

# ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Инструктор по физкультуре  
АНО ДО «Алмазик»  
д/с №37 «Звездочка»  
Копеева Ольга Сергеевна

***Подвижные игры*** – одно из основных средств физического воспитания детей.

Подвижная игра с правилами – сознательная, активная деятельность ребёнка, цель которой достигается точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами.

По определению П. Ф. Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребёнок готовится к жизни.



# **РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ И ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ**

**Совершенствуют двигательные навыки.**

**Развивают силу, выносливость, ловкость,  
координацию, сообразительность.**

**Вырабатывают волевые качества: выдержку,  
смелость, умение преодолевать трудности.**

**Развивают творческие способности,  
самостоятельность.**

**Формируют честность,  
дисциплинированность, справедливость.**

**Помогают познавать мир.**

# КЛАССИФИКАЦИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР

**ЭЛЕМЕНТАРНЫЕ**

*сюжетные, бессюжетные*

**СЛОЖНЫЕ**

*с элементами спортивных игр*

В **сюжетных** играх выполняемые движения носят в основном имитационный характер. Игровые действия связаны с развитием сюжета и с ролью, которую выполняет ребенок. Детей увлекают игровые образы, некоторые особенности поведения животных, наиболее характерные моменты выполнения трудовых действий людьми разных профессий, особенности движений различных транспортных средств и служат основой для развертывания сюжета.

В некоторых сюжетных играх действия играющих определяются текстом («Курочка-хохлатка», «Зайцы и волк», «У медведя во бору» и др.).

**Бессюжетные** подвижные игры не имеют сюжета, образов, но сходны с сюжетными

Бессюжетные подвижные игры  
наличием правил, ролей,  
подразделяются на:

взаимобусловленностью игровых действий всех

- игры типа перебежек, ловишек и т.п.;

участников. Эти игры, также как и сюжетные,  
основаны на простом движении, выполнении

конкретного двигательного задания и требуют от

детей большой самостоятельности, быстроты,

- игры с предметами (мячи, обручи, скакалки);  
ловкости, ориентировки в пространстве.

- игры-забавы, аттракционы  
- хороводные игры.



# **СЛОЖНЫЕ – игры с элементами спортивных игр**



Волейбол  
Баскетбол  
Футбол  
Хоккей  
Бадминтон  
Городки

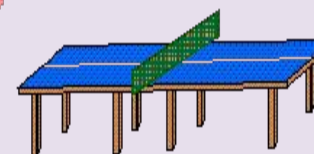


Настольный теннис

Также подвижные игры можно классифицировать по тем двигательным качествам, которые они развивают:



На силу  
На ловкость  
На быстроту  
На гибкость  
На выносливость





В сборнике М. М. Конторович и Л. И. Михайловой, принято деление игр по степени вызываемого у детей мышечного напряжения: на игры ***большой, средней и малой степени подвижности.***

Игры большой подвижности – участвует вся группа (бег, прыжки, «Ловишки», «Пятнашки»);

средней подвижности – активно участвует вся группа, но характер движений относительно спокойный (ходьба, передача предметов);

малой подвижности – движения выполняются в медленном темпе, к тому же интенсивность их незначительна (игра с ходьбой, игры на внимание: «Стоп!», «Морская фигура», «Найди и промолчи»).

## **ВАРИАНТЫ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

Варьируя игру, нельзя менять замысел и композицию игры, но  
МОЖНО:

*увеличивать дозировку*

*усложнить двигательное содержание*

*изменить размещение играющих на площадке*

*сменить сигнал*

*провести игру в нестандартных условиях*

*усложнить правила*

Систематическое использование вариантов игр содействует воспитанию у детей возможности разностороннего применения приобретаемых ими навыков движений, совершенствованию физических качеств, навыков общения с предметами, развитию внимания, наблюдательности, пространственных ориентировок.



## ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В РЕЖИМЕ ДНЯ

На прогулке.

На утренней гимнастике.

На физкультурных занятиях.

Во время праздников и досугов.

В качестве физкультминуток на других занятиях.

В паузах между занятий (двигательная разминка).

# Этапы проведения подвижной игры

- составление плана игры.
- подготовка игры педагогом (продумывание правил и их объяснения, разучивание текстов, подготовка оборудования и материалов);
- эмоциональный настрой детей на игру;
- точное, краткое, интересующее детей объяснение правил
- проигрывание игры с обязательным участием педагога
  - 2-3 повторения игры на одном занятии;
- закрепление игры на последующих занятиях с напоминанием основных правил;
- введение новых вариантов игры на основе уже хорошо знакомой (в т.ч. придумывание вариантов игры вместе с детьми).

# Подбор и планирование подвижных игр

Подбор и планирование подвижных игр осуществляются в соответствии с «Программой воспитания и обучения в детском саду». При этом учитываются: общий уровень физического и умственного здоровья детей, развитие их двигательных умений, состояние здоровья каждого ребенка, интересы детей. Первое требование, которым надо руководствоваться при отборе подвижных игр, - соответствие содержания игровых действий, правил возрастным особенностям детей, их представлениям, умениям, знаниям об окружающем мире, их возможностям в познании нового.

Очень важно планировать подвижные игры на весь год, месяц, и на ближайшую неделю. В программе предусмотрено примерно 25 подвижных игр на разные виды движений: бег, прыжки, метание, лазанье, а также игры на ориентировку в пространстве, хороводные и народные игры. В течение месяца может быть проведено 15-20 подвижных игр (включая игры-эстафеты), при этом разучено 3-4 новые игры. Каждая игра предусматривает обучение, закрепление, упражнение, усложнение и выносятся для самостоятельной деятельности детей. При планировании следует подбирать игры, сюжет которых соответствует сезону, а также придерживаться тематического планирования.



Перед дошкольными учреждениями стоят важные задачи развития двигательной активности и оздоровления детей.

Для обеспечения достаточной двигательной активности детей в режиме дня необходимо ежедневно планировать и проводить подвижные игры не только на физкультурных занятиях, но и прогулках, физкультминутках, паузах между занятиями, на утренней гимнастике.

**Подвижные игры – одно из основных средств физического воспитания детей.**