

# **ОПТИМИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ В ПОДВИЖНЫХ ИГРАХ**

**Воспитатель МБДОУ № 41 «Звездочка»**

**Редькина Марина Юрьевна**

**Высшая квалификационная категория**

## АКТУАЛЬНОСТЬ

- На современном этапе развития общества выявлена тенденция ухудшения здоровья детей. Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье как полное физическое, психическое и социальное благополучие ребенка. Ведь чем активнее вовлечение ребенка в *мир движений*, тем богаче и интереснее его физическое и умственное здоровье. Движения необходимы ребенку, так как они способствуют совершенствованию его физиологических систем, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.



# ДВИЖЕНИЕ ДЕНЬ ЗА ДНЕМ!



«Силачи»



«Детки в домике сидят  
и в окошечко глядят»



«Гуси шипят»



«Мотальщики»



# ДВИЖЕНИЕ ДЕНЬ ЗА ДНЕМ!



«Сбор урожая»



«Гусеница»



«Ловкая пара»



«На лошадке»



# ДВИЖЕНИЕ ДЕНЬ ЗА ДНЕМ!



«Разноцветная карусель»



«Ручеек»



«Найди свой цвет»



«Займи свой домик»





**ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ –  
ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ**

## ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ -

- это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.
- это средство приобщения детей к здоровому образу жизни.



## ЗАДАЧИ:

- В процессе оптимизации двигательной активности детей в нашем дошкольном учреждении созданы условия, которые содействуют решению комплекса оздоровительных, воспитательных и образовательных задач.
- Оздоровительные задачи направлены на удовлетворение потребности детей в движении, совершенствование систем и функций организма, сохранение и укрепление здоровья.
- Воспитательные задачи направлены на развитие умственных, духовных и физических способностей детей.
- Образовательные задачи направлены на овладение детьми определенным объемом физических качеств для их всестороннего развития.





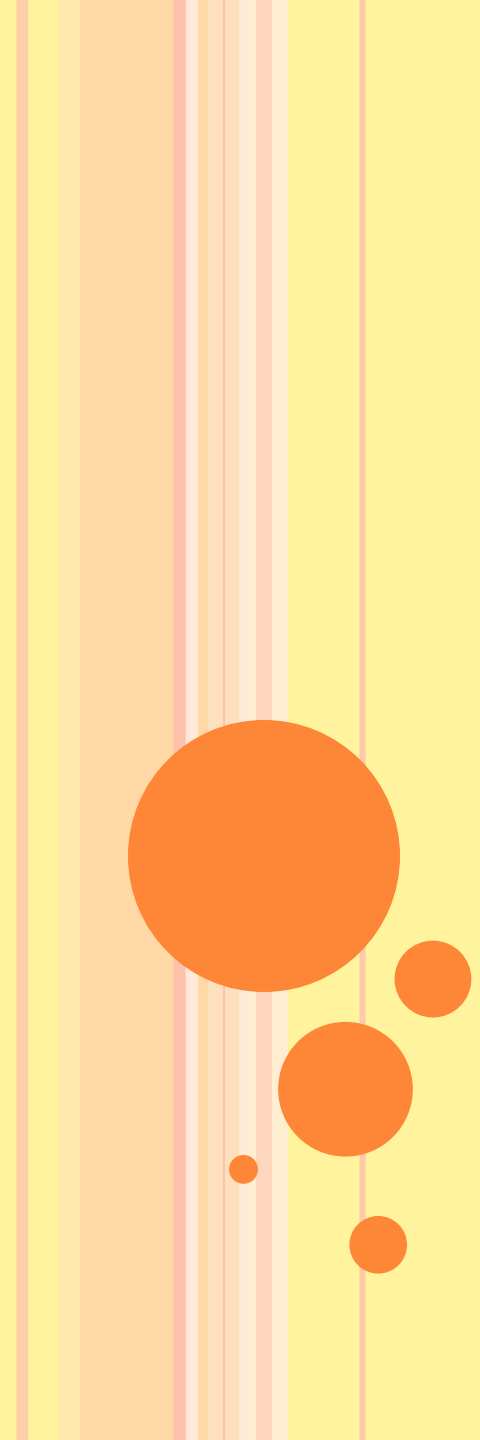
# Три подгруппы по степени подвижности ДЕТЕЙ:

- **1** – дети с **высокой** интенсивностью ДА независимо от объема и продолжительности ДА. Для них характерны высокая подвижность, хороший уровень развития основных видов движений, достаточно богатый двигательный опыт, позволяющий обогащать свою самостоятельную деятельность. В то же время эти дети не отличаются достаточной ловкостью и координацией движений, часто невнимательны при объяснении и выполнении заданий.
- **2** – дети со **средней** интенсивностью ДА. Дети имеют высокие и средние показатели физической подготовленности, средний уровень развития двигательных качеств. Они отличаются преимущественно хорошим настроением, положительными эмоциями. Им свойственна самостоятельность в выборе игр, они являются инициаторами коллективных игр.



- **З** – дети с **низким** объемом ДА в сочетании с низкими и средними показателями продолжительности и интенсивности. У них отмечено отставание показателей развития основных видов движений и физических качеств от возрастных нормативов. Чаще всего они бывают не уверены в своих возможностях и отказываются выполнять трудные задания и участвовать в играх-соревнованиях. При возникновении сложности в выполнении задания они пассивно ждут помощи со стороны взрослого, проявляя медлительность, нерешительность и обидчивость.





**ПОДВИЖНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО  
ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ  
АКТИВНОСТИ**

## ПОДВИЖНАЯ ИГРА -

- это сознательная активная деятельность детей, цель в которой достигается точным своевременным выполнением заданий, связанными с обязательными для всех играющих правилами.
- **Подвижная игра** является средством гармонического развития ребенка, школой управления собственным поведением, формирования положительных взаимоотношений, благополучного эмоционального состояния.



# Подвижные игры

Элементарные

Сложные

Сюжетные

Бессюжетные

Спортивные

Игры-забавы

Аттракционы



## СОЗДАНИЕ ИНТЕРЕСА К ИГРЕ

- Прежде всего, нужно создать у детей интерес к игре. Тогда они лучше освоят ее правила, более четко будут выполнять движения, испытывать эмоциональный подъем. Подвести к игре нередко удается путем вопросов, загадывания загадок. Хороший результат дает короткий рассказ, стихотворение, прочитанные или рассказанные воспитателем, непосредственно перед игрой.



# СЮЖЕТНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ



«Вася - утеночек»



«Лошадки»



«Охотник и зайцы»



«Медведь»



## МИНИ - СКАЗКИ

- Интересный прием объяснения подвижной игры - **мини-сказка**. Основными требованиями к таким сказкам является их образность и эмоциональность, наличие конкретного содержания игры и четкого сигнала к началу действия.

### *«Лиса в курятнике»*

*У одной хозяйки в курятнике жили куры. Спали они на жердочке, а утром прыгивали с нее и шли во двор. Они искали червяков, клевали зернышки, пили водичку. А неподалеку жила в своей норке лиса. Вот однажды подкралась она к курочкам и хотела схватить одну из них, да хозяйка увидела ее крикнула: «Лиса!». Услышали курочки и скорей побежали в свой курятник.*





# СЮЖЕТНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ



«Хитрая лиса»



«Игра в лошадки»



«Пузырь»



«Пожарные на ученье»



## ВАРИАНТЫ ПОДВИЖНЫХ ИГР

- Для обеспечения интереса детей к подвижным играм необходимо время от времени вносить изменения в их содержание: усложнять, дополнять движения и т.д. Придумывая варианты знакомых игр, можно:
- изменить вид движения в игре (не идти, а передвигаться прыжками),
  - изменить способ его выполнения (идти не прямо, а змейкой),
  - внести дополнительные задания или предметы (спрыгнуть, а потом идти; в процессе движения перелезть через бревно),
  - ввести дополнительных водящих или ограничения для них,
  - изменить ритм подачи сигнала к движению и т.д.



«Самолеты полетели...»

«Самолеты загудели...»



# БЕССЮЖЕТНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ



«Ловишка, бери ленту»



«Мячи разные несем»



«Заморожу»



«Кольцеброс»



# ЭСТАФЕТЫ, АТТРАКЦИОНЫ



«Баба - Яга»



«Полоса препятствий»



«Связисты»



«Рукоход»



# СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ



«Настольный теннис»



«Гольф»



«Городки»



«Хоккей»



# ЗДОРОВЬЕ И КРАСОТА ЧЕРЕЗ ДВИЖЕНИЕ!



«Смелые ребята»

«Богатырская наша сила»



# БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ ХОТИМ!



## «Сухой дождь»





# РАСТИМ ДЕТЕЙ ЗДОРОВЫМИ!



«Степ - платформа»



# ЗДОРОВЬЮ ДЕТЕЙ — ВЫСОКИЙ СТАРТ!



«Хоккей в валенках»



«В гостях- Ирина Роднина»



«Папа, мама, я —  
спортивная семья!»



«Ура, победа!»





**Будьте здоровы и  
успешны в работе!**

