

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города  
Новосибирска «Детский сад № 280 комбинированного вида»



## **«Организация спортивных и подвижных игр на прогулке»**

консультация для воспитателей

Выполнила: Инструктор ФК  
Капанова Ольга Николаевна

Новосибирск, 2017 г.

Ежедневное использование подвижных и спортивных игр на прогулке обеспечивает дошкольникам до 40 % необходимого суточного объёма движений,

Подвижная игра – важнейший метод и средство физического воспитания детей.

По результатам многих исследований, подвижный отдых, организованный на воздухе и заключающийся в играх малой и средней интенсивности, оказывает благоприятное влияние на функциональное состояние центральной нервной системы детей. Это выражается в увеличении показателей умственной работоспособности, улучшении подвижности нервных процессов, развивает все физические качества, силу выносливость, ловкость, гибкость, быстроту движений

Такой же отдых, но не на открытом воздухе, а в помещении не оказывает столь благоприятного влияния на работоспособность детей. Эффект от него ниже чем от любого не организованного отдыха на улице.

Подвижные игры разнообразны по своему содержанию и организации: одни из них имеют сюжет, роли и правила, тесно связанные с сюжетом, игровые действия в них проводятся в соответствии с требованиями, заданной ролью и правилами; другие только двигательные задания, регулируемые правилами.

### **Организация игр на прогулке**

Игры должны проводиться под непосредственным руководством взрослого, что создаёт благоприятные условия для педагогического воздействия на детей.

Использование сюжетных спортивных игр для оптимизации двигательной активности предусматривает умелое руководство ими. Приступая к работе с детьми, воспитатель должен проанализировать состояние двигательных навыков, уровень их общего развития.

Детям робким неуверенным в своих возможностях, воспитатель незаметно, чтобы не страдало их самолюбие, помогает в преодолении трудностей.

Поощрение побуждает ребёнка преодолевать застенчивость и поверить в свои силы. Детей неуравновешенных, легко возбудимых воспитатель должен ставить в такие условия, в которых необходимо проявлять выдержку, самообладание, спокойствие, и тем самым обеспечивает совершенствование тормозных процессов.

И тогда получается, что ребёнок, хорошо владеющий движениями, свободнее чувствует себя при решении игровых и двигательных задач.

Воспитателю важно правильно выбрать игру, учесть место и время её проведения, количество участников, имеющиеся у них двигательные навыки, двигательный опыт.

Большую роль играет объяснение игр: оно требует подготовки, целесообразного использования слова, эмоциональной выразительности, умение интонацией выразить главное, пробудить у детей интерес к игре, задать ей соответствующий темп. В ходе объяснения игры перед детьми

ставиться игровая цель, способствующая оптимизации мысли, осознанию правил, формированию двигательных навыков.

Для привлечения внимания детей можно использовать игрушку «к нам в гости пришёл.....» и т.д.

На участок целесообразно выносить мячи, кегли и другие пособия для игр, дети широко их используют.

Погодные условия играют так же важную роль: т.к. непогода в межсезонье часто вынуждает детей к меньшей подвижности во время прогулки, поэтому игры выбираются малой подвижности: игры с бегом по кругу («Карусель», «Кошки –мышки» и др), с ходьбой между начерченными линиями («Поезд», «Метро»), игры с прыжками в длину с места («Через ручеёк», «Не замочи ног») и др. Тёплые погожие дни дают возможность более свободного выбора игр. Можно проводить игры с бегом на скорость («Кто быстрее к флажку?», «Чьё звено быстрее соберётся?»). Широко используются игры с мячом, скакалкой.

Двигательная деятельность детей в зимнее время значительно сокращается, уменьшается и время нахождения ребят на воздухе, что отрицательно сказывается на их самочувствии и физическом развитии. Нужно помнить, что проведение прогулки зимой на воздухе имеет свою специфику, нужно следить за тем, чтобы дети быстро включались в игру, действовали активно и не простаивали в бездействии на морозе. Для этого следует чаще менять водящих, стараться исключить правила, по которым дети надолго выбывали из игры. Лучше такие игры не проводить.

Наиболее благоприятная погода для проведения игр зимой на воздухе – это температура до -10 градусов без ветра. При температуре ниже -16 проводить игры на воздухе с дошкольниками не рекомендуется.



