

Консультация для педагогов (1 младшая группа) «Подвижные игры - залог здоровья малышей»

Физическая культура: Евлахова Э.Р.

Для организации подвижной игры необходимо, чтобы дети упражнялись в освоении основных движений. Можно выделить основные движения характерные для детей младшего дошкольного возраста. Это ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание и ловля. В младшей группе нужно учить детей ходить правильно, не наталкиваясь друг на друга; формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку. Для этих целей используют различные приемы: указания педагога, его показ, имитацию, игровую форму, зрительные ориентиры. Чтобы научить детей поднимать ноги, следует использовать игры с перешагиванием через шнур, кубики. На третьем - четвертом году жизни ребёнка нужно учить бегать, сохраняя равновесие и заданное направление, не наталкиваясь на предметы. Для этого можно использовать игры с бегом между двумя линиями, не наступая на них. Дети также учатся бегу с ускорением и замедлением в подвижных играх типа «Догони меня», «Догони мяч». Также в младшей группе вводятся прыжки на двух ногах, с продвижением, в длину и высоту с места. Основное внимание взрослого должно быть направлено на обучение детей отталкиванию двумя ногами, мягкому приземлению на носки при прыжках вверх и в высоту с места.

Основными приемами обучения являются показ и объяснение воспитателя, игры с прыжками, зрительные ориентиры.

Чтобы привлечь внимание детей младшего 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.

Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста всегда организует воспитатель. 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. Дети младшего дошкольного возраста стараются подражать воспитателю в выполнении движений. 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.

Подвижные игры:

«Солнышко и дождик»

Цель: учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя.

Описание. Дети присаживаются на корточки за чертой, обозначенной воспитателем.

Воспитатель говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять». Дети бегают по площадке. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» - бегут за обозначенную линию и присаживаются на корточки. Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.

«Карусель»

Цель: развивать у детей равновесие в движении, навык бега, повышать эмоциональный тонус.

Описание. Воспитатель предлагает детям покататься на карусели. Держит в руках обруч (находясь в середине обруча) с привязанными к нему разноцветными ленточками. Дети берутся за ленточки, воспитатель двигается с обручем. Дети идут, а затем бегут по кругу.

Воспитатель говорит:

Еле-еле, еле-еле завертелись карусели,

А потом, а потом всё бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите, карусель остановите,

Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!

Дети останавливаются.

«Самолёты»

Цель: учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; приучать их внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.

Описание. Воспитатель предлагает детям подготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать». Воспитатель говорит: «К полёту подготовиться. Завести моторы!» - дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук: «Р-р-р». После сигнала воспитателя: «Полетели!» - дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и «летят» - разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя: «На посадку!» - дети садятся на скамейку.

«Пузырь»

Цель: научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами.

Описание. Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой круг, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит:

Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,

Оставайся такой да не лопайся.

Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет:

«Лопнул пузырь!», тогда они опускают руки и приседают на корточки, говоря при этом:

«Хлоп!» Можно также предложить детям после слов: «Лопнул пузырь» двигаться к центру круга, по-прежнему держась за руки и произнося при этом звук: «Ш-ш-ш» (воздух выходит). Затем дети снова «надувают» пузырь – отходят назад, образуя большой круг.

«Поезд»

Цель: учить детей ходить и бегать в колонне по одному, ускорять и замедлять движение, делать остановки по сигналу; приучать детей находить своё место в колонне, не толкать товарищей, быть внимательными.

Описание. Дети становятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый – «паровоз», остальные – «вагоны». Воспитатель даёт гудок, и «поезд» начинает двигаться вперёд сначала медленно, потом быстрее, быстрее, наконец, дети переходят на бег. После слов воспитателя «Поезд подъезжает к станции» дети постепенно замедляют движение – поезд останавливается. Воспитатель предлагает всем выйти, погулять, собрать цветы, ягоды на воображаемой полянке. По сигналу дети снова собираются в колонну – и поезд начинает двигаться.