Федеральное казенное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №2 «Сказка» г. Чехов

Конспект по образовательной области «Физическое развитие»

***Тема:* «Подвижная игра - как средство физического воспитания и укрепления здоровья детей младшего дошкольного возраста»**

**Подготовил воспитатель:**

**Мицюк Елена Александровна**

**2023год**Подвижная игра – как средство физического воспитания и укрепления здоровья детей дошкольного возраста.

Подвижные игры, как исторически обусловленное явление, с давних пор составляют неотъемлемую часть жизни человека. Еще в древние времена игры носили не только развлекательный характер, но и лечебный. Маленькие дети, обычно, очень подвижны.

В бесчисленном количестве всевозможных движений проявляется естественное стремление ребенка к развитию и совершенствованию своего организма. Различные физические упражнения и, особенно, игры, благоприятно влияют на умственное развитие. Под влиянием движений улучшается деятельность головного мозга и нервной системы, создается бодрое, жизнерадостное настроение и все жизненные процессы в организме протекают более активно. Выбор той или иной игры зависит не только от ее содержания и особенностей, но и от возраста, физического состояния и уровня двигательного развития детей. Чем моложе дети, тем проще должны быть сюжет и правила игры.

Игра должна быть, короче по продолжительности, нагрузка на детей меньше, чаще паузы, активнее участие воспитателя. И, наоборот, для детей постарше сюжет и правила усложняются, продолжительность игры увеличивается. Игра уместна во многих случаях: если дети устали от однообразных движений, если они расшалились, если надо сделать интересным какой-то режимный момент, поднять настроение и активность после дневного сна. Дети быстрее привыкают к новым для них условиям, если воспитатель умеет сосредоточить их внимание на активной двигательной деятельности. Это позволит привлечь к игре замкнутых, застенчивых детей, помогает узнать их характер.  
Игра - незаменимый помощник. Но главное то, что она сближает воспитателя и ребенка.

КЛАССИФИКАЦИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Подвижные игры делят на элементарные и сложные. Элементарные в свою очередь делят на сюжетные и бессюжетные, игры-забавы, аттракционы. Сюжетные игры имеют готовый сюжет и твердо, зафиксированные правила. Сюжет отражает явления окружающей жизни (трудовые действия людей, движение транспорта, движения и повадки животных, птиц и т. д., игровые действия связаны с развитием сюжета и с ролью, которую выполняет ребенок. Правила обусловливают начало и прекращение движения, определяют поведение и взаимоотношения играющих, уточняют ход игры.

Подчинение правилам обязательно для всех. Сюжетные подвижные игры преимущественно коллективные (небольшими группами и всей группой).

Игры этого вида используются во всех возрастных группах, но особенно они популярны в младшем дошкольном возрасте. Бессюжетные подвижные игры типа «Ловишек», «Перебежки» не имеют сюжета, образов. Эти игры связаны с выполнением конкретного двигательного задания и требуют от детей большой самостоятельности, быстроты, ловкости, ориентировки в пространстве. В дошкольном возрасте используются подвижные игры с элементами соревнования (индивидуального и группового, например: «Чье звено скорее соберется», «Кто первый через обруч к флажку» и др. Элементы соревнования побуждают к большей активности в выполнении двигательных заданий. В некоторых играх («Перемени предмет», «Кто скорее до флажка») каждый ребенок играет сам за себя и старается выполнить задание как можно лучше. Если эти игры проводятся с разделением на команды (игры-эстафеты, то ребенок стремится выполнить задание, чтобы улучшить результат команды. В играх-забавах, аттракционах двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования, при этом несколько детей выполняют двигательные задания (бег в мешках и др., остальные дети являются зрителями. Игры-забавы, аттракционы доставляют зрителям много радости.  
К сложным играм относятся спортивные игры (городки, бадминтон, настольный теннис, баскетбол, волейбол, футбол, хоккей). В дошкольном возрасте используются элементы этих игр, и дети играют по упрощенным правилам. Подвижные игры различаются и по их двигательному содержанию: игры с бегом, прыжками, метанием и др. По степени физической нагрузки, которую получает каждый играющий, различают игры большой, средней и малой подвижности.

К играм большой подвижности относятся те, в которых одновременно участвует вся группа детей и построены они в основном на таких движениях, как бег и прыжки.

Играми средней подвижности называют такие, в которых тоже активно участвует вся группа, но характер движений играющих относительно спокойный (ходьба, передача предметов) или движение выполняется подгруппами.

В играх малой подвижности движения выполняются в медленном темпе, к тому же интенсивность их незначительна.

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Выбор игр. Игры отбираются в соответствии с задачами воспитания, возрастными особенностями детей, их состоянием здоровья, подготовленностью. Принимается во внимание также место игры в режиме дня, время года, климатические и другие условия. Нужно учитывать и степень организованности детей, их дисциплинированность: если они недостаточно организованы, то сначала надо подобрать игру небольшой подвижности и проводить ее в кругу. Сбор детей на игру. Собрать детей на игру можно разными приемами.

В младшей группе воспитатель начинает играть с 3—5 детьми, постепенно к ним присоединяются остальные. Иногда он звонит в колокольчик или берет в руки красивую игрушку (зайчика, мишку, привлекая внимание малышей и тут же вовлекая их в игру. С детьми старших групп следует заранее, еще до выхода на участок, договориться, где они соберутся, в какую игру будут играть и по какому сигналу ее начнут (слово, удар в бубен, колокольчик, взмах флажком и т. д.). В старшей группе воспитатель может поручить своим помощниками — наиболее активным детям собрать всех для игры. Есть и другой прием: распределив детей по звеньям, предложить по сигналу собраться в установленных местах как можно быстрее (отметить, какое звено скорее собралось).  
Собирать детей надо быстро (1—2 мин, потому что всякая задержка снижает интерес к игре. Создание интереса к игре. Прежде всего, нужно создать у детей интерес к игре. Тогда они лучше усвоят ее правила, более четко будут выполнять движения, испытывать эмоциональный подъем. Можно, например, прочитать стихи, показать детям предметы, игрушки, которые встретятся в игре. Подвести к игре нередко удается и путем вопросов, загадывания загадок. В частности, можно спросить: «Что вы сегодня рисовали?» Дети, например, ответят: «Весну, прилет птиц». «Очень хорошо, — говорит воспитатель. — Сегодня мы будем играть в игру «Перелет птиц» Детям младшей группы можно показать флажок, зайчика, мишку и тут же спросить: «Хотите поиграть с ними? ».  
Хороший результат дает и короткий рассказ, прочитанный или рассказанный воспитателем непосредственно перед игрой. Организация играющих, объяснение игры. Объясняя игру важно правильно разместить детей. Детей младшей группы воспитатель чаще всего ставит так, как это нужно для игры (в круг). Старшую группу он может построить в шеренгу, полукругом или собрать около себя (стайкой) Воспитатель должен стоять так, чтобы его видели все (лицом к детям при построении в шеренгу, полукругом; рядом с ними, если дети собраны в круг). В младшей группе все объяснения делаются, как правило, в ходе самой игры. Не прерывая ее, воспитатель размещает и перемещает детей, рассказывает, как нужно действовать. В старших группах педагог сообщает название, раскрывает содержание и объясняет правила, еще до начала игры. Если игра очень сложная, то не рекомендуется сразу же давать подробное объяснение, а лучше поступить так: сначала разъяснить главное, а потом, в процессе игры, дополнить основной рассказ деталями.  
При повторном проведении игры правила уточняются. Если игра знакома детям, можно привлекать их самих к объяснению. Объяснение содержания и правил игры должно быть кратким, точным и эмоциональным. Большое значение при этом имеет интонация. Объясняя, особо нужно выделить правила игры. Движения можно показать до начала или в ходе игры. Это обычно делает сам воспитатель, а иногда кто-либо из детей по его выбору.

Объяснение часто сопровождается показом: как выезжает автомобиль, как прыгает зайчик.  
В играх с детьми младшего возраста воспитатель сначала берет на себя исполнение главной роли (например, кота в игре «Воробышки и кот»). И только потом, когда малыши освоятся с игрой, поручает эту роль самим детям.

Игровой деятельностью детей руководит воспитатель. Роль его зависит от характера самой игры, от численного и возрастного состава группы, от поведения участников: чем меньше возраст детей, тем активнее проявляет себя педагог. Играя с младшими детьми, он действует наравне с ними, нередко выполняя главную роль, и в то же время руководит игрой.

**Список используемой литературы:**

1. Ленерг Г., Лихман И. «Спортивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста». М.:2003г.

2. Методические рекомендации к Программе воспитания и обучения в детском саду. Под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005г.

3. Пензулаева Л.И. «Настольная книга учителя физической культуры». – М.: Физкультура и спорт, 2000г.

4. Рунова М.А. «Двигательная активность ребёнка в детском саду».: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.: Мозаика – Синтез, 2003г.

5. Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания». – М.: Изд. дом «Воспитание дошкольника». 2005г.

6. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». – М.: Мозаика - Синтез, 2005г.

7. Фомин Н.А., Фомин В.Е. «Возрастные основы физического воспитания». – М.: Физиология и спорт. 2008г.

8. Фролова В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке». М.: «Просвещение», 2001г.