет, напоминание;
- сигнал к началу игры;
- подсказать как выиг-</td><td></td></tr>
</table>

			рать; - помощь в решении конфликта.
Итог игры	- положительная оценка после каждого тура игры	- положительная оценка в конце игры и похвала по ходу; - выделить кто играл лучше всего.	- анализ игры по вопросам воспитателя; - объяснить как можно изменить правила в следующий раз.

При проведении игр следует использовать разные способы организации детей. При организации знакомых игр воспитатель может предоставить детям возможность самим вспомнить и рассказать содержание правил. Педагог обращает внимание лишь на важные моменты в игре, от которых зависит её ход и выполнение правил. При разучивании новой подвижной игры необходимо дать чёткое, лаконичное объяснение её содержания. После объяснения воспитатель сразу переходит к игре и в ходе её уточняет то, что недостаточно хорошо запомнили дети. Большое значение имеет подведение итогов, оценка результатов, действий детей, их поведения в игре. К обсуждению результатов игры привлекают дошкольников, приучают их оценивать своё поведение и поведение товарищей. Это способствует формированию положительных взаимоотношений в процессе двигательной деятельности детей.

5. **Педагогическое руководство двигательной активностью детей в самостоятельной деятельности на прогулке.**

Помимо организованных форм работы по развитию движений в двигательном режиме детей большое место занимает самостоятельная деятельность. У ребёнка появляется возможность играть, двигаться по собственному желанию. Однако и здесь его действия зависят во многом от условий, создаваемых взрослыми. Важно побуждать детей к самостоятельности и проявлению творческой инициативы при организации и проведении игр. При правильном руководстве двигательной активностью детей можно повлиять на разнообразие их игр, движений не подавляя инициативы.

Таким образом, в руководстве двигательной активностью детей на прогулке могут быть выделены 2 основных этапа. Вначале устанавливаются контакты воспитателя с каждым ребёнком, выясняется его интерес к играм и физкультурным пособиям, выявляется наличие у него двигательного опыта. На этом этапе могут быть применены следующие методы и приёмы: совместное выполнение упражнений ребёнка с воспитателем или другими детьми; объяснение и показ более сложных элементов движения; поощрения. Основным направлением руководства двигательной активности детей является обогащение её разнообразными движениями.

На втором этапе осуществляется более интенсивное воздействие воспитателя на двигательную активность дошкольника. Мало подвижные дети вовлекаются в деятельность, которая способствует развитию интереса к играм и физическим упражнениям. Подвижных детей нацеливают на спокойную деятельность, которая способствует снижению двигательной активности.

В процессе руководства двигательной активностью детей значительное место должно отводиться показу разнообразных движений с физкультурными пособиями. При этом важно учитывать индивидуальные проявления каждого ребёнка. Так, чрезмерно подвижным детям следует показать действия, требующие точности выполнения при пользовании пособием. Малоподвижным детям можно предложить активные действия и движения, не требующие точности выполнения: прыгнуть из обруча в обруч, через скакалку и т.д. Необходимым приёмом в руководстве двигательной активностью является сосредоточение чрезмерно подвижных детей на играх и упражнениях низкой интенсивности (дидактические игры, игры с песком и т.д.), а мало подвижных - на выполнение упражнений с использованием физкультурных пособий (лазание по гимн, стенке, бег со скакалкой и т.д.). Все предложенные педагогические приёмы и методы индивидуально-дифференцированного подхода к детям должны строится с учётом интереса ребёнка к играм и разным видам деятельности.

Использованная литература

1. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. - М.: Мозаика-Синтез, 2004.

2. Рунова М.А. Движение день за днем. Двигательная активность - источник здоровья детей. (Комплексы физических упражнений и игр для детей 5-7 лет с использованием вариативной физкультурно-игровой среды). Методические рекомендации для воспитателей ГОУ и родителей. - М., ЛИНКА-ПРЕСС, 2007

3. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2001.

4. Шишкина В.А. Движение + движения: Кн. для воспитателя дет.сада. - М.: Просвещение, 1992.