

Подвижные игры в режиме дня

Подвижные игры проводятся с малышами ежедневно. В утренние часы, до завтрака, целесообразно дать детям возможность поиграть самостоятельно. Для этого нужно вынести различные игрушки, помочь малышам найти себе занятие, подбадриванием, шуткой способствовать созданию у них бодрого, радостного настроения.



Воспитатель может провести игровые упражнения с несложными заданиями, простые игры спокойного характера с небольшими группами детей или с некоторыми детьми индивидуально. Более подвижная игра, организованная со всей группой детей, может заменить утреннюю гимнастику. Такая игровая форма проведения утренней гимнастики может быть использована в начале года и в первой и во второй младших группах, когда в коллективе много новых детей, впервые пришедших в детский сад. Игра привлекает их своей эмоциональностью, возможностью активно действовать, выполнять движения в меру своих способностей. Со временем, когда дети привыкнут действовать в коллективе, вводится утренняя гимнастика, состоящая из отдельных упражнений.

Нецелесообразна активная двигательная деятельность и сразу после завтрака.

Перед занятиями уместны игры средней подвижности, для малышей это игры чаще всего индивидуального порядка.

Наиболее полезны и целесообразны подвижные игры на свежем воздухе, во время прогулки. Лишь в ненастную погоду (сильный дождь, ветер, холод) игры надо организовывать в помещении, но при этом желательно использовать зал, так как в групповых комнатах не всегда возможно полноценно провести подвижную игру с большим количеством детей.

На утренней прогулке после занятий проводятся разные по характеру подвижные игры. Их количество и длительность в отдельные дни недели не одинаковы.

При подборе игр учитываются предшествующие занятия. Так, после занятий по родному языку, рисованию, лепке целесообразно провести игру с более активными действиями. Однако после занятий, потребовавших от детей сосредоточенного внимания, не рекомендуется разучивать новые игры.

Не исключаются подвижные игры и в дни, когда есть музыкальные и физкультурные занятия. В такие дни подбирают подвижные игры с менее активными действиями и проводят их не в начале, а в середине прогулки.

В режиме дня подвижные игры могут быть организованы как со всей группой, так и по подгруппам. Это зависит от характера игровых действий, количества играющих, их подготовленности, условий проведения и других факторов. Так, если детей в группе много, а места в помещении или на площадке недостаточно, организуют игры по подгруппам. Игровые упражнения также проводятся чаще всего небольшими группами или с отдельными детьми.

Для обеспечения достаточной двигательной активности детей в режиме дня программа по физической культуре (Программа воспитания и обучения в детском саду, - М., 1985) предусматривает определенную длительность не только

физкультурных занятий, но и ежедневных подвижных игр на прогулках (как на утренней, так и на вечерней).

Для детей третьего года жизни в дни, когда проводятся физкультурные занятия, длительность подвижных игр может быть 6-8 мин. В другие дни (без физкультурных занятий) следует проводить подвижные игры в сочетании с различными физическими упражнениями. Их общая длительность может достигать до 10-15 мин.

С детьми четвертого года длительность подвижных игр и физических упражнений на прогулке в дни физкультурных занятий составляет 6-10 мин. В остальные дни, когда занятия по физической культуре не проводятся, время для проведения подвижных игр увеличивается до 15-20 мин.

На вечерней прогулке можно проводить подвижные игры, как со всей группой детей, так и с небольшими подгруппами, но желательны игры малой подвижности. Для этого времени хороши игры с текстом, с пением, хороводные. Их длительность от 5 до 10 мин.

Наиболее благоприятными сезонами для проведения подвижных игр на воздухе являются поздняя весна, лето и ранняя осень. В это время могут быть использованы игры с самыми разнообразными двигательными заданиями. Однако летом в прохладную погоду проводятся игры, в которых дети должны быть активны; в жаркие, душные дни желательны игры более спокойные, так как малыши быстро перегреваются, потеют, скорее устают, и у них пропадает желание участвовать в этих играх.

Значительные затруднения вызывает проведение подвижных игр с малышами на участке в зимнее время, ранней весной и поздней осенью. Тяжелая одежда и обувь затрудняют их движения, делают неповоротливыми, неловкими. Даже детям четвертого года жизни, имеющим несколько больший двигательный опыт, чем дети третьего года, играть в такой одежде трудно. В этот период возможны самые простые игры с несложными движениями, чаще всего с ходьбой и не слишком быстрым бегом. Большое количество снега на участке ограничивает свободное пространство, поэтому игры с малышами удобнее проводить небольшими подгруппами.

Поскольку в зимнее время многие игры не могут быть проведены на участке с достаточной эффективностью, необходимо во второй половине дня, в свободное от занятий время, иногда проводить подвижные игры в помещении - в групповой комнате, освободив для этого побольше места; по возможности нужно стремиться выйти с детьми в зал, где больше простора и имеются разные пособия, которые можно использовать в игре.

На участке же зимой следует уделить больше внимания созданию условий для самостоятельной двигательной деятельности детей. Для этого нужно расчистить достаточно просторную площадку - сделать постройки из снега (снежные валы, невысокие горки, воротики, лабиринты), а также обеспечить детей игрушками и пособиями, которые будут способствовать активизации их деятельности (вынести санки, лопаты, санки для катания кукол, кукол в зимней одежде и т. п.). Все это будет способствовать активизации самостоятельной деятельности детей, обогащению их двигательного опыта, повышению их интереса к прогулке и более длительному пребыванию на свежем воздухе.



Информацию предоставил инструктор по ФИЗО Долгова М.В.
с сайта: http://www.i-gnom.ru/books/podvizhnyie_igry/podvizhnyie_igry8.html