

## Организация и проведение подвижных игр на прогулке

Ильина Людмила Леонидовна

воспитатель

ГБДОУ детский сад № 45 Центрального района СПб

На прогулке как нигде предоставляются уникальные условия для полного удовлетворения потребности в активных движениях, самостоятельных действиях. Чтобы использовать все время прогулки с максимальной для детей пользой, взрослому необходимо педагогически правильно руководить их деятельностью.

### Условия для активизации движений детей

Дети дошкольного возраста испытывают потребность в активных и разнообразных движениях. В летнее время эта потребность полностью удовлетворяется. Особого внимания требует организация ДА осенью, зимой и весной, когда движения ограничены одеждой, а погодные условия не дают возможности много и разнообразно двигаться по участку.

Зимой желательно расчищать от снега большую часть площадки и расположить постройки из снега, которые будут стимулировать движения детей: лабиринты, фигуры животных для подлезания, метания, снежные валы для упражнений в равновесии. Постройки могут быть украшены лентами, флажками, узорами из разноцветных льдинок. Доставляют детям удовольствие разнообразные дорожки, обозначенные красками.

Необходимо привлекать детей к сооружению построек из снега. Увлечённые этой деятельностью, дети находятся в бодром настроении, много и разнообразно двигаются.

### Подвижные игры и игровые упражнения

Структурным компонентом каждой прогулки являются организованные взрослым подвижные игры и игровые упражнения. В младшем дошкольном возрасте, когда опыт самостоятельной двигательной деятельности пока ещё невелик, многие движения находятся на стадии формирования, подвижные игры и игровые упражнения проводятся ежедневно с целью тренировки, закрепления двигательных навыков. С их помощью и решаются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Подвижные игры и игровые упражнения на прогулке проводятся 2 раза в день: утром и вечером. В утренние часы их количество и продолжительность неодинаковы:

- в дни, когда нет физкультурных занятий, их продолжительность составляет 15-20 минут;
- в дни, когда есть ФЗ, их длительность сокращается до 6-10 минут.

Длительность игр и упражнений на вечерней прогулке составляет от 5 до 10 минут.

Для каждой возрастной группы следует планировать во время прогулки обучение подвижным играм и упражнениям 2 раза в неделю.

В игровых упражнениях преследуются цели прямого обучения детей основным движениям. Многие из предлагаемых упражнений имеют сюжетный характер («По мостику», «Через канавку») и с удовольствием принимаются детьми. При выполнении упражнений ребёнок действует свободно и самостоятельно.

В условиях прогулки есть возможность обратить внимание на качество выполнения движений одного, исправить ошибки другого, поддержать и похвалить третьего.

Дети с удовольствием упражняются в беге, ходьбе, разнообразных действиях с мячом.

Лазанье и прыжки в самостоятельной деятельности выполняются реже, поэтому их необходимо чаще включать в игровые упражнения и создавать для их реализации необходимые условия.

Навыки выполнения упражнений формируются у детей при условии многократного повторения. Поэтому упражнения естественным образом вплетаются в самостоятельную деятельность детей, и повторяется несколько раз в зависимости от обстоятельств.

Задача педагога – предлагать игровые упражнения. Включаясь в них, дети могут вносить в их выполнение элементы творчества. В задачи взрослого также входит наблюдение за физическим состоянием играющих.

Внешние признаки утомления должны послужить сигналом для прекращения игры. Для того чтобы у детей сохранилось бодрое, жизнерадостное настроение и должны быть обеспечены благоприятные условия. Для успешного решения задач физического, умственного и нравственного развития, целесообразно чередовать игровые упражнения, закрепляя то одни, то другие двигательные навыки; разумно распределять их во время каждой прогулки.

Помимо игровых упражнений, на прогулке ежедневно проводится подвижная игра, планируемая заранее. К проведению игры необходима предварительная подготовка: намечается место проведения, отбирается дополнительный материал, атрибуты.

В летнее время, когда дети по собственной инициативе много и с удовольствием двигаются, планируется по одной подвижной игре во время утренней и вечерней прогулок.

Зимой, чтобы создать у детей бодрое настроение, пребывание на свежем воздухе желательно начинать с организованной подвижной игры. Завершать прогулку может вторая подвижная игра.

В подвижной игре зачастую решается несколько задач: повышение эмоционального тонуса каждого ребёнка, удовлетворение потребности в разнообразных активных движениях, развитие ориентировки в окружающем и умения слушать взрослого, выполнять движения в соответствии с требованиями игры.

Необходимо ознакомить детей с содержанием игры, показать подобранные к ней атрибуты, предложить надеть их. Как только оживление уляжется, познакомить с правилами игры. При этом желательно объяснения сочетать с показом некоторых движений: как правильно прыгать, приседать, куда бежать и где прятаться. Особое внимание уделяется сигналам, по которым надо менять движения, начинать или прекращать действия.

В задачу воспитателя входит наблюдение за состоянием играющих: в зависимости от этого желательно увеличивать или уменьшать время подвижной игры, количество её повторений, регулировать длительность перерывов между действиями, удлинять или сокращать дистанции пробежек, варьировать количество прыжков, подскоков. Поддерживая радостный настрой играющих, воспитатель внимательно следит за каждым ребёнком: одного побуждает к более энергичным движениям, другого ограничивает, снимая лишнее возбуждение.

На прогулке организуются сюрпризы, развлечения. Поэтическое слово, музыка, оформление участка, спектакли с куклами бибабо создают определённый эмоциональный настрой, что помогает эффективнее решать поставленные задачи, повышает двигательную и умственную активность.

#### Литература:

- 1.Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. «Игры и развлечения детей на воздухе».- М.: «Просвещение», 1983.
2. Тимофеева Е.А. «Подвижные игры».- М.: «Просвещение», 1986.
- 3.Теплюк С.Н. «Занятия на прогулке с малышами»: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Для работы с детьми 2-4 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2005.