

ЛЕКЦИЯ № 3

СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



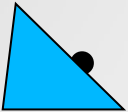
Значение ПИ в дошкольном возрасте:

- 1) ПИ оказывают на детей положительные эмоции;
- 2) ПИ улучшают работу всех органов и систем организма ребенка;
- 3) ПИ создают условия для снижения психологической нагрузки, воспитывают у детей самостоятельность;
- 4) ПИ – незаменимое средство пополнения ребенком новых знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, морально-волевых качеств (смелости, честности, воли к победе, дисциплинированности, взаимовыручки и др.)


Формы физического воспитания с дошкольниками

- физкультурные занятия,
- утренняя гимнастика (зарядка),
- физкультминутки,
- подвижные игры,
- прогулки на свежем воздухе,
- физкультурные досуги и праздники.

Физкультурные занятия



Продолжительность игр зависит от возраста детей – от 2-3 минут для младших дошкольников и до 5-7 минут для старших дошкольников.



Игры проводятся в конце основной части занятия, либо в заключительной.



Утренняя гигиеническая гимнастика

Подвижные игры
проводятся в
заключении УГГ, либо
частично заменяют ее

Длительность игры –
от 2-3 мин. до 4-5 мин.
в зависимости от
возраста



Игры на свежем воздухе (на прогулке)

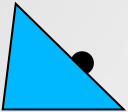
Игры на свежем воздухе
(на прогулке)


Может проводиться в
любой части прогулки,
продолжительностью от
2-3 до 5-7 минут,

Количество игры 2-3,
меняются игры разной
интенсивности



Физкультминутки

 Игры и игровые задания
на физкультминутках
продолжительностью
1-2 мин.

 Количество игр и
игровых заданий -1-2



Физкультурные досуги и праздники

Игры и игровые задания
на физкультурных
праздниках и досугах
продолжительностью
от 2-3 до 5 минут.

Количество игр и
игровых заданий -7-8,
разной интенсивности



Место и условия проведения подвижных игр

Подвижные игры могут проводиться в спортивном зале, на игровой площадке, главное условие проведения ПИ – наличие простора для движений.

Для проведения подвижных игр необходим самый разнообразный инвентарь, он должен быть посильный для детей и исправный, а также яркий и красочный.

Возрастные группы детей дошкольного возраста

**первая
младшая
группа
(2-3 года)**

**вторая
младшая
группа
(3-4 года)**

**средняя
группа
(4-5 лет)**

**старшая
группа
(5-6 лет)**

**подготови-
тельная
группа
(6-7 лет)**

Виды ПИ в занятиях с дошкольниками

1) *Некомандные подвижные игры* составляют основу игрового материала в занятиях с дошкольниками. Это игры, в которых отсутствует коллективность действий в достижении цели и каждый играющий действует независимо от других.

2) *Переходные подвижные игры*, в которых появляются элементы согласованных действий внутри отдельных групп играющих, используются в занятиях с детьми 4-7 лет.

3) *Командные подвижные игры*.

Направленность подвижных игр в занятиях с дошкольниками

1-2 младшая группы: ПИ направлены на функцию равновесия, ориентировку в пространстве, на координацию в прокатывании и бросании мяча, на гибкость и координацию в ползании, в прыжках на месте и в длину. ПИ направлены на совершенствование двигательных действий (ходьбы, бега, ползания, лазания, подпрыгивания, прыжков, бросков и ловли мяча, взбирания на возвышение).

Средняя группа – ПИ направлены на развитие быстроты в беге по прямой, ориентировку в пространстве, ловкость в катании и бросании мяча, гибкость в ползании, силу в прыжках на месте и с продвижением вперед.

Старшая и подготовительная группы – ПИ направлены на комплексное развитие физических качеств. Применяются игры на быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, а также быстроту и ловкость в беге с увертыванием.

Особенности методики проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста

- 1) Продолжительность игр – 3-5 минут, 8-10 минут в 6-7-летнем возрасте.
- 2) Используются игры малой и средней интенсивности.
- 3) Руководитель участвует в игре, выполняя ответственные роли.
- 4) Обучать детей целесообразно с самых простых некомандных игр сюжетного характера, постепенно усложняя их по содержанию двигательной деятельности.
- 5) Объяснять игру четко, образно, лаконично, эмоционально в течение 1,5-2 мин.
- 6) Звуковые сигналы не должны быть слишком громкими, указания давать детям в доброжелательной форме, поддерживая радостное настроение, поощряя решительность, инициативу и находчивость.

Особенности методики проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста

- 7) Игры сопровождаются: стихами, песнями, речитативами – для подсказки ритма, темпа, служат сигналами для действий.
- 8) Используются самые простые правила игры, но соблюдения их, требовать обязательно.
- 9) В младших группах воспитатель объясняет содержание и правила по ходу игры, в старших – перед началом игры.
- 10) На роль водящего выбирают более подвижного ребенка. Если игра хорошо знакома детям, то водящий выбирается по считалке.
- 11) Следует подбирать игры без резких прыжков, особенно на одну ногу, связанных с потерей равновесия.

Значение ПИ в младшем школьном возрасте:

- 1) ПИ развивают физические качества (быстроту, скоростно-силовые качества, выносливость, силу, гибкость, ловкость) и функциональные системы организма ребенка (ССС, ДС и др.).
- 2) ПИ развивают зрение, слух, память, укрепляет иммунитет, формируют правильную осанку, свод стопы – укрепляют здоровье.
- 3) Развивают качества и способности, необходимые для выживания в экстремальных ситуациях.
- 4) ПИ способствуют воспитанию смелости, решительности, воли к победе, выдержки, честности, доброжелательного отношения к сверстникам, участникам игры.
- 5) ПИ ориентируют на ЗОЖ.

Возрастные группы детей школьного возраста

**Младший
школьный
возраст**

1-4 классы,

7-8 лет –

10-11 лет

**Средний
школьный
возраст**

5-8 классы,

11-12 лет –

13-15 лет

**Старший
школьный
возраст**

9-11 классы,

15-16 лет –

17-18 лет

ПИ на уроке ФК

Урок ФК с использованием ПИ бывают двух типов: ***смешанные и игровые***.

На смешанных уроках ПИ могут проводиться во всех частях урока (по одной игре в каждой части урока). В основной части ПИ проводится в конце. На игровых уроках ФК проводится 3-4 знакомых игры и 1-2 новых. Игровые уроки рекомендуется проводить в конце каждой четверти для оценки двигательных умений и навыков, приобретенных в процессе освоенных ПИ.

ПИ на уроке ФК

В подготовительной части ПИ направлены на организацию внимания, разогрев организма, совершенствование в различных построениях. Например, «Класс, смирно!», «Запрещенное движение».

В основной части ПИ направлены на развитие физических качеств. Используются игры с активной двигательной деятельностью, значительными физическими нагрузками. Например, игры с бегом, прыжками, эстафеты («Белые медведи», «Два мороза», «Эстафета зверей», «Космонавты»).

В заключительной части ПИ способствуют восстановлению организма занимающихся, организованному окончанию урока ФК («Отгадай, чей голосок?», «Слушай сигнал», «Мяч соседу» и др.).

Виды ПИ в занятиях с детьми младшего школьного возраста

- 1) **некомандные ПИ** с бегом на короткие дистанции, врассыпную, по прямой и по кругу, с изменением направления движения; прыжки на одной и двух ногах, с преодолением условных препятствий; передачи, броски и ловля мяча, метание на дальность и в цель; с движениями подражательного и творческого характера («Лиса и куры», «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки»; «Удочка»)
- 2) **ПИ, переходные к командным** – игры, где задания надо выполнять в парах и тройках, с проявлением взаимовыручки и чувства товарищества («Белые медведи», «Два мороза», «Ловля парами», «Чай-чай, выручай!»);
- 3) **командные ПИ**, проводятся реже, чем коллективные, с простыми игровыми заданиями и содержанием («Веревочка под ногами», «Прыжки по полоскам», «Метко в цель», «Мяч в корзину»).

Направленность и содержание ПИ дл ДМШВ

Игры для ДМШВ направлены:

- **на развитие координационных способностей** (точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесия, ритма, быстроты, точности реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве);
- **на развитие скоростно-силовых способностей, быстроты, выносливости, гибкости**, но с умеренной нагрузкой;
- **на совершенствование естественных движений** (ходьба, бег, прыжки, метания);
- **на совершенствование элементарных игровых умений** (ловля мяча, передачи мяча, броски);
- **на совершенствование технико-тактических взаимодействий**, необходимых в дальнейшем для овладения спортивными играми (выбор места, взаимодействие с партнером, командой, соперником).

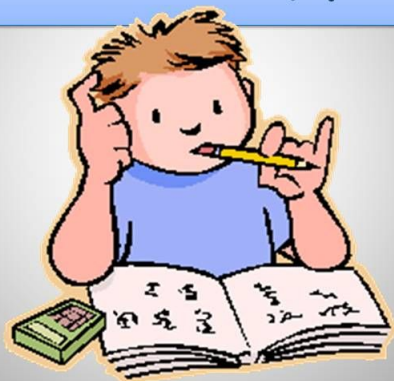
Особенности методики проведения подвижных игр с детьми младшего школьного возраста

- 1) Продолжительность игры 10-15 минут;
- 2) Игры следует чередовать с перерывами и кратковременными паузами;
- 3) Девочки проявляют меньшую долю активности в играх;
- 4) Используются игры малой, средней и большой интенсивности;
- 5) В играх воспитывать честность, отзывчивость, инициативность, выдержку, настойчивость, целеустремленность, доброжелательное отношение к сопернику;
- 6) Использовать игры с речитативами (развитие памяти, речи);
- 7) Использовать сюжетные игры с моделированием ситуаций из повседневной жизни, с разнообразным замыслом и тематикой;
- 8) В сложных играх и эстафетах подключать помощников из числа детей, в 3-4 классах – привлекать к судейству (особенно эмоциональных игроков);
- 9) Объяснять игры кратко, с показом игровых действий;
- 10) Поощрять инициативу и творчество играющих;
- 11) Водящего назначает руководитель, при этом не забывать чаще менять водящих;

Особенности методики проведения подвижных игр с детьми младшего школьного возраста

- 12) Предпочтительна система определения победителя – без выбывания из игры (это позволяет участвовать игрокам на протяжении всей игры, независимо от уровня подготовленности игроков);
- 13) Лучше использовать словесные команды, а не свисток (способствует развитию второй сигнальной системы – активизируется при воздействии речевых раздражителей);
- 14) При объяснении игры особое внимание обращать на правила игры, правильно называть двигательные действия, точно их показывать, своевременно исправлять ошибки;
- 15) Формировать равносильные команды, по 6-7 человек в каждой;
- 16) Четко дозировать и регулировать нагрузку в играх, исходя из возрастных особенностей;
- 17) Не фиксировать внимание на неудачах отдельных игроков, не делать критических замечаний мальчикам в присутствии девочек и наоборот;
- 18) Объективно подводить итоги игры с разбором игровых действий.

Домашнее задание.



Составить карточки подвижных игр для детей младшего школьного возраста:

1. Космонавты
2. Два мороза
3. Белые медведи
4. Зайцы в огороде
5. Вербочка под ногами
6. Эстафета зверей (Эстафета с предметами)
7. Мяч соседу



Составить карточки подвижных игр для детей среднего школьного возраста:

1. Салки
2. Вызов номеров
3. День и ночь
4. Охотники и утки
5. Перетягивание в парах
6. Мяч в центр
7. Встречная эстафета



Спасибо за внимание!