

Методические рекомендации для
воспитателей
«Подвижные игры на прогулке в тёплое время
года»
(старший дошкольный возраст)



Составила: воспитатель первой квалификационной категории
Клевакина. Н.В.

«Человек только тогда человек, когда он играет»

Ф. Шиллер.

Дошкольный возраст наиболее важен для полноценного всестороннего развития ребёнка. В этот период закладываются основы его здоровья, поэтому основная задача оздоровительной работы заключается в укреплении физического и психического здоровья дошкольника. Играть для детей – это, прежде всего, двигаться. Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Воспитывается воля, характер, преобразуется личность. Дети приучаются согласовывать свои действия и соблюдать определённые правила.

Существует несколько взглядов на игру:

1. Игра, как удовольствие, забава для ребёнка (развиваются психические способности, чувства товарищества, коллективные действия).
2. Игра, как средство физического воспитания, улучшающее дыхание, кровообращение, укрепляющее мышцы.
3. Игра, как средство социального воспитания.

П. Ф. Лесгафт рассматривал игры как физическое образование и воспитание, считал, что подвижные игры представляют собой более сложное действие, чем отдельные гимнастические упражнения. Игра – это упражнение, с которого ребёнок готовится к жизни.

К. Д. Ушинский придавал большое значение игре как средству воспитания (игра более интересна ребёнку, чем окружающая его жизнь).

В. Г. Марц рассматривал подвижные игры как ценное средство физического и нравственного воспитания детей.

Подвижная игра – одно из важных средств, всестороннего воспитания детей дошкольного возраста, характерная особенность, которой – комплексное воздействия на организм и личность ребёнка. Подвижная игра относится к видам деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Они частично ограничиваются правилами (общепринятыми, установленными педагогом или играющими). Правила игры должны быть просты, четко сформулированы и понятны детям той возрастной группы, для которой она проводится. Правила в старшей группе усложняются. Выполнение правил требует от детей выдержки, сосредоточенности внимания, наблюдательности, ловкости. Дети этого возраста лучше владеют своими движениями и более заинтересованы результатом игры, поэтому в игры включается коллективное соревнование.

При организации подвижных игр необходимо соблюдать основные условия: цель, правила, свободу движений, временной интервал. Выбирая для детей игру, воспитатель должен не только ставить задачи двигательного характера – закрепить навык того или иного движения, но и развивать чувство товарищества и взаимопомощи («Жмурки»; «Горелки»).

В старшем дошкольном возрасте ребёнок уже может осмысленно общаться, становится очень активным, начинает размышлять и выстраивать свои мысли. В этом возрасте подойдут активные игры на улице на развитие реакции, выносливости и силы, на развитие мышления, игры для трёх, четырёх, пяти и более человек. Одна из важных задач воспитателя, при организации подвижной игры - суметь войти в детский коллектив, включиться в сферу игровых действий. Участвуя в игре, педагог не только поднимает интерес у играющих, но и показывает им, как лучше использовать отдельные приёмы, тактические комбинации.

Таким образом:

- Игра должна способствовать развитию мыслительной и двигательной активности.
- Игра не должна подвергать детей риску, угрожать их здоровью.
- Каждый участник игры должен принимать в ней активное участие.
- В играх должны решаться как, двигательные, так и обучающие задачи.
- Игру нельзя оставлять незаконченной.
- Инвентарь для игры должен быть красивым, интересным, безопасным.

На участке, можно использовать игры с использованием художественных литературных текстов, игровых образов и сюжетных ситуаций. Такие игры не продолжительны по времени, и потому возможно их неоднократное повторение с меняющимися водящими. Так же, во время прогулок, могут быть широко использованы бессюжетные народные игры, игры с элементами спортивных игр: волейбол, баскетбол, городки, бадминтон, Игры для детей старшего возраста построены на основных движениях - беге, прыжках, метании, лазании, но к детям предъявляются больше требований в отношении качества движений, правильности и точности их выполнения. Например, нужно идти по кругу, не нарушая формы круга, легко бегать и т.д.

Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни целесообразно начинать прогулку с игр большей подвижности, связанных с бегом, метанием, прыжками. Веселые и увлекательные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду. В сырую, дождливую погоду (особенно весной и осенью) следует организовать малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства. Игры с прыжками, бегом, метанием, упражнениями в равновесии следует проводить также в теплые весенние, летние дни и ранней осенью.

Разучивание новой подвижной игры:

Прежде чем приступить к объяснению правил новой игры, воспитатель должен представлять:

- как он вызовет у детей интерес к ней;
- как распределит детей на период объяснения;
- достаточно ли будет площади игровой зоны, насколько эта зона безопасна;
- как организует участников перед началом игры;
- как будет выбран водящий;

После объяснения обязательно следует закрепить эти правила.

Объясняя спортивные игры и подвижные игры с элементами соревнования (эстафеты, городки, настольный теннис, бадминтон и т.д.) надо уточнить: правила, игровые приёмы, условия соревнования. Обязательно надо выразить уверенность в том, что дети постараются хорошо справиться с выполнением игровых заданий. Обратите внимание на распределение игроков на площадке до начала игровых действий: следует создать выгодные условия для всех детей, особенно для тех, кто отстаёт в физическом развитии.

При подборе игр учитываются предшествующие виды деятельности. После образовательной деятельности по речевому развитию, рисованию, лепке целесообразно провести более активную игру. После занятий, потребовавших от детей сосредоточенного внимания, не рекомендуется разучивать новые игры. В дни, когда проводятся музыкальные и физкультурные занятия, подбирают менее активные подвижные игры и проводят их в середине прогулки.

Прогулка является надежным средством укрепления здоровья и профилактики утомления. Пребывание на свежем воздухе положительно влияет на обмен веществ, способствует повышению аппетита, и, конечно,

оказывает закаливающий эффект. Наконец, прогулка — это элемент режима, дающий возможность детям в подвижных играх, трудовых процессах, разнообразных физических упражнениях удовлетворить свои потребности в движении.

Картотека подвижных игр на прогулке для старшего дошкольного возраста (сентябрь – ноябрь).

1. Жмурки.

Цели:

- воспитывать внимание;
- развивать быстроту и ловкость движений;

Оборудование: платок.

Правила. Воспитатель выбирает ровную площадку и очерчивает границы, за которые играющие выходить не имеют права. Затем назначает ведущего – жмурку. Он встаёт на середину площадки, ему завязывают глаза и предлагают несколько раз повернуться. В это время все дети разбегаются по команде, а жмурка старается, кого – не будь поймать.

2. Домик у дерева.

Цели:

- воспитывать внимание;
- развивать быстроту и ловкость;

Правила. С помощью считалки выбирается водящий. Все участники игры становятся у деревьев. По сигналу ведущего начинают перебегать от дерева к дереву. Задача водящего – занять дерево без игрока. Тот, чьё место у дерева занято, становится водящим, и игра продолжается.

3. У кого больше.

Цели:

- учить бегать, не наталкиваясь друг на друга;
- учить выполнять действия по сигналу;

Оборудование: разные предметы (кубики, мячики, кегли).

Правила. По всему игровому полю разбросаны разные предметы (кубики, мячики, кегли). Дети бегают, стараясь не задевать предметы, и не наткаться друг на друга. По сигналу ведущего «Собирай!» начинают быстро собирать предметы. Побеждает тот, кто сумеет собрать наибольшее число предметов.

4. Найди цвет.

Цель:

- воспитывать внимание;
- закреплять знания цвета;
- уметь ориентироваться в пространстве;

Правила. Дети становятся в круг. Ведущий командует: «Коснитесь (называет цвет), раз, два, три!» Игроки как можно быстрее стараются взяться за (вещь, предмет) названного цвета остальных участников в круге. Ведущий снова повторяет команду, но уже с новым цветом. Побеждает, тот, кто останется последним.

5. Зайцы и морковка.

Цель:

- учить действовать по сигналу;
- учить играть по правилам;

-воспитывать внимание;

Оборудование: разные предметы (кубики, шарики).

Правила. На земле рисуется круг или квадрат. Это будет «огород». В огороде растёт «морковь» (кубики, шарики), которые будут эту морковь символизировать. По сигналу ведущего зайцы могут вбегать в круг и брать морковь, а пугало – ловить зайцев. Пойманный заяц выбывает из игры. Пугалу разрешается ловить зайцев только тогда, когда они заберутся в огород, за пределами круга их ловить нельзя.

6.Карлики и великаны.

Цель:

-воспитывать внимание;

Правила. Игроки становятся в круг. Когда ведущий говорит «карлики», все должны присесть, а когда говорит «великаны» - подняться. Кто ошибается – выходит из игры. Побеждают 2 - 3 игрока, которые остались в игре.

7.Круговая лапта.

Цели:

-развивать ловкость, быстроту;

-уметь ориентироваться в пространстве;

Оборудование: мяч.

Правила. Все играющие произвольно располагаются на участке, в центре – водящий с мячом в руке. По сигналу начинается игра: водящий должен запятнать мячом любого игрока. Который после этого сам становится водящим.

8.Найди себе пару.

Цель:

-развивать быстроту реакции, произвольность движений, координацию коллективных действий.

Правила. Игроки встают парами, взявшись за руки, и идут по площадке. По сигналу ведущего они разбегаются по всей площадке. По второму сигналу они должны найти своего товарища. Проигрывает пара, которая дольше всех искала друг друга.

9.Рыбачок и рыбки.

Цели:

-развивать координацию коллективных действий;

-учиться ориентироваться в пространстве;

Правила. На участке чертится большой круг. Выбирается - рыбачок – находится в центре круга, он приседает на корточки. Остальные – рыбки, обступив круг, хором говорят: «Рыбачок, рыбачок, поймай нас на крючок». На последнем слове рыбачок выбегает из круга и начинает гоняться за рыбками, которые разбегаются по всему участку. Пойманная рыбка становится рыбачком, и идёт в центр круга.

10.Услышь своё имя.

Цель:

-развивать внимание, быстроту и ловкость движений;

Оборудование: мяч.

Правила. Дети стоят в кругу спиной друг другу. У одного из игроков мяч, он бросает его назад вверх и называет чье – либо имя. Тот, кого назвали, должен развернуться лицом в круг и поймать мяч. Выигрывает тот, кто поймал мяч большее количество раз.

11.К названному дереву – беги.

Цель:

-найти названное дерево, развивать внимание;

Правила. Водящий перечисляет названия деревьев, дети перебегают от одного названного дерева к другому.

Список литературы:

- 1.Бабенкова Е. А., Параничева Т. М. Подвижные игры на прогулке, старшая группа. – М.:ТЦ Сфера,2012.-96с.
- 2.Волина В. В. Игра – дело серьёзное./ изд. «Дидактика плюс»,320с.
- 3.Кобзева Т. Г., Организация деятельности детей на прогулке. Старшая группа/ -изд.2-е.-2012.-287с.
- 4.Матиясевич. Д. Игры с детьми на осенних прогулках. Сост.-ООО «Издательство «Речь»» 2011.