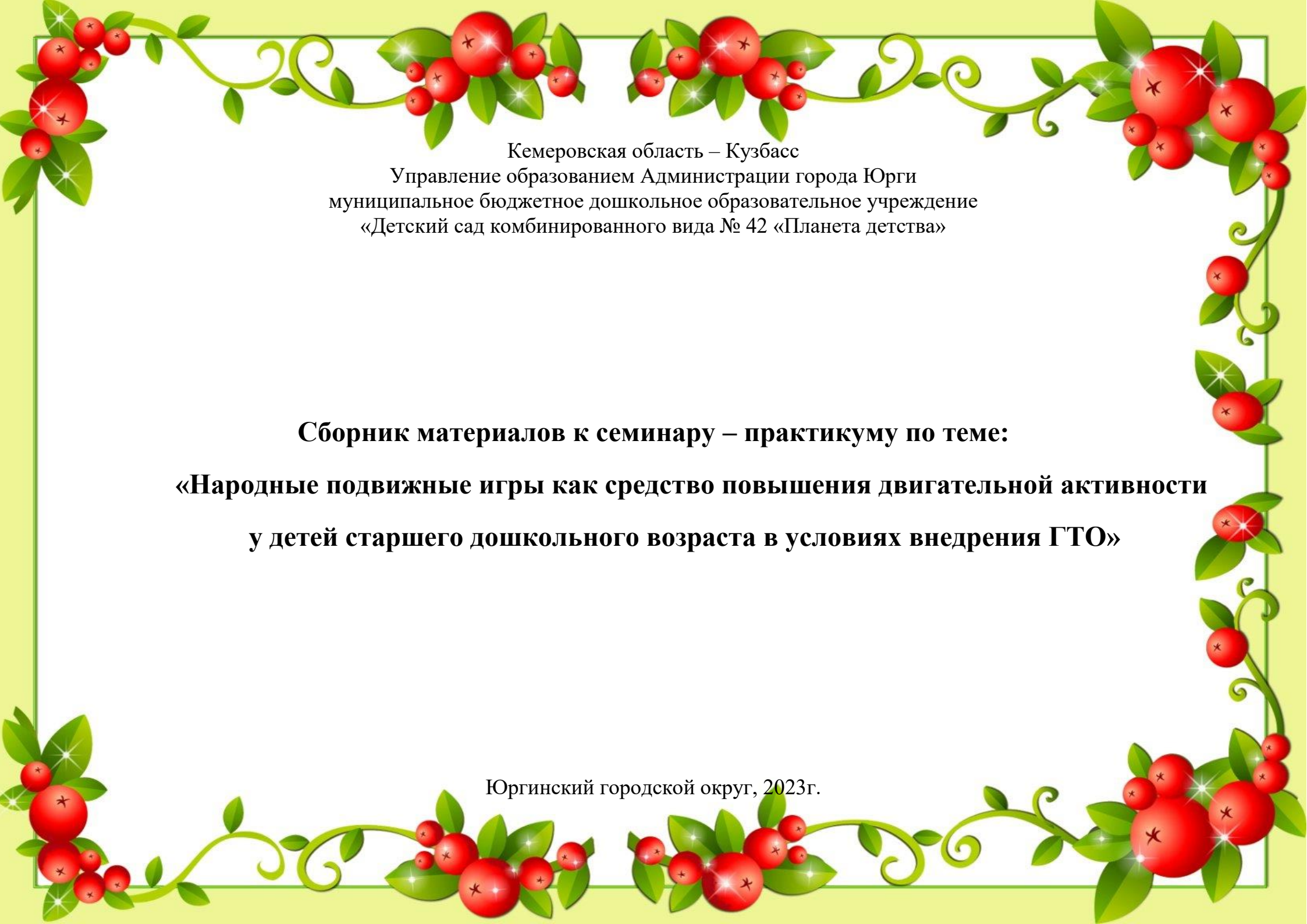




Кемеровская область – Кузбасс
Управление образованием Администрации города Юрги
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 42 «Планета детства»

Сборник материалов к семинару – практикуму по теме:
«Народные подвижные игры как средство повышения двигательной активности
у детей старшего дошкольного возраста в условиях внедрения ГТО»

Юргинский городской округ, 2023г.

Тренинг приветствия и знакомства для участников семинара «Народные игры»

Игра - приветствие «Давайте, познакомимся!»

Разумникова И.В., педагог – психолог

Представляем вашему вниманию три формы приветствия:

Приветствие первое: когда заиграет музыка, вы начнете ходить по залу, прикасаясь двумя ладонями, по возможности, со всеми участниками и называть свое имя. Когда музыка остановится, все участники остаются на своих местах, до следующего сигнала.

Музыкальное сопровождение. Стоп.

Приветствие второе: а сейчас, когда заиграет музыка, сначала приветствуем друг друга спинками – поворачиваемся и дарим рукопожатие. Когда музыка остановится, все участники остаются на своих местах, до следующего сигнала.

Музыкальное сопровождение. Стоп.

Приветствие третье: всех приглашаю в общий круг, давайте возьмемся за руки.

Как услышите музыку – идем вместе вправо. Как услышите сигнал колокольчика (звенит) – идем влево. Как услышите сигнал барабана (звенит) – идем в центр круга.

Игры и игровые упражнения малой подвижности для детей дошкольного возраста

Кольцова О.А., воспитатель

Дети дошкольного возраста много двигаются в течении дня на утренней зарядке, на занятиях по физическому развитию и музыке, разучивая новые движения, на прогулке. Но после выполнения активных движений и упражнений дети продолжительное время не могут успокоиться. В этом педагогам могут помочь малоподвижные игры. Малоподвижные игры - это игры с низкой интенсивностью действий. В данных играх все движения выполняются медленно и интенсивность их не значительна.

К особенностям малоподвижных игр относится следующее:

- способ организации детей (круг, врассыпную, шеренга и др.),
- движения, которые включаются в игру, методика, выбор и самой игры, и места ее проведения,
- подготовка к игре, сбор детей, объяснение хода и правил игры, ее проведение, завершение, темп медленный, количество повторений движений (3-6 раз).

Эти игры не требуют подробного объяснения правил: педагог показывает движение сам или выбирает для этого кого-либо из детей.

Игры малой подвижности способствуют развитию памяти, сообразительности и наблюдательности, координации движений и быстроты реакции, ориентировки в пространстве

и двигательных умений. Кроме того, они доставляют детям удовольствие, создают хорошее настроение, что немаловажно.

Данные игры проводятся со всеми детьми одновременно на физкультурном занятии (в третьей его части), досугах и праздниках, дневной и вечерней прогулках, в процессе физкультурных минуток и физкультурных пауз, самостоятельной двигательной деятельности детей. Предлагаемые игры не требуют большого пространства. Они доступны в любую погоду и в любое время года. В них с удовольствием играют и младшие дошкольники (с помощью воспитателя), и старшие (самостоятельно).

Малоподвижные игры подразделяются на виды:

- Бессюжетные (основаны на выполнении заданий);
- Народные игры-забавы (использование песен, полешек, прибауток).

Длительность игр с учетом возраста детей:

- Младшая группа - 10 минут.
- Средняя группа – 12 минут.
- Старшая и подготовительная группы – 15 минут.

Как любая форма деятельности в детском саду, малоподвижные игры направлены на разностороннее развитие воспитанников. Кроме формирования привычки к здоровому образу

жизни, эти игры приобщают детей к народным традициям: текст и герои взяты из фольклора. Малоподвижные игры лучше проводить со всей группой воспитанников одновременно, чтобы в ребятах зарождалось чувство коллективизма.

Игра как ведущий вид деятельности дошкольника

Зуева Н.В., воспитатель

Дошкольное детство – очень важный период становление личности. В эти годы ребенок приобретает первоначальные знания об окружающей жизни, у него начинает формироваться определенное отношение к людям, к труду, вырабатываются навыки и привычки правильного поведения, складывается характер.

Основной вид деятельности детей дошкольного возраста - игра, в процессе которой развиваются духовные и физические силы ребенка.

Игра – это не только удовольствие и радость для ребенка, что само по себе очень важно. С ее помощью можно развивать внимание, память, воображение, дисциплинированность, ловкость. Кроме того, игра - это своеобразный, свойственный дошкольному возрасту способ усвоения общественного опыта.

Игра — единственная всепоглощающая и самая любимая деятельность ребенка, имеющая место во все времена и у всех народов. Разнообразие детских игр безгранично. Игра позволяет ребенку удовлетворять многие потребности — потребность в развлечении, движении, удовлетворении любопытства, выплескивании накопившейся энергии, получении новых ощущений, самоутверждении. Игра способствует развитию сенсорных способностей и физических навыков, раскрывая возможности для того, чтобы ребенок расширял и совершенствовал приобретенные ранее умения.

Пункт 4.6 ФГОС ДО оговаривает важность развития игровой деятельности в становлении социально-нормативных основ поведения ребёнка, а также в повышении эффективности образовательного процесса:

- Пробуждение интереса — процесс обучения в игровой форме развлекает, доставляет удовольствие и радость, нейтрализует стрессовое напряжение, превращает познание окружающего мира и освоение новых практических навыков в увлекательное путешествие.
- Самопознание и самореализация — малыш познаёт свой внутренний мир, учится проявлять инициативность, высказывать своё мнение в общении, опираться на самостоятельность в конструировании, делать осознанный выбор рода занятий и партнёров по игре;

- Формирование культуры сотрудничества — совместная игра помогает развить психологические навыки солидарности, обучает коллективной деятельности, умению слышать не только самого себя, но и партнёров по игре, является прекрасным практическим тренингом по искусству разрешения конфликтов и умению находить компромисс, воспитывает уважение к другим людям, формирует чувство справедливости и собственного достоинства;
- Социализация — ребёнок учится различать реальную действительность и условную, развивает волевые качества самодисциплины и понимает необходимость следовать нормам и правилам;
- Развитие коммуникативных навыков — малыш осваивает такой инструмент, как речь для решения проблемы взаимопонимания и передачи информации.

На разных этапах развития детям свойственны разные игры в закономерном соответствии с общим характером данного этапа. Участвуя в развитии ребенка, игра сама развивается.

В младшем дошкольном возрасте ребенок совершает разнообразные манипуляции с предметами. Его игры носят предметный характер. Они сводятся к совершению с предметами разнообразных действий, приводящих ребенка к пониманию того, для чего нужен тот или иной объект, какие операции с ним можно выполнить. Ребенок познает мир, а взрослый помогает ему в этом, демонстрируя действия с данным объектом.

В среднем дошкольном возрасте происходит постепенное приобщение к играм с правилами. Дети должны научиться выполнять игровые действия с соблюдением правил. Для этого используются игры разной направленности: подвижные, народные, театрализованные и др.

В старшем дошкольном возрасте игра носит коллективный характер. Игровые действия сведены до минимума или условлены, большее значение имеет речь и взаимоотношения. Основным является выполнение правил игры.

Народные подвижные игры

Тринц Т.Ю., воспитатель

К.Д.Ушинский писал: «Как нет человека без самолюбия, так нет человека без любви к отечеству, и эта любовь дает воспитанию верный ключ к сердцу человека...» именно поэтому наши интересы обратились к нравственным ценностям, к национальной культуре нашего народа.

Народные игры – это яркое выражение народа в них играющего, отражение этноса в целом и истории его развития. Вместе с тем, на игры можно посмотреть, и с точки зрения педагогики и психологии, как средства образования и воспитания. В дополнении ко всему, это и отличный способ укрепить свой дух, свое тело, развить процессы мышления, фантазерства, эмоциональную составляющую нашей жизни. Русский народ многие процессы своей жизнедеятельности отражал именно таким образом, через игру. В подвижных народных играх воспитываются психофизические качества: ловкость, быстрота, выносливость, сила, координация движений, равновесие, умение ориентироваться в пространстве.

Народные игры актуальны и интересны и в настоящее время, несмотря на то, что существует достаточно большое количество соблазнов в наш технократический век.

Георгий Науменко писал: "Трудно себе представить ребячью жизнь без игр, веселых, шумных, нередко с песнями, считалками, загадками. Одни игры помогают стать сильными, ловкими, меткими. Другие развивают сообразительность и смекалку. А в третьих все зависит от воображения, от того, как хорошо вы сможете представить и сыграть то или иное действующее лицо».

Народные подвижные игры являются неотделимой частью национального, художественного и физического воспитания. В них духовное обогащение детей соседствует с радостью движения. Народные игры создают эмоционально положительную основу для развития патриотических чувств. Формируют устойчивое уважительное отношение к культуре родной страны, любви и преданности своей Родине.

Народные игры условно были разделены на несколько видов.

Подвижные (спортивные) игры, к которым относятся игры соревновательного характера, включающие в себя бег, прыжки. Развивающие силу, ловкость, быстроту реакций, ориентировку в пространстве («Горелки», «Ловишки», «Прятки», «Звонари», «Бубен» и др.).

Обрядовые (календарные) игры – это игры которые имели связь с народным сельскохозяйственным календарём. К сожалению, многие из них уже давно утеряны. К ним относятся игры: «Кукушечка», «Гори, гори ясно», «Солнышко», «Кострома» и др.

Русский народ всегда очень трепетно и тепло относился к природе, воспевал и сохранял её. Природные игры воспитывают у детей любовь и доброе отношение к окружающему миру, знакомят с окружающей природой («Сорока», «У медведя во бору», «Зайка», «Паучок», «Ворон», «Олень» и др.).

Трудовые или бытовые игры знакомят с каждодневным трудом наших предков, историческим наследием русского народа («Горшок», «Я весёлая ткачиха, «Клубочек», «Баба сеяла горох», «Мельница» и др.).

Игры, где игрок выполняет какое-то действие или ведёт игру, называются игры с ведущим (водящим). Например: «Звонари», «Отгадай, чей голосок», «Море волнуется», «Сажу на камушке».

Игры - забавы - это игры, которые веселят, забавляют ребёнка и, в тоже время, несут в себе какую-то информацию и обладают воспитательным началом. К ним относятся игры «Сорока-сорока», «Ладушки», «Идёт коза рогатая», «По кочкам», и др.

Драматические игры (с элементами театрализованных действий) - это игры, которые требуют от ребенка умения, на время перевоплотиться в какого - то героя игры и выполнять действия, произносить диалоги, присущие образу («Зайка, выходи», «Волк-волчок», «Баба Ёжка», «Идёт коза по лесу», «Дрёма» и др.).

Участвуя в подвижных играх, дети осваивают привычку в любой ситуации регулировать степень мышечного напряжения и внимания. Адаптироваться к изменениям окружающей среды, искать пути выхода из сложных ситуаций. Быстро принимать решения, выполнять намеченный план и проявлять инициативу, то есть, играя, дошкольники овладевают важными навыками и качествами, необходимыми им в дальнейшей жизни.

В заключение, можно сказать, что использование в комплексе с другими воспитательными средствами богатое разнообразие народных подвижных игр, помогает педагогу закладывать основу для начального этапа формирования, гармонично развитой и активной личности.

Мастер – класс: «Народные подвижные игры»

**Любецкая А.А.,
инструктор по физической культуре**

«Бубенцы»

Количество игроков: любое

Дополнительно: колокольчик

Дети встают в круг. На середину выходят двое - один с бубенцом или колокольчиком, другой - с завязанными глазами. Все поют и идут по кругу:

*Трынцы-брынцы, бубенцы,
Раззвонились удалцы:
Диги-диги-диги-дон,
Отгадай, откуда звон!*

После этих слов "жмурка" ловит увертывающегося игрока.

Сковорода

Участников для этой игры выбирают примерно, одинаковых по силе. Человек 5-10 встают в круг и берутся за руки. У самых ног чертится круг - сковорода.

На полу (на земле, на снегу) начертите круг. Это сковорода. Все игроки (и взрослые, и дети) берутся за руки, идут по кругу проговаривая слова:

*Ходим кругом друг за другом эй ребята не зевай.
И на нашу сковородку поскорее всех сажай.*

И прыгают, пытаясь толкнуть, друг друга, в круг. Кто попал в круг, тот «спекся» на сковороде. Задача игроков – в него не попасть.

Считалки

*На златом крыльце сидели
Царь, царевич,
Король, королевич,
Сапожник, портной...
Кто ты будешь такой?*

*Раз, два, три, четыре, пять,
Вышел зайчик погулять.
Вдруг охотник выбегает,
Прямо в зайчика стреляет.
Но охотник не попал,
Серый зайчик убежал.*

Народные малоподвижные игры

Платошечкина Е.Г., воспитатель

Дети дошкольного возраста много двигаются в течении дня на утренней зарядке, на занятиях по физическому развитию и музыке, разучивая новые движения, на прогулке. Но после выполнения активных движений и упражнений дети продолжительное время не могут успокоиться. В этом педагогам могут помочь малоподвижные игры.

Малоподвижные игры - это игры с низкой интенсивностью действий. В данных играх все движения выполняются медленно и интенсивность их не значительна.

К особенностям малоподвижных игр относятся следующие: способ организации детей (круг, врассыпную, шеренга и др., движения, которые включаются в игру, методика (выбор и самой игры, и места ее проведения, подготовка к игре, сбор детей, объяснение хода и правил игры, ее проведение, завершение, темп (медленный, количество повторений движений (3-6 раз). Эти игры не требуют подробного объяснения правил: педагог показывает движение сам или выбирает для этого кого-либо из детей.

Игры малой подвижности способствуют развитию памяти, сообразительности и наблюдательности, координации движений и быстроты реакции, ориентировки в пространстве и двигательных умений. Кроме того, они доставляют детям удовольствие, создают хорошее настроение, что немаловажно.

Данные игры проводятся со всеми детьми одновременно на физкультурном занятии (в третьей его части, досугах и праздниках, дневной и вечерней прогулках, в процессе физкультурных минуток и физкультурных пауз, самостоятельной двигательной деятельности детей.

Предлагаемые игры не требуют большого пространства. Они доступны в любую погоду и в любое время года.

В них с удовольствием играют и младшие дошкольники (с помощью воспитателя, и старшие (самостоятельно).

Малоподвижные игры подразделяются на виды:

- Бессюжетные (основаны на выполнении заданий);
- Народные игры-забавы (использование песен, полешек, прибауток).

Длительность игр с учетом возраста детей. (можете увидеть на слайде)

Младшая группа - 10 минут.

Средняя группа – 12 минут.

Старшая и подготовительная группы – 15 минут.

Как любая форма деятельности в детском саду, малоподвижные игры направлены на разностороннее развитие воспитанников. Кроме формирования привычки к здоровому образу жизни, эти игры приобщают детей к народным традициям: текст и герои взяты из фольклора. Малоподвижные игры лучше проводить со всей группой воспитанников одновременно, чтобы в ребятах зарождалось чувство коллективизма.

Хороводно – фольклорные игры

Бондарцова И.А., воспитатель

В настоящее время наблюдается большое внимание к национальной культуре и искусству. Духовно-нравственное воспитание подрастающего поколения осуществляется через постоянное изучение фольклора, народных ремёсел и традиций. Русские народные игры – это слой фольклора, корни которого уходят в далекое прошлое.

Популярность в работе с дошкольниками хороводные игры обрели неспроста. Хоровод — древнейший вид танца. Он сопровождал славян в различных жизненных ситуациях: во время обрядовых процессий, полевых работ, свадебных гуляний и др.

Хороводы как традиции возникли в язычестве, когда люди поклонялись солнцу, как главному божеству. Танцуя хоровод люди, прославляли источник света, просили покровительства у сил природы.

Слово хоровод – означает круг. В древности люди считали, что такая фигура обладает магическими свойствами. В центр круга не могла проникнуть нечистая сила. Сначала хороводы были обереговые, позже стали появляться хороводы в виде игры, танца. Хоровод-символ движения солнца. А движение – это жизнь.

Цель проведения хороводных игр в детском саду — гармоничное развитие детей через приобщение к народным традициям.

Начальной и основной фигурой хоровода является круг. Можно сделать двойной круг (круг в круге). Помимо круговых движений в хороводе есть движения «змейка», «корзиночка», «веревочка» и много других.

В хоровод люди встают лицом в круг и берутся за руки. Движения делается по часовой стрелки, сделав легкий полуоборот по ходу движения. Музыка и слова для хоровода сочинялась самим народом, носила медленный, спокойный характер.

Дошкольное детство – важнейший период становления личности человека. Хороводная игра является разновидностью художественно-игровой деятельности детей, представляя собой уникальный синтез народной традиции, творческой импровизации, художественной образности.

Хороводы являются ценнейшим поэтическим приобретением наших предков и важнейшим средством обучения подрастающего поколения поэтическому и танцевальному искусству.

Само построение хоровода — круг, воспитывает ребят. Расположение участников на одинаковом расстоянии от центра создаёт ощущение равенства. В хороводной цепочке каждый ребёнок понимает значимость движения в такт музыке, в соответствии с правилами. За целостность хоровода ответственны все, эта игра способствует организованности группы. Хороводные игры являются музыкально-ритмическими. Дети двигаются по кругу и совершают дополнительные движения в такт музыке. Развивается звуковое восприятие и координация движений. Фольклорные песни зарождают в ребятах нравственные качества: любовь к родному краю и живой природе, стремление к добру.

Водить простой хоровод способны самые маленькие ребята. Со старшими дошкольниками проводятся хороводные игры с интересным сюжетом.

Обучение играм-пляскам строится по принципу «от простого — к сложному». Дети должны испытывать положительные эмоции, поэтому в каждой возрастной группе хороводы организуются с учётом особенностей ребят.

Задачи и приёмы освоения хороводных игр.

Первая младшая (1,5–3 года)

- Развивать крупную моторику, координацию движений.
- Формировать слуховое внимание. Малыши учатся вставать в круг и водить хоровод. В начале обучения хороводным играм рекомендуется ставить в центр круга игрушку, она будет ориентиром для ребят.
- Двигаться чётко по кругу детям второго года жизни сначала сложно. В помощь им можно обозначить окружность на полу изолентой или наклейками. Песню исполняют взрослые: воспитатель, музыкальный руководитель. Разучивают игру-хоровод несколько раз в неделю.

Вторая младшая (3–4 года)

- Развивать умение двигаться в соответствии со словом, по тексту песни.
- Развивать музыкальные умения: двигаться в соответствии с ритмом и темпом музыки.
- Усложнять движения по кругу: добавляются танцевальные движения (приседания, хлопки, галоп);

- включает имитацию

- Частично показывать движения (взрослые сами или при помощи перчаточных кукол).
- Предварительный анализ песенных персонажей. Песни исполняют взрослые, побуждая детей подпевать. Игр-хоровод разучивается ежедневно: на досуге, во время музыкального занятия, на прогулке.

Средняя (4–5 лет)

- Развивать умения петь хором.
- Синхронизировать хороводный шаг с темпом песенного исполнения. Дети самостоятельно исполняют хороводные песни. В первой половине дня воспитатель разучивает с ребятами текст, во второй — движения.

Старшая (5–6 лет)

- Развивать умение выразительно исполнять танцевальные и игровые движения.
- Формировать умение передавать эмоции в песне.
- Развивать внимание и ловкость (особенно во время хороводных перестроений). Старшие дошкольники быстро выучивают слова песен. А движения игр-хороводов становятся сложнее: появляются перестроение по правилам, выстраивание фигуры. В первой половине дня рекомендуется разучивать хороводные движения, во второй — текст песни. Новую игру следует повторять с ребятами 2–3 раза в течение дня, для закрепления — 1–2 раза.
- Дети осваивают игру через прослушивание устных инструкций. Возможен параллельный к объяснению показ: вызвавшиеся ребята демонстрируют движения, которые называет педагог.

Подготовительная группа (6–7 лет)

- Совершенствовать умение ориентироваться в пространстве (при построении хороводных фигур).
- Создавать мотивацию к самостоятельному песенно-игровому творчеству.

Для начала весёлой игры в хоровод недостаточно сказать: «возьмёмся за руки и встанем в круг!» Чтобы игра оказывала развивающее и воспитательное воздействие, дети должны быть увлечены процессом. Когда ребёнку в удовольствие игра, он прикладывает максимальные усилия, чтобы следовать правилам, мелодично петь и красиво двигаться.

Разученные музыкальные хороводы педагоги включают в сценарии праздников и развлечений. На праздниках, утренниках и досугах организовать хороводную игру помогает сказочный персонаж. При этом герой может быть наблюдателем или танцевать и петь вместе с ребятами

На прогулках дети не всегда могут самостоятельно организовать хороводы, но с удовольствием откликаются на предложения воспитателей, провести ту или иную игру.

Следует побуждать детей к проведению игр-хороводов в самостоятельной деятельности. Для этого рекомендуется: между режимными моментами воспитателю включать аудиозапись разученной детьми хороводной песни. В свободном доступе должны находиться атрибуты для хороводных игр: ленты, платочки, маски персонажей и т.д. Важно помнить, что хороводы должны нравиться детям, тогда они будут с удовольствием в них играть.

Хороводы должны стать составной частью радостной повседневной жизнью детей в детском саду.

Мастер класс: «Хороводно – фольклорные игры»

Кондрашова М.В., музыкальный руководитель

Русская народная игра «Подушечка, раздушечка»

Дети стоят в кругу, ведущий внутри круга держит в руках подушечку.

Дети поют:

1. Подушечка, раздушечка,

Моя пуховая.

Подушечка, раздушечка

Моя дорогая.

2. Кого люблю, кого люблю

Того обниму я.

Тому свою подушечку

Сегодня подарю я.

Дети движутся хороводом, а ведущий с подушечкой внутри круга противоходом. По окончании песни ведущий подходит к кому - то из детей (тот берется за уголки подушечки) и выводит его на середину круга. Они поворачиваются спиной друг к другу.

Дети хлопают и говорят: «Раз, два, три!» Ведущий и выбранный ребенок должны повернуть головы друг к другу. Если они повернулись в разные стороны, то пожимают друг другу руку. Если они повернулись в одну сторону, то «целуются» (прикоснутся щеками справа и слева).

Игра начинается сначала.

Русская народная игра «Дударь»

На мелодию русской народной игры «Каравай»

Считалка (выбирают Дударя):

Шел баран по крутым горам.

Вырвал травку, положил на лавку.

Кто ее возьмет, тот водить пойдет.

Дети стоят в кругу, Дударь – в середине круга, в руках у него дудка.

Дети поют:

На дуде Дударь играл, *Дударь играет на дудке*

Заигрался да упал. *Дударь приседает на корточки*

Дудка рядышком лежит...

Ты ушибся? Что болит?

Дударь: Дети, у меня болит голова.

Показывает рукой на голову (плечи, спина, живот, нога). Дети, стоящие в кругу берутся на якобы «больное» место соседа справа и слева двигаются по кругу. Дударь играет на дудке. Игра повторяется сначала. Когда Дударь говорит: «Дети, у меня ничего не болит», все дети просто танцуют (выполняют ковырялочку) под р.н. мелодию. Дударь играет на дудке.

«Ворота»

На мелодию русской народной песни «Ой ты, зимушка»

Закружились, закружились снега,

Замело дороги и леса.

А мы в гости соберёмся,

На санях мы понесёмся.

Тут воротца закрываются,

Кто попался – обнимаются.

Двое взрослых держат за концы в руках полотно. Вокруг каждого взрослого свой круг детей, которые ведут хоровод.

На последние слова взрослые опускают полотно, закрывая им по 1 ребёнку в каждом кругу, они обнимаются.

Алейникова Е.А., старший воспитатель

Посиделочные игры

Посиделочные русские народные игры увеселяли наших предков в скучные вечера. Эти развлечения не требуют ни особого инвентаря, ни подготовки. Именно старые игры показывают, насколько богатой может быть фантазия: используя в качестве необходимого оборудования подручные средства, наши бабушки и дедушки играли в прекрасные содержательные игры, тренирующие ловкость, выносливость, точность движений, оттачивающие ум. А играть можно и в маленькой группе, и в семье, и в большой компании детей и взрослых.

«Любопытный»

Играющие сидят на стульчиках. Выбирается водящий.

Водящий – «любопытный» — становится напротив и громко называет какую-нибудь букву. Ждет, пока игроки приготовятся, затем быстро кидает какой ни - будь предмет, в нашем случае мяч, и обращается то к одному, то к другому играющему с короткими вопросами:

«Кто?» — «Куда?» — «Когда?» - «Зачем?»

Тот, к кому он обращается, должен быстро отвечать словами, начинающимися с объявленной буквы, например:

К – кот, в кино, каждый день, за крекерами.

Игрок, не сумевший ответить сразу, меняется с «любопытным» местами и объявляет другую букву.

«Горячий картофель»

Традиционно в игре использовался настоящий картофель, но мы его заменим на мячи. Дети садятся в круг, ведущий находится в центре. Ведущий бросает «картошку» кому-нибудь из игроков. Игроки перебрасывают ее друг другу, желая как можно быстрее от нее избавиться (будто это натуральная горячая картошка). Тот, у кого в руках окажется два мяча выбывает из игры. Так как, кто ни - будь может не так быстро передать мяч, и второй мяч может догнать первый.

Развитие физических качеств через подвижные и спортивные игры

Добровольская А.Л., старший воспитатель

*«Скажи - и я забуду. Покажи - и я запомню. Дай действовать - и я научусь»
Китайская мудрость*

Процесс научно-технической революции делает все более явной необходимость воспитания активного и самостоятельного человека, умеющего самому ориентироваться в потоке информации. Физическая культура содействует всестороннему, гармоничному развитию личности. Недостаточно научить человека грамоте, основам наук - необходимо заложить фундамент здоровья, умения владеть своим телом, уметь расслабляться и включаться в работу, переносить физические нагрузки.

Используемые в теории и методике физической культуры понятия о физических качествах очень удобны для классификации многообразных тренировочных средств, и по существу являются критериями качественной оценки двигательных возможностей человека. Выделяют пять основных двигательных качеств: силу, быстроту движений (скорость), координацию движений (ловкость), гибкость и выносливость.

При более глубоком рассмотрении к основным двигательным качествам добавляют: устойчивость равновесия, способность к произвольному расслаблению мышц, ритмичность, прыгучесть, мягкость движения. Каждому из этих качеств человека присущи своя структура и особенности, которые в целом и характеризуют его физические способности (физическую одаренность). Развитие физических качеств осуществляется в процессе занятий физическими упражнениями по специально разработанным методикам и представляет собой целостный процесс, объединяющий отдельные взаимосвязанные стороны совершенствования физических, функциональных и психологических возможностей человека.

Среди большого количества разнообразных средств физического воспитания широко используются подвижные игры, которые оказывают содействие решению оздоровительных задач.

Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них — это прежде всего двигаться, действовать. Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Дети приучаются согласовывать свои действия и

соблюдать определенные (вначале, конечно, примитивные) правила. Игровая деятельность имеет особенно важное значение в период наиболее активного формирования характера – в детские и юношеские годы.

Играя, дети, усваивают жизненно необходимые двигательные привычки и умения, развивается смелость, воля, сообразительность. В дошкольном возрасте игровой метод занимает ведущее место, приобретает характер универсального метода физического воспитания. На важную роль игры во всестороннем развитии детей указывали многие известные педагоги. Игру детей они рассматривали, как основной вид физической и двигательной деятельности.

Большое значения игре предавал выдающийся специалист в деле физического развития детей Петр Францевич Лесгафт, считая, что она есть упражнение, с помощью, которого ребенок готовится к жизни.

Школой подготовки детей к жизни называет игру Антон Семенович Макаренко *«Игра имеет важное значение в жизни ребенка, имеет то самое значение, которое у взрослого имеет деятельность, работа, служба. Какой ребенок в игре, такой с многих взглядов он будет в работе»*. Ведь для детей игры – это их непосредственная жизнь, а педагог с помощью игр формирует в них черты характера. С помощью подвижных игр развиваются и закрепляются разнообразные двигательные качества, и прежде всего скорость и ловкость.

Педагог должен помнить, что он проводит подвижную игру для решения определенных практических задач. Даже в тех случаях, когда игра проводится для эмоциональной разрядки или повышения интереса дошкольников на занятиях физической культурой, нельзя допускать стихийных моментов в ее организации и проведении. Постановка, формулировка и технология решения педагогической задачи подвижной игры в каждом конкретном случае имеют глобальное значение.

Педагог выбирает те объекты педагогического воздействия, на которые способен повлиять в данном конкретном случае, классифицирует их, выделяет главные и сопутствующие задачи. Воспитательной задаче уделяется значительно меньшее внимание – сам игровой сюжет способствует ее решению. Однако полезно заострить внимание играющих на тех моментах, которые могли бы этому способствовать. Для качественного решения поставленной задачи необходимо этапность педагогических процедур.

Первый этап решения педагогической задачи включает рассказ и показ, обязательное предостережение от характерных ошибок, возможность которых наиболее вероятна на данном отрезке процесса обучения.

Второй этап совпадает с процессом непосредственно течения игры, где исправляются ошибки. Процесс обучения переплетается с судейством и воспитательными моментами.

Третий этап проводится после окончания игровых действий. Здесь, как и на первом этапе, необходимо отделить анализ результатов игрового процесса от анализа допущенных ошибок – они не должны пересекаться и мешать друг другу.

Педагогическая ценность игр заключается в том, что они оказывают комплексное воздействие на все физические и духовные функции человека одновременно.

Подвижные игры используются как средство общего физического воспитания детей, а также как средство подготовки к спортивным играм и другим видам спорта.

Спортивные игры – высшая ступень подвижных игр. Правила в них строго регламентированы, они требуют специальных площадок и оборудования. Для спортивных игр характерным является наличие сложной техники движений и определенной тактики поведения в процессе игры. Это требует от участников специальной подготовки, тренировки. Каждая игра рассчитана на точно установленное количество играющих, определенную площадку, инвентарь.

По своему воздействию спортивные игры являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека. Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития прежде всего координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации). И это понятно. Ведь сутью и особенностью спортивных игр являются мгновенная смена ситуаций, необходимость принимать решения в кратчайшие промежутки времени, ориентировка в сложной двигательной деятельности, выполнение разнообразных действий с мячом и без мяча.

Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов занимающегося (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.); на воспитание нравственных и волевых качеств, что создается главным образом необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры; на согласование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников. Особенно игровые упражнения содействуют воспитанию таких волевых качеств, как инициативность и самостоятельность, поскольку игроку приходится самостоятельно, быстро и своевременно принимать решения и осуществлять при этом двигательные действия.

Правильный подбор игры соответственно возрасту, теме занятия, индивидуальным особенностям воспитанников в конкретном возрасте способствует активизации и привития интереса, к физической культуре. Всё это создает комфортную, благоприятную обстановку на занятиях, а это в свою очередь является элементами здоровьесберегающих технологий.

Подводя итог выше сказанному, хотелось бы отметить, что использование в работе подвижных и спортивных игр даёт положительный результат при сдаче нормативов ГТО. Об этом говорят достигнутые нами результаты работы в

данном направлении. За время реализации программы «Здоровые дети-гордость Кузбасса», а именно с 2017 года, мы добились следующих результатов:

ДОП «Здоровые дети-гордость Кузбасса» рассчитана на 2 года обучения (1 – подготовка, 2 – сдача нормативов) В 2022-2023 учебном году группа воспитанников старшего дошкольного возраста в количестве 12 человек завершают 2 год обучения.

уч.год/ значок ГТО	Золото	Серебро	Бронза
2017-2019	3	11	1
2019-2022	8	10	1

Наша команда педагогов постоянно движется вперед! Для качественной реализации дополнительной образовательной программы, коллектив педагогов является примером для своих воспитанников в выполнении комплекса ВФСК ГТО.

В 2022-2023 учебном году педагоги ДООУ в количестве 15 человек приступила к выполнению нормативов ГТО.

уч.год/ значок ГТО	Золото	Серебро	Бронза
2021-2022	7	6	1

Работа в данном направлении продолжается, и мы не собираемся останавливаться на достигнутом, о чем говорит наше решение о продлении работы опорной региональной площадки по теме «Формирование здоровьесберегающего потенциала детей дошкольного возраста в процессе реализации Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в МБДОУ «ДСКВ.№ 42 «Планета детства» Юргинского ГО» на 3 года. Мы делаем долгосрочный вклад – в здоровье подрастающего поколения!

Готовы к сотрудничеству!

МБДОУ «ДСКВ № 42 «Планета детства»

Телефон: 8-(38451)-4-86-44

Адрес электронной почты: dou_42@mail.ru

Адрес сайта: <https://ogonek42.kuz-edu.ru/>