

« Подвижные игры и физические упражнения на улице в зимнее время года»



Активность в движениях – необходимое условие для нормального роста в развитии организма дошкольников. Удовлетворение в двигательной активности детей дошкольного возраста является, конечно же, подвижная игра.

Подвижная игра – одно из важных средств всестороннего развития детей дошкольного возраста. Характерная особенность подвижной игры – комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.



Для организации подвижной игры необходимо, чтобы дети упражнялись в освоении основных видов движений. Можно выделить основные движения характерные для детей дошкольного возраста. Это ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание и ловля.

Методика проведения подвижной игры включает в себя: сбор детей на игру, создание интереса, объяснение правил игры, распределение ролей, руководство ходом игры, подведение итога. Проведение подвижных игр

с детьми дошкольного возраста имеет свои особенности, которые необходимо учитывать педагогу.

Подбор игр нужно осуществлять с учетом возрастных особенностей детей, их представлениями, умениями, навыками, знаниями об окружающем мире. Надо стремиться к тому, чтобы игровые образы были понятны и интересны детям. Это могут быть уже знакомые образы (*кот, птичка*). Важно, чтобы движения персонажей игр были разнообразны, но доступны для использования маленькими детьми. Поэтому необходимо, чтобы им был хорошо знаком персонаж, которому они подражают.

Чтобы привлечь внимание детей дошкольного возраста рекомендуется использовать игры с небольшим художественным текстом, который также подскажет детям движения и заменит в игре правила. Также важно использовать в играх разнообразные двигательные задания, с ходьбой, с прыжками, с бегом. Важно учитывать состояние детей. Если дети возбуждены, следует провести спокойную, малоподвижную игру, которая потребует от детей концентрации и внимания. Если же дети долго сидели на занятиях, то лучше провести игру с многообразными движениями, которые меняются в соответствии с сюжетом.

Подготовка к игре состоит из нескольких моментов. Первый - это ознакомление воспитателя с содержанием подвижных игр, что позволяет педагогу подобрать игры в соответствии с возрастными особенностями детей, в зависимости от условий проведения и количества детей. Второй момент - это подготовка к проведению конкретной игры, что поможет продумать, как распределить играющих, так чтобы они смогли свободно передвигаться и как использовать пособия. До игры детей нужно познакомить с неизвестным им персонажами, с помощью сказки, картинки. Это поможет ребятам быстрее освоить игровые действия. Третий момент подготовки - это подготовка помещения или, если игры проводятся на улице, то подготовить площадку к игре. Также, важное значение имеет одежда детей, она должна быть удобной и не стеснять движения. Когда все



заранее подготовлено и продуманно, воспитатель может провести игру с пользой для детей, а малыши получают множество положительных эмоций.

Подвижные игры с детьми

младшего дошкольного возраста всегда организует воспитатель, в старшем дошкольном возрасте, подвижные игры дети могут организовывать самостоятельно. Воспитатель сообщает название игры, излагает ее содержание, объясняет правила. Объясняя игру, он подчеркивает смысловое содержание действий каждого персонажа, раскрывая причинную обусловленность характера движений. Надо раскрыть только самое главное. Объяснение должно быть кратким, четким, проходить живо. Объясняя игру впервые, воспитатель сам показывает детям движения, которые могут затруднить их. Подвижная игра предусматривает выполнение основных образовательно-воспитательных задач, таких, как развитие и совершенствование движений детей, приучение детей действовать в коллективе в соответствии с правилами игры. Выполнение этих задач зависит от того, как педагог заинтересует и привлечет детей к игре. Важным условием является общение детей с взрослым и сверстниками. В освоение детьми новых движений воспитателю принадлежит ведущая роль, важно чтобы воспитатель был в игре не только исполнителем ответственной роли, но и просто рядовым участником. Для совершенствования движений педагог может использовать разные приёмы: личный показ, пояснение, указания. Особенно важно поощрять детей, хорошо выполняющих движение. Активное участие педагога в игре доставляет детям большую радость, создаёт хорошую эмоциональную атмосферу, способствует вовлечению в игру всех детей.

Специфика предметно-игровой среды для организации подвижных игр в дошкольном возрасте.

Развитие самостоятельности в игре зависит от того, как взрослые организуют условия для детских игр: какие игрушки покупают, как обогащают детский опыт, помогают реализовать его в игре, предоставляют место и время для игры. Игрушки побуждают малыша к совместным действиям со взрослыми и сверстниками, вызывает новые впечатления, обогащают чувственный опыт, дает представление о предметах реальной жизни.

Предметно-игровая среда должна быть современна, отвечать критериям функционального комфорта и основным положениям развивающей детской деятельности. Соответствовать возрастным особенностям детей, обеспечивать достижение нового, перспективного уровня в развитии детской деятельности, развивать детскую игровую деятельность, отвечать ее задачам.

Для проведения подвижных игр необходимо иметь разнообразное оборудование, которое стимулируют самостоятельную двигательную деятельность детей. Это может быть как физкультурное оборудование - кегли, обручи, мячи, скакалки, так и атрибуты для сюжетных игр – различные маски, элементы костюмов, подчеркивающие особенности персонажей. Для стимулирования двигательной активности необходимо иметь оборудование для пролезания, подлезания, перелезания. Яркая аппликация с формами или сказочным сюжетом сделает атрибут еще более привлекательным. Два-три крупных разноцветных надувных мяча и нескольких мячей меньших размеров будут стимулировать ходьбу. Предметы подбираются чистых цветов, несложной формы, разных размеров, сделанные из безопасных для здоровья ребенка материалов. Для бросания, перекачивания, ловли, попадания в цель дети пользуются мячами разных размеров, деревянными и пластиковыми шариками, мешочками с песком (вес 150-200 г, а также шишками, камешками и другими предметами. В

качестве мишеней можно использовать обручи, корзины, различные сетки. Помимо перечисленных выше пособий и предметов, для проведения игр и игровых упражнений необходимо иметь достаточное количество разных мелких пособий и игрушек, которые можно использовать как в помещении, так и на участке. Это наборы флажков, погремушек, мячей разных размеров, шариков, цветных лент, скакалок, шнуров длинных и коротких, вожжей, обручей, небольших колечек, фанерных или картонных кружков, кубиков, палок, кеглей. Все это позволяет разнообразить игровые упражнения, изменять условия выполнения двигательных заданий в играх.

Для удобства пользования мелкими пособиями необходимы соответствующие каждому из них подставки, сетки, корзины. Они устанавливаются так, чтобы малыши сами могли взять из них нужное для игры и положить обратно по ее окончании. Это важно для воспитания у детей самостоятельности, бережного отношения к пособиям, соблюдения определенного порядка.

Как организовать подвижные игры в зимний период?

Снег дарит уникальную возможность насладиться всеми прелестями зимних забав. Катание с горок, игра в снежки, сооружение снежного городка и лепка снеговика - это лишь список традиционных развлечений, которые могут превратить обычную зимнюю прогулку в увлекательный досуг. Существует масса интересных игр для детей самого разного возраста, позволяющих ребёнку активно двигаться, воспитывать характер и творчески развиваться.

Не секрет, что зимой дети двигаются намного меньше, чем летом, и на свежем воздухе они проводят намного меньше времени. Проводить зимние игры лучше на специально подготовленной снеговой площадке, защищенной от ветра. Обледенелые места на этой площадке следует посыпать песком. Организация зимних игр связана с рядом специфических моментов, которые необходимо учитывать. Поскольку игры проводятся на улице при минусовой температуре, надо следить за тем, чтобы все дети, участвующие в игре,

двигались активно и ни в коем случае не оставались без действия на морозе. Для этого следует выбирать игры с более частой сменой водящих, игры, по правилам которых дети не будут надолго выбывать из них. Будет лучше, если более подвижные и менее подвижные игры будут чередоваться. В заключении следует проводить игру менее подвижную. Конечно, не при любой температуре можно выводить детей на улицу для проведения игры. Наиболее оптимальной является температура до -15°C .

Какие предметы можно использовать для проведения зимних игр? Это могут быть мячи, санки, клюшки, флажки и т.п. И лучше будет, если все эти предметы будут яркими. В связи со спецификой температурного режима при проведении подобных игр не следует выбирать те игры, правила которых надо долго объяснять.

Педагоги используют зимние условия для упражнений детей в следующих движениях: **ходьба** по следам, ходьба, поднимая колени, приставным шагом вправо и влево, восхождение на горку, и спуск с нее, ходьба змейкой между прутиками, вокруг сугроба.

Бег до дерева, куста, змейкой, с горки на горку, наперегонки, с ловлей и увертыванием. Ходьба по снежному валу прямо, боком, приставными шагами, перешагиванием через снежки, палочки.

Прыжки, продвигаясь вперед (расстояние 3-4 м), спрыгивание со снежного вала или бугорка, прыжки вокруг сугроба на двух и на одной ноге.

Подлезание под ветку, в снежном тоннеле.

Метание в вертикальную и горизонтальную цель, на дальность, метание вверх (выше куста, дерева).

Игры на снежной площадке

Скатай шар. Продолжительность игры 4-5 мин. Играющие начинают катать снежный ком, стараясь делать его как можно большим, соревнуются - у кого больше получился.

Сбей кеглю. На возвышении (снежный вал, пень) ставят кеглю. Ребята по очереди метают снежки, целясь в предмет.

Веселые снежинки. Играющие разбегаются по площадке. Взрослый: «Ветер подул, закружил снежинки» - ребята кружатся на том месте, где их застал сигнал. Взрослый: «Снежиночки - пушиночки устали на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть» - малыши приседают. Затем дети разбегаются по площадке, игра повторяется.

Не попади в сугроб. На площадке насыпается небольшой сугроб или кладется снежный ком. Играющие берутся за руки, образуют круг и по команде тянут друг друга на сугроб. Проиграл тот, кто попадет в сугроб или столкнет в сторону ком.

Заморожу! Ребята стоят по кругу, водящий (им может быть и взрослый) – в центре. Прыгают на двух ногах со словами «Не боюсь» и при этом то разводят руки в стороны, то прячут их за спину. Водящий старается дотронуться до игрока, у которого руки подняты в стороны, -«заморозить».

Остановись возле снежка. На площадке раскладывают снежки. Их должно быть на один меньше чем детей. Дети бегают врассыпную. По сигналу каждый должен остановиться возле снежка. У каждого снежка должен стоять только один ребёнок. Тот, кто не нашёл себе места, выбывает из игры. Игра повторяется до тех пор, пока не выявится победитель.

Гонки снежных комков. Для начала игры каждый участник лепит себе снежный ком диаметром 50-60 см. Ведущий принимает комья участников и обтесывает их до приблизительно одинакового размера. Игроки со своими снежными комьями выстраиваются на старте. Игровое поле длиной 10-12 м ограничивается флажками. Игроки по сигналу водящего, катя снежные комья, добираются до флажков, огибают их и возвращаются на финиш-старт. Игрок, прибежавший первым, побеждает, а из комьев после 3-4 забегов лепят снежную бабу.

Салки со снежками. Игра проводится на площадке 30 x 15 м. В ее центре чертят небольшой круг - место для водящего и его помощников. Выбирают

водящего, остальные игроки разбегаются по площадке. Задача водящего - попасть («осалить») заготовленными снежками в игроков, которые бегают по площадке (*целиться только в ноги*). Осаленные игроки становятся помощниками водящего, встают в круг и получают право тоже осаливать игроков за кругом. Таким образом, по ходу игры постепенно уменьшается число игроков, свободно бегающих по площадке. Игра заканчивается, когда остается один не осаленный игрок. Он - победитель и может стать водящим при повторной игре.

Кто быстрее залепит круг. На снегу чертят два небольших круга – цели для попадания. Заранее готовят снежки. Участников делят на две и более групп. Каждая группа становится возле своего круга. По сигналу дети начинают бросать снежки в круг, стараясь залепить всю его площадь. Побеждает группа, которая сделала это первая.

Прокати шар под санками. Две пары санок ставят одни за другими. Ребёнок должен прокатить шар под санками так, чтобы он появился с другой стороны. По сигналу ребёнок приседает, руки с шаром опускает между коленями и с силой катит шар под санки. После этого ждёт, появится ли шар с другой стороны.

Кто быстрее. На игровом поле отмечают флажками линии старта и финиша. Игроки делятся на команды по 3 человека. Первые номера каждой команды становятся впереди саней на стартовую линию и берутся за веревку; вторые садятся на санки, а третьи встают позади для подталкивания. По сигналу ведущего тройки везут санки вперед до линии финиша к своему флажку, огибают его и быстро меняются местами: первые номера встают назад для подталкивания, вторые берут веревку, а третьи садятся на санки, и сразу без сигнала тройки снова везут санки к стартовой линии. Огибают флажок, снова меняются местами и едут к финишу. Когда последний ребенок,

подталкивающий санки, встанет на финишную линию, он берет флажок в руки и поднимает его вверх. Выигрывает тройка, первая поднявшая флажок.



**Государственное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 54 комбинированного вида
Приморского района Санкт-Петербурга**

**Консультация для воспитателей
*«Подвижные игры для дошкольников на свежем
воздухе в зимний период»***

Подготовила инструктор по физической культуре
Румянцева О.Р.

20.12.2016 г.