Консультация «Роль подвижных игр в физическом воспитании дошкольников»

Роль

подвижных игр в физическом воспитании дошкольников

(из опыта работы)

Цель: повысить эффективность реализации задач по физическому воспитанию дошкольников на основе использования подвижных игр.

Задачи:

- реализация общих образовательных задач по физическому воспитанию;
- развитие интереса к игре;
- воспитание самооценки и самоконтроля.

План:

- 1. Роль подвижных игр в физическом воспитании дошкольников.
- 2. Планирование физического воспитания дошкольников на основе подвижных игр.
- 3. Методика проведения подвижных игр.
- 4. Заключение.

Роль подвижных игр в физическом воспитании дошкольников.

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных проблем в современном обществе. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней физической подготовленности и гармонического физического развития. В то же время, сложившиеся система дошкольного образования учитывает лишь санитарногигиенические нормы условий жизни ребенка и приводит нормирование двигательных качеств и навыков. По-прежнему недооценивается значение подвижных игр как основного средства комплексного развития ребенка - его физических, интеллектуальных и психологических качеств, воспитанию у детей воли, смелости, настойчивости, выдержки, решимости.

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. Они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные (вначале, конечно, примитивные) правила.

Подвижные игры оказывают благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костносвязочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки у детей, а также повышают функциональную деятельность организма.

Подвижные игры в большой степени способствуют воспитанию физических качеств:

быстроты;

- ловкости;
- силы;
- выносливости;
- гибкости,

и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе.

Большинство подвижных игр требует от участников быстроты. Это игры, построенные на необходимости мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы, игры с внезапными остановками, задержками и возобновлением движений, с преодолением небольших расстояний в кратчайшее время эта например «Стоп», «Пас на ходу», «Быстро возьми», «По местам» и т. д

Постоянно изменяющаяся обстановка в игре, быстрый переход участников от одних движений к другим способствуют развитию ловкости например «Мышеловка», «Будь ловким», «Хитрая лиса» и т. д

Для формирования силы хорошо использовать игры, требующие проявления умеренных по нагрузке, кратковременных скоростно-силовых напряжений например такие подвижные игры «Удочка», «Не оставайся на полу», «Не попадись», «С кочки на кочку» и т. д

Игры с многократными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значительные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости такие подвижные игры например «Пингвины», «Перелет птиц», «Салки» и т. д

Совершенствование гибкости происходит в играх, связанных с частым изменением направления движений например «Салки с ленточкой», «Лягушки и цапли» и т. д

Планирование физического воспитания дошкольников на основе подвижных игр.

На основе планирования и циклограммы по каждой возрастной группе проведение подвижных игр и малоподвижных запланированы ежедневно в утренние часы это малоподвижные игры, на физкультурных занятиях 3 раза в неделю это подвижные игры и хороводные, ежедневно на прогулке в зависимости от погодных условий и ежедневно в вечерни часы проводиться закрепление ранее изученных игр на развитие таких физических качеств как: ловкость, гибкость, быстроту, выносливость и т. д.

Игры как и физические качества бывают разными.

Методика проведения подвижных игр.

- 1. По образному содержанию подвижные игры делятся на:
- сюжетные;
- бессюжетные.

Для сюжетных игр характерны роли с соответствующими для них двигательными действиями. Сюжет может быть образный ("Медведь и пчелы", "Зайцы и волк", "Воробышки и кот") и условный ("Ловишки", "Пятнашки", "Перебежки").

В бессюжетных играх ("Найди себе пару", "Чье звено быстрее построится", "Придумай фигуру") все дети выполняют одинаковые движения.

- 2. Особую группу составляют хороводные игры. Они проходят под песню или стихотворение, что придает специфичный оттенок движениям.
- 3. По характеру игровых действий отличаются игры соревновательного типа. Они стимулируют активное проявление физических качеств, чаще всего скоростных.
- 4. По динамическим характеристикам различают игры:
- малой подвижности;
- средней подвижности;
- большой подвижности.
- 5. В программу детского сада вместе с подвижными играми включены игровые упражнения, например, "Сбей кеглю", "Попади в круг", "Обгони обруч" и др. В них отсутствуют правила в общепринятом смысле. Интерес у играющих детей вызывают привлекательные манипуляции предметами. Вытекающие из названий задания соревновательного типа ("Кто точнее попадет", "Чей обруч вращается" и др.) имеют зрелищный эффект и собирают многочисленных зрителей и болельщиков.

Подбирая игру, мы прежде всего обращаемся к содержанию программы Т. Н. Дороновой «Радуга». в раздел «Физическая культура» задачами этого раздела являются например на младшем возрасте главная задача это имитация движений

Далее, изучаем программный перечень игр из Л. И Пензулаева «Физические занятия в детском саду, который составлен с учетом общей и двигательной подготовленности детей конкретного возраста и направлен на решение соответствующих учебно-воспитательных образовательных задач развитие ловкости, выносливости, быстроты, умения владеть спортивным инвентарем.

Важную роль имеет объяснение правил игры. Содержание объяснения зависит от возраста, подготовленности детей, и вида игры.

Для детей младшего возраста объяснение ведется поэтапно, т. е. в ходе игровых действий. Оно может иметь форму двигательного рассказа. Например, игра "Самолеты": "Сидят на скамейке летчики, ждут команды, чтобы отправиться в полет. Вот приходит командир (воспитательница надевает фуражку): "Готовьтесь к полету! ", или игра "Воробышки и кот": "Лежит на лавочке кот, греется на солнышке. Очень хочется ему поймать какую-нибудь птичку. А в это время воробышки расправили крылышки и полетели искать зернышки. "

В старших группах приемы создания интереса используются, главным образом, когда игра разучивается. Это чаще всего, стихи, песенки, загадки (в том числе и двигательные) на тему игры, рассматривание следов на снегу или значков на траве, по которым нужно найти спрятавшихся, переодевание соревнования и др.

Каждая игра даёт наибольший двигательный и эмоциональный эффект, если она имеет знакомые детям движения.

На протяжении всей игры необходимо поддерживать интерес детей к ней разными средствами во всех возрастных группах:

- интригующий вопрос к малышам: "Хотите быть летчиками? Бегите на аэродром. "Что делает наша кошечка? А давайте попробуем повторить...
- Огромный эффект имеет обыгрывание атрибутов. Например, воспитательница надевает маскушапочку: "Смотрите дети какой большой косолапый мишка пришел к вам играть. ", или: "Сейчас я кому-нибудь надену шапочку, и у нас будет зайчик. Ловите его! " Или: "Угадайте, кто прячется за моей спиной? " говорит воспитательница, манипулируя звучащей игрушкой.

Предварительное объяснение игры для старших дошкольников происходит с учетом возросших психологических возможностей детей. Это учит их планировать свои действия.

- Принципиально важной является последовательность объяснения задач игры;
- Если в игре есть слова, то специально разучивать их во время объяснения не следует, дети естественно запомнят их в ходе игры.

Если игра знакома детям, то вместо объяснения нужно вспомнить с ними отдельные важные моменты. В остальном схема действий воспитателя сохраняется.

Руководитель должен уметь правильно распределять игровые роли в коллективе, чтобы приучать играющих к взаимоуважению во время совместного выполнения игровых действий, к ответственности за свои поступки, самооценке, чтобы оказать положительное влияние на формирование физических качеств.

Заключение

Вывод: любимые игры в младшей группе «Курочка хохлатка», «Воробушки и кот», «Самолеты», «Ровным кругом», «Найди свое место» и др.

85 % активные участники

15% пассивные участники

Любимые игры в старшей группе «Хитрая лиса», «Ловишки», «Салки», «Кто дальше бросит», «Меткий стрелок», «Мяч горяч», «Музыкальные стульчики» и др.

95% активные участники

5% пассивные участники

Подвижные игры, организуемые в нашей группе, создают атмосферу радости и потому делают наиболее эффективным комплексное решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Активные движения, обусловленные содержанием игры, вызывают у детей положительные эмоции и усиливают все физиологические процессы. Естественно проявляются физические качества - быстрота реакции, ловкость, глазомер, равновесие, навыки пространственной ориентировки и др. Таким образом, подвижные игры - действенное средство физического развития детей.