

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Березка»

Семинар

**Тема: «Подвижная игра в режиме дня.  
Ее задачи и планирование»**

Подготовила:  
воспитатель  
Корнева М.В.

с. Крутиха  
2022г.

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

Воспитатель отбирает игры для той группы, в которой он будет работать, из программы. Могут быть использованы игры и для предыдущего возраста (особенно в начале года). Рекомендуется проводить игры, которые соответствуют данному сезону. При подборе игр надо учитывать подготовленность детей. Чтобы закреплять у детей двигательные навыки и развивать физические качества, полезно проводить игры в течение всего года и в определенной последовательности, усложняя движения и правила игры.

При подборе игр на каждый день нужно учитывать время их проведения и место в режиме дня. Нельзя при этом забывать о предшествующей и последующей деятельности детей.

Утром рекомендуются игры с физкультурными пособиями, игрушками и пособиями, побуждающими детей к движению (мяч, обруч, кольцеброс и т.д.). Дети объединяются группами и играют самостоятельно.

В перерывах между занятиями полезны игры средней и малой подвижности. Назначение этих игр – активный отдых. Поэтому они должны быть хорошо знакомы детям.

После физкультурных и музыкальных занятий проводят игры средней подвижности.

Нужно поощрять подвижные игры, организуемые самими детьми. Если после дневного сна предусмотрены воздушные ванны, то игры, проводимые в это время должны быть большой подвижности, в которых дети активно действуют.

На вечерней прогулке полезно играть в игры большой и средней подвижности, в которых участвуют все дети одновременно.

Важно планировать игры на весь год и на неделю. В течение года проводится 10-15 игр, т.к. большее количество игр затрудняет их разучивание и повторение.

При составлении плана на неделю надо подбирать игры с учетом подготовленности детей и содержания различных занятий. На каждый день недели следует планировать игры разного содержания и характера. Это позволит обеспечить разностороннее развитие детей.

При распределении игр на день, неделю, месяц и т.д. воспитатель планирует использование многообразного двигательного материала, его повторяемость, вариативность, обеспечивающие систему совершенствования двигательных навыков. При составлении календарного плана проведения подвижных игр следует принимать во внимание время года и состояние погоды. В плане должно быть отражено, в какие подвижные игры дети будут играть, какие игры будут закрепляться, а какие разучиваться.

В младших группах одну и ту же игру следует повторять 3-4 раза в течение недели. В средней и старшей группах достаточно 2-3 повторений, но через некоторое время эти игры следует повторить.

В зимнее время года нужно следить, чтобы дети не перегревались и не охлаждались. В жаркую погоду не рекомендуются игры большой подвижности.

В летнее время года проводятся игры с элементами волейбола, баскетбола, футбола, а также бадминтон, настольный теннис, городки.

## **Особенности использования оздоровительных подвижных игр.**

Подвижные игры являются прекрасным средством развития и совершенствования движений детей, укрепления и закалывания их организма. В процессе игры двигательная активность детей вызывает деятельное состояние всего организма, усиливает процесс обмена, повышает жизненный тонус.

Подвижная игра имеет большое значение. В подвижные игры включаются основные движения: ходьба, бег, метание, лазание, равновесие, а так же некоторые специальные движения для укрепления и развития отдельных групп мышц. Движения, входящие в игру, развивают и укрепляют организм, улучшают обмен веществ, функциональную деятельность всех органов и систем (способствуют более активному дыханию, усилению кровообращения).

Повышенная деятельность сердца и легких улучшает координацию движений и реакции нервных центров, ускоряет все биологические процессы в организме, оказывает влияние и на психическую деятельность. Оздоровительный эффект, достигаемый при проведении подвижных игр, тесно связан с положительными эмоциями детей, возникающими в процессе игровой деятельности и благотворно влияющими на психику ребенка.

Достаточное насыщение свободного времени детей играми содействует общему и всестороннему их развитию. Кроме того, целесообразно подобранные, с учетом возраста, состояния здоровья, характера функциональных изменений организма и степени физической подготовленности детей, подвижные игры, особенно игры, проводимые на воздухе, несомненно, способствуют оздоровлению, укреплению организма ребенка, закалыванию и тем самым профилактике заболеваний. Двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают физиологические процессы в организме и улучшают работу всех органов и систем. Эмоциональный подъем (радость, удовольствие, приподнятость, воодушевление) создает у детей повышенный тонус всего организма.

Развитие быстроты движений, ловкости, силы и выносливости также имеют большое значение для укрепления здоровья. В педагогической работе должны содержаться игры направленные на их развитие. Эффективным средством для их развития является сочетание 2-3 подвижных игр с разным содержанием. Для младших детей на прогулке можно провести подряд две игры: например, «Трамвай» и «Найди свой домик», способствующие развитию ловкости и быстроты. Первая игра является как бы разминкой к более активным действиям. Во второй игре подвижность детей увеличивается, они свободно бегают, прыгают, кружатся, по сигналу быстро бегут в домик.

В старших группах можно объединять три игры. Например, начать игрой «Через болото». От детей требуется хорошая координация, ловкость. Затем проводится игра «Догони», содержанием которой является стремительный бег. В заключение предлагается игра «Передай мяч», дети упражняются в ловких действиях с мячом. Последовательное выполнение наклонов и приседаний, быстрого бега, передачи мяча обеспечивает смену движений, чередование напряжения и отдыха мышц, развитие двигательных качеств быстроты, ловкости, выносливости.

Активная двигательная деятельность тренирует нервную систему ребенка, совершенствуя и уравнивая процессы возбуждения и торможения.

Подвижные игры, по убеждению Аркина, способствуют укреплению организма путем развития и усовершенствования двигательного аппарата. Игры приучают детей к дисциплине, сосредоточенности и планомерности действий.

### **Рекомендации для родителей по проведению подвижных игр.**

Двигательная деятельность дошкольников нуждается в постоянном контроле. Маленькие дети не умеют еще оценивать свои силы и возможности. Увлекаясь шумной и подвижной игрой, они готовы бегать и прыгать до полного изнеможения. Родители должны помочь детям правильно чередовать в течение дня различные виды деятельности. После подвижных игр нужно предложить детям заняться более спокойной деятельностью. Чересчур спокойных детей, не любящих двигаться, следует побуждать к активным действиям, чаще привлекать их к участию в подвижных играх.

Очень важно во время игр чаще напоминать детям, чтобы они не опускали голову, не сутулились, не шаркали ногами во время бега и ходьбы. Все это необходимо для формирования правильной и красивой осанки, легкой походки.

В условиях семьи проведение игр имеет свою специфику. Она выражается как в подборе игр, так и в методике их проведения. Родителям следует учитывать, что игры детей не только отражают процесс и явление окружающей действительности, но и содержат в себе деятельность, символизирующую преобразующий труд людей в процессе реальной жизни. Поэтому при выборе игр в условиях семьи следует отдавать предпочтение тем из них, в которых подвижный характер сочетается с определенным творческим началом, и имеют место самостоятельные решения и активное мышление. Многие дети изобретают игры, воспроизводят в них тот вид деятельности, к которому имеют склонность и интерес. Родители должны поощрять такие игры, помогать детям в их организации, интересоваться их ходом и результатами.

### **Список литературы**

1. Вавилова Е. Н. Укрепляйте здоровье детей: пособие для воспитателей детского сада. Москва «Просвещение» 1986.
2. Гурин Ю. В., Моница Г. Б. Игры для детей от трех до семи лет. Творческий центр «Сфера»: Санкт-Петербург 2008.
3. Кондрович М. М., Михайлова Л. И. Подвижные игры в детском саду. Москва «Просвещение» 1961.