

**Семинар – практикум для педагогов**  
**«Подвижная игра как средство здоровьесбережения**  
**и всестороннего развития ребенка»**



**Цель:** повысить компетентность педагогов в вопросе применения в работе с детьми подвижных игр.

**Задачи:**

- Создание условий для укрепления физического и психического здоровья педагогов.
- Приобщение к нормам здорового образа жизни.
- Воспитание доброжелательных отношений в процессе работы в подгруппах.

**1. Вводная часть:**

Уважаемые коллеги, сегодня мы с вами поговорим о подвижной игре, как о средстве здоровьесбережения и всестороннего развития ребенка дошкольника.

**Блиц – опрос «Что мы знаем об игре?»**

Вопросы:

1. Любимая самостоятельная деятельность детей? (игра).
2. Атрибуты, как для театрализованной, так и для подвижной игры? (маски).
3. Что распределяют между собой участники игры? (роли).
4. Ход игры (скажите по-другому)? (содержание игры).
5. Какие компоненты входят в структуру подвижной игры? (Содержание, игровые действия, правила).
6. Что определяет содержание подвижной игры? (Движения).
7. Какую роль играют правила в подвижной игре? (Правила в подвижной игре носят организующий характер: они определяют ход игры, последовательность выполнения действий, взаимоотношения участников игры, поведение каждого играющего).
8. В какой деятельности детям дается объяснение новой игры? (Во время проведения образовательной деятельности, на прогулке).

9. Какое количество новых подвижных игр планируется ежемесячно в старшем дошкольном возрасте? (3-4 новые игры; 4-5 известных).
10. Свод требований, предъявляемый к кому-то, к чему-то? (правила).
11. Приведите примеры подвижных игр, способствующих развитию основных движений с учетом возможностей, природных факторов. (Пройти по бревну, перепрыгнуть через канавку, залезть на пенек).

## 2. Основная часть.

**Игра** – это жизненная лаборатория детства, дающая тот аромат, ту атмосферу молодой жизни, без которой эта пора её была бы бесполезна для человечества. В игре, этой специальной обработке жизненного материала, есть самое здоровое ядро разумной школы жизни.

*С.Т. Шацкий*

Игра сопровождает ребенка с рождения, остается с ним в детстве, отрочестве, вплоть до перехода в юность. Игра отражает мир мыслей и чувств детей, ведет их по стезе познания реальности.

Игр очень много, они могут быть самыми разными, но особое место среди них занимают подвижные. Эти игры считаются универсальным и незаменимым средством физического воспитания. Всестороннее влияние подвижных игр на развитие ребенка трудно переоценить. При умелом руководстве со стороны взрослых эти игры способны творить чудеса.

Главная цель воспитателя — расширить для ребенка окружающий мир, помочь реализовать сегодняшние возможности и создать условия для дальнейшего развития.

**Подвижная игра** - естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Игровая деятельность, в какой бы форме она ни выражалась, всегда радует ребенка, а подвижная игра с многообразными моментами веселой неожиданности особенно благотворна для возникновения положительных чувств. В этом источнике радостных эмоций заключается великая воспитательная сила.

Малыш приходит в детский сад, чтобы обрести друзей, выразить себя в интересной ему деятельности. Именно подвижная игра делает процесс воспитания приятным и полезным не только для самого ребенка, но и для окружающих его взрослых.

Чем больше подвижных игр для дошкольников могут предложить взрослые, тем полнее удовлетворяют жизненные потребности малышей. Ведь подвижные игры в дошкольном возрасте представляют естественный путь «оттачивания» мелкой моторики. Кроме того, подвижные игры позволяют полнее узнать мир, поэтому играют важную роль в физическом, психическом и эмоциональном развитии ребенка.

**Особенно большое значение имеют подвижные игры для физического развития ребенка-дошкольника.** Особенное положительное влияние на состояние здоровья детей оказывает проведение подвижных игр на свежем воздухе в любое время года.

В подвижных играх используются движения (бег, прыжки, метание и др.), в которых участвуют наиболее крупные группы мышц ног, спины, живота и тем самым повышают деятельность всего организма ребенка. Подвижные игры

предохраняют организм детей от охлаждения, так как в движении способствуют выработке тепла организмом. Привычка находиться длительное время на воздухе (особенно зимой) легче образуется у детей при условии проведения с ними во время прогулки подвижных игр. Интересная деятельность вырабатывает у детей положительное отношение к зимним прогулкам. У детей постепенно образуются условно-рефлекторные связи на длительное пребывание на воздухе, вырабатывается привычка играть, активно действовать в любую погоду.

Подвижные игры в значительной степени могут способствовать укреплению нервной системы ребенка, что является одной из важных задач физического воспитания. Подвижные игры помогают создать у детей бодрое, спокойное настроение.

**Подвижные игры являются также прекрасным средством для организации активного отдыха.** После занятий, согласно режиму детского сада, дети идут гулять. Организация интересных, разнообразных подвижных игр во время прогулки имеет большое значение.

Подвижные игры в свободное время открывают перед воспитателем большие возможности для закрепления двигательных навыков, которым дети обучаются на занятиях гимнастикой и подвижными играми. Подвижные игры проводятся в детском саду ежедневно. Чем чаще ребенок будет упражняться в движении, тем лучших результатов он достигнет. В играх с бегом и прыжками, лазанием, метанием дети получают возможность упражняться в разнообразных движениях.

**Ценно и то, что подвижные игры дают возможность детям применить полученные ими двигательные навыки в несколько измененных условиях.** Игры в помещении, на участке, на открытой площадке, в лесу, заставляют детей приспосабливаться к окружающим условиям, действовать иначе в зависимости от складывающейся обстановки. В играх ребенок становится в такие условия, когда ему самому приходится решать, чтобы достичь поставленной цели. Ребенок сам решает, где ему удобнее перепрыгнуть через «ров» (игра «Волк во рву»), выжидает, когда лучше это сделать, удачно выполненное несколько раз подряд одно и то же движение обогащает опыт ребенка.

Ребенок увереннее применяет его в последующих играх. Изменение условий игры заставляет его снова искать новых, более удачных путей. Все это способствует развитию активности, инициативы. Подвижные игры дают возможность воспитателю развивать у детей такие нужные качества, как быстрота движений, выносливость и пр.

В играх с бегом, ловлей сам характер движений вызывает необходимость действовать как можно быстрее (ловушки, перебежки). Содержание, правила игры требуют ловкости при выполнении движений; суметь увернуться от ловушки, незаметно проскочить, ловко перелезть через препятствие и т.п.

**С помощью игр у детей развивается и выносливость.** Воспитатель постепенно увеличивает продолжительность непрерывного бега в играх, количество прыжков-поскоков за один прием. Осторожное, в пределах, доступных для ребенка, повышение нагрузки благоприятно влияет на его сердечно-сосудистую систему.

Однако подвижные игры только в том случае являются прекрасным воспитательным средством, если будет обеспечено правильное руководство этими играми со стороны воспитателя.

Тематика подвижных игр должна быть близка и понятна детям. В летнее время ежедневное проведение на воздухе в облегченной одежде одной-двух подвижных игр в младшей группе можно использовать как воздушную ванну в движении.

Подвижные игры в младшей группе используются с целью развития движений у детей. Программный материал по движению, осваивается, в основном, с помощью подвижных игр. Дети 4-5 лет еще сохраняют некоторые черты, свойственные маленькому ребенку (неустойчивость и неуравновешенность поведения, склонность к подражанию) и вместе с тем, уже приобретают новые свойства. Дети становятся более самостоятельными, активными, подвижными. Использование подвижных игр с целью закаливания, укрепления организма детей требует от воспитателя, особенно в зимнее время, умения правильно подобрать и провести игру с учетом погоды. Заинтересованность воспитателя ходом игры, ее результатом в значительной степени повышает интерес детей к игре.

### **Место подвижных игр в режиме дня.**

Подвижные игры проводятся со всеми детьми одновременно 3-4 раза в день: утром, в перерыве между занятиями, на прогулке, после полдника, вечером вочных группах после ужина, кроме того, дети играют самостоятельно, небольшими подгруппами.

### **Подбор и планирование подвижных игр**

Воспитатель подбирает подвижные игры из «программы» по своей группе, использует подвижные игры из предшествующего возраста, особенно в начале года. Рекомендуется проводить игры, сюжет которых соответствует данному сезону.

В холодную и сырую погоду не следует планировать игры с пением и речитативом.

### **При подборе игр учитывать:**

- подготовленность группы детей (осенью целесообразно проводить игры с более простым содержанием и сюжетом, с менее сложными движениями).
- Для закрепления двигательных навыков и развития физических качеств полезно повторять игры в течение года, усложняя движения и правила игры, проводить игры в различных условиях: в группе, зале, на участке, на поляне.
- При повторении игры меняется цель.

Утром еще до гимнастики весной и летом рекомендуются игры с физкультурными пособиями и игрушками, побуждая детей к движениям, игры в мяч, катание обруча, кольцебросы, классы. При этом дети объединяются в группы, играют самостоятельно. В перерыве между занятиями проводятся игры малой и средней подвижности (хороводные). После спокойных занятий, требующих сосредоточенного внимания, рекомендуются игры более подвижного характера. Проводить их нужно со всей группой в начале прогулки, желательно, чтобы их было 2 на прогулке: 1- с большой нагрузкой; 2 - спокойная.

После музыкальных и физических занятий планируют игры меньшей подвижности или средней, проводить их в середине или в конце прогулки.

Нужно поощрять подвижные игры самими детьми, помнить, что подвижные игры проводить спустя более 20-30 минут после еды, и ни в коем случае ни перед едой, так как эмоциональный подъем, возбудимость понижает аппетит. Незадолго до сна - спокойная игра. На вечерней прогулке - полезные игры большой и средней подвижности, в которой участвуют все одновременно.

При составлении плана на неделю подбираются игры с учетом подготовленности детей, но разного характера и содержание, что обеспечивает разностороннее развитие детей и интерес к играм.

У маленьких детей временные связи образуются медленно, поэтому одну и ту же игру повторяют 3-4 раза в течение недели.

Средним и старшим группам достаточно 2-х, 3-х повторений, однако спустя некоторое время планируются опять эти же игры, чтобы с их помощью закреплять двигательные навыки и развивать физические качества.

В плане на неделю учитывать, что в конце недели у детей сказывается утомление, значит, нужно планировать простые, знакомые всем детям игры средней подвижности.

В зимнее время на прогулках следить за детьми, чтобы от игры дети сильно не перегревались и не охлаждались.

Летом важно предупредить перегревание организма, в жару не играть в игры большой подвижности (игры с элементами волейбола, баскетбола).

Игра прививает навыки эффективного общения, развивает чувство общности, внимательность, учит правильно выражать свои мысли и строить диалоги, развивает речь. Ребенок учится выражать свои мысли: чувства, стремления, учится подчинять свою деятельность мысли строгим правилам игры.

Игра развивает детскую инициативу в игре, обеспечивает свободу детского игрового творчества и корректирует нежелательные в воспитательном смысле повороты сюжета игры. Воспитывает дружеские отношения между играющими.

### **Выставка «Методическая копилка в помощь педагогам» (методическая литература по данной теме)**

Цель: Повышать профессиональную компетентность педагогов через знакомство с новинками методической литературы, современными педагогическими технологиями обучения.

Уважаемые коллеги! Давайте перенесёмся в детство, снова побудем чуточку детьми, немного поиграем, покажем свою ловкость, выносливость, улучшим настроение.

### **Творческое задание «Отгадай игру»**

Педагоги делятся на 2 подгруппы и выполняют задания в группах: (нужно по карте – схеме определить игру, рассказать и показать, как в ней играть)

- «Самолёты»
- «Кот и мыши»
- «Удочка»
- «Золотые ворота»

1 подгруппа – получает карты – схемы игр на развитие умения ориентироваться в пространстве и бег.

2 подгруппа - получает карты – схемы игр на закрепление навыков детей в прыжках на двух ногах и в подлезании под препятствие.

Заключительная часть.

«Для ребят дошкольного возраста игры имеют исключительное значение: игра для них учеба, игра для них - труд, игра для них - серьезная форма воспитания».

Упражнение на рефлексию «Ваши впечатления»: педагоги высказывают свои чувства и впечатления о семинаре – практикуме.