

# Планирование и организация подвижных игр с детьми дошкольного возраста на прогулке.

В режиме дня каждой возрастной группы предусмотрено проведение двух прогулок: утренней и вечерней.

Задача прогулки в первую половину дня — восстановить силы после занятий, получить максимальный положительный заряд.

Прогулка должна дать разрядку ребенку, снять напряжение после занятий и создать у него жизнерадостное настроение, что в свою очередь обеспечивает соответствующий тонус для успешного физического и психического развития ребенка в иных условиях и видах деятельности.

Говоря о планировании прогулки нужно помнить о том, что есть общепринятая структура прогулки:

- ✓ Если перед прогулкой было физкультурное или музыкальное занятие, то прогулка начнется с наблюдения.
- ✓ Если же были спокойные виды деятельности, то прогулка начнется с подвижной деятельности.

При планировании содержания воспитательной работы на прогулке воспитатель предусматривает равномерное чередование спокойной и двигательной деятельности детей, правильное распределение физической нагрузки в течение всей прогулки, придерживаясь следующей примерной структуры прогулки:

- ✓ спокойная, самостоятельная деятельность детей (игры, наблюдения);
- ✓ затем подвижные игры с элементами спорта, спортивными развлечениями;
- ✓ трудовая деятельность детей.

Планирование работы по развитию движений на прогулке должно способствовать закреплению, совершенствованию игр и физических упражнений, повышать двигательную активность детей. При этом важно правильно выбирать время для проведения игр и упражнений.

Нельзя допускать, чтобы организованная двигательная деятельность проводилась за счёт времени самостоятельной деятельности детей.



Продолжительность подвижной деятельности составляет 60-70% от общей продолжительности прогулки, при этом не должна ущемляться самостоятельная деятельность детей.

**Подвижные игры.** Важное место в прогулке занимает подвижная игра, в которой принимают участие все дети группы. С этой целью воспитатель вызывает у детей интерес к игре, делает ее увлекательной. Только непринужденное активное участие детей в игре создает у них радостное настроение и обеспечивает ее педагогический эффект.

**Количество подвижных игр — от одной до трех.** При подборе подвижных игр необходимо обращать внимание на вид основных движений.

**В теплое время года** должно даваться больше подвижных игр с метанием, ползанием, лазанием. **В холодное время** – с бегом, метанием, прыжками.

Организует и проводит игру воспитатель, который не только руководит, но и участвует в игре, беря на себя наиболее ответственную роль.

**Продолжительность одной игры составляет 3-5 минут, 7-10 минут (в зависимости от возраста детей и состояния здоровья).** **Важно, чтобы в подвижных играх принимали участие все воспитанники группы.** С этой целью на прогулке планируются только знакомые детям игры. С новыми играми дети знакомятся на физкультурных занятиях.

Игры помогают решать важные задачи воспитания, обучения детей, умения слушать, быть внимательным, правильно управлять своими движениями, привыкать к дисциплине и сознательному отношению к занятиям.

**Использование подвижных игр требует соблюдения следующих методических принципов:**

✓ Учет возрастных особенностей детей: чем старше дети, тем сложнее становятся игры, тем большее значение имеет сюжетный, ролевой рисунок, постепенно усложняются правила, значительнее становится роль личной инициативы.

✓ Соблюдение физиологических закономерностей адаптации к нагрузкам.

✓ Четкое объяснение правил игры и распределение ролей.

✓ В подборе подвижных игр и элементов соревнования необходимо учитывать индивидуальные особенности физического развития и здоровья детей.

Игры, являясь специфическим видом деятельности ребенка, широко используются в лечебной физкультуре для решения поставленных лечебных задач.

Напомню, что выбор времени проведения и упражнений на прогулке зависит от предшествующей работы в группе.

**Если физкультурное или музыкальное занятие проводилось в первой половине дня, то желательно организовывать игры и упражнения в середине или конце прогулки, а в самом её начале предоставить детям возможность самостоятельно поиграть, поупражняться с разнообразными пособиями.**

В остальные дни целесообразно организовать двигательную деятельность детей в начале прогулки, что позволит обогатить содержание их самостоятельной деятельности.

**В дни проведения физкультурных занятий** с детьми организуется одна подвижная игра и какое-либо физическое упражнение (спортивное упражнение или упражнение в основном виде движения). В другие дни, когда занятие не проводится, планируется подвижная игра, спортивное упражнение и упражнение в основном виде движения (прыжки, лазание, метание, бросание и ловля мяча и другие)

При проведении упражнений, основных видов движений следует использовать разные способы организации (фронтальный, подгрупповой, индивидуальный). Наиболее целесообразным является смешанное использование разных способов организации.

Упражнения детей в основных видах движений желательно организовывать по подгруппам, в зависимости от степени подвижности детей.

**На прогулке должны планироваться подвижные игры и игровые упражнения разной степени интенсивности (малоподвижные, средней активности, высокой двигательной активности).**

**В течение месяца может быть проведено 15-20 подвижных игр (включая игры эстафеты), при этом разучено 3-4 новые игры.**

**Общая длительность игры составляет 3-5 мин., 7-10 минут.**



К каждой подвижной игре следует подготовить яркие атрибуты. Это могут быть эмблемы на лентах, разнообразные шапочки птиц, зверушек, крупные мягкие выразительные сюжетные игрушки. Материалы и оборудование, используемые для организации самостоятельной деятельности детей (ледянки, кукольные сани, ящики для перевозки снега, большие фанерные фигуры зверей из любимых сказок, формочки, лопатки, ведёрки, палочки для рисования на снегу, печатки, вожжи, султанчики, флажки, кегли, маски для сюжетно-ролевых игр, лыжи, оборудование для экспериментов, снегомер, игрушки из бросового материала). Необходимо соблюдать санитарно-гигиенические требования к хранению и размещению выносного материала.

В подвижных играх решается несколько задач:

- ✓ повышение эмоционального тонуса каждого из детей,
- ✓ удовлетворении потребности в разнообразных активных движениях,
- ✓ уточнение знаний о различных объектах (птички летают, зайчик прыгает),
- ✓ ориентировка в окружающем (побежали к песочнице, к веранде и т.д.),
- ✓ умение слушать взрослого и выполнять движения в соответствии с требованиями игры.

В процессе подвижной игры дети учатся диалоговой речи, когда не просто повторяют за взрослым, а отвечают ему. В процессе подвижной игры ребенок получает удовлетворение и от дружеского общения со сверстниками и от ярких атрибутов, которые взрослый вносит в игру.

Подвижные игры на прогулке активизируют движения детей, обогащают их новыми яркими впечатлениями. В подвижных играх закрепляется умение каждого ребенка

внимательно вслушиваться в речь взрослого, выполнять его требования, согласовывать свои действия с действиями товарищей.

Подвижные игры планируются и проводятся воспитателем самостоятельно, с учетом пожеланий детей, по рекомендациям специалистов или тематические. Они могут быть весьма разнообразны, поэтому во избежание монотонности целесообразно планировать подвижные игры по дням недели, неделям. Такое планирование позволяет учесть интересы каждого ребенка, полностью охватить программный материал по разделу подвижных игр, организовать деятельность воспитателя.

В процессе ежедневного проведения на прогулке подвижных игр и физических упражнений расширяется двигательный опыт детей, совершенствуются имеющиеся у них навыки в основных движениях; развиваются ловкость, быстрота, выносливость; формируются самостоятельность, активность, положительные взаимоотношения со сверстниками.

Оздоровительный эффект прогулки во многом зависит от правильно организованной двигательной деятельности дошкольников. Планируя прогулку, воспитатель предусматривает индивидуальную работу с детьми по физическому воспитанию. Индивидуальная работа по физическому воспитанию должна планироваться ежедневно и с теми детьми, у которых есть проблемы в освоении основных движений. Индивидуальная работа может проходить в занимательной игровой форме, спортивные игры и развлечения.