Доклад из опыта работы

Добрый день уважаемые коллеги! Сегодня я хотела бы поделиться с вами своим опытом работы по теме: **«Подвижная игра как средство формирования двигательной активности дошкольников в условии реализации ФОГС ДО»**

Почему я выбрала именно эту тему?

 По результатам педагогической диагностики развития физических качеств дошкольников мною было выявлено, что у детей дошкольного возраста плохо развита координация движений, дети медленно переключаются с одного движения на другое, неуверенно и не точно выполняют физические задания и игровые упражнения. Не соблюдают правила подвижных игр.

 Всестороннее развитие и воспитание дошкольника невозможно без удовлетворения естественной потребности в движении – двигательной активности, поскольку она влияет и на состояние здоровья, и на работоспособность растущего организма, и на становление познавательных процессов.

 Современные дети все чаще страдают гиподинамией (режим малоподвижности), при которой возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивление организма к изменяющимся внешним условиям. Ограничение их двигательной активности вызвано стремлением насытить мозг ребёнка всё возрастающим объёмом информации: компьютерные игры, просмотр телепередач и видео, дополнительные занятия в кружках и секциях. Даже, если родители занимаются с ребёнком дома, то предпочтение отдаётся «сидячим» играм: лото, шашки, пазлы, конструкторы. При этом не принимается во внимание следующее: стать усидчивым ребёнок может только в том случае, если будет полностью удовлетворена его естественная потребность в движении.

 Согласно пункту 2.6.ФГОС ДО образовательная область «физическое развитие» включает приобретение ребенком опыта «в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений направленных на развитие таких физических качеств как координация движения и гибкость; формирование исходных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами….»

 Я, как инструктор по физической культуре, обязана обеспечить детей рациональным уровнем двигательной активности, и я решила это сделать через подвижную игру.

 **Подвижная игра** – это двигательная деятельность у ребенка, которая может определяться нормами, правилами и выполнением заданий. **Подвижные** игры побуждают ребенка к умственным и физическим усилиям.

 Подвижные игры делят на элементарные и сложные.

\*Элементарные в свою очередь делят на сюжетные и бессюжетные, игры-забавы, аттракционы.

 -Сюжетные игры (например: «Два Мороза», «Где ты хитрая лиса?») имеют готовый сюжет и твердо зафиксированные правила.

-Бессюжетные игры (эстафеты, игры с предметами) и т.д.

\*К сложным подвижным играм относятся спортивные игры (городки, бадминтон, настольный теннис, баскетбол, волейбол, футбол, хоккей). В дошкольном возрасте используются элементы этих игр и дети играют по упрощенным правилам.

 Подвижные игры классифицируются по динамическим характеристикам:

- игры малой подвижности,

- средней,

- большой подвижности.

 Ни для кого не секрет, что многие дети утром с неохотой идут на утреннюю гимнастику: кто то еще не полностью проснулся, у кого то нет настроения и т.д. Что же делать? Я нашла выход из данной ситуации. Утреннюю гимнастику я решила проводить в форме сказок с элементами подвижных игр. В детском саду сказки особенно актуальны и пользуются большим успехом у малышей всех возрастных групп. Например: после вводной части гимнастики разыгрываю сюжет сказки «Колобок» и получается интересная подвижная игра. (пример) Выполняется игра под музыкальное сопровождение. Результат достигнут, дети с огромным удовольствием посещают утреннюю гимнастику, а те дети которых родители не успели привести вовремя очень огорчаются и даже плачут.

 Прогулка один из важнейших режимных моментов, во время которого дети могут в полной мере реализовать свои двигательные потребности. Это благоприятное время для проведения подвижных игр.

 На прогулку педагог должен выносить игры, которые дети изучили на физкультурном занятии, т.е хорошо им знакомы, дети знают сюжет и правила игры. Очень важно при выборе игр на прогулке ориентироваться на климатические условия (лето, осень, зима..) на возрастные особенности детей и их эмоциональное состояние. Игры можно проводить в начале, в середине и в конце прогулки. Выбирая игру нужно учитывать предыдущую деятельность детей. После спокойных занятий (рисование, лепка…) рекомендуются игры высокой двигательной активности, после физкультурного или музыкального занятия игры средней подвижности.

 Чаще всего в летнее время на прогулке я провожу подвижные игры бессюжетные, спортивного характера высокой двигательной активности (где доминирует бег, прыжки, метание), где есть правила но нет ролей: «Вышибало», «Футбол», «Перебежки» и т.д.

Данные игры проводятся с детьми старшего дошкольного возраста.

 С детьми среднего и младшего возраста провожу сюжетные игры: «Кот и мыши», «У медведя во бору», «Хитрая лиса», где присутствует 1-2 роли. Так как у детей младшего возраста кругозор еще не велик, мышление не конкретно, внимание не устойчиво, поэтому им предлагаю игры с простым не сложным сюжетом: «Дождик», «Автомобили», «Воробышки» и т.д. Важно учесть то, что в подвижных играх малышей не должно быть соревновательного характера.

 Подвижные игры на прогулке, как правило, проводятся в первой половине дня, когда организм ребенка более активен. Всей игровой деятельностью руководит педагог. Мы, педагоги должны очень хорошо знать правила игр, давать четкие команды, указания, грамотно делать замечания и поощрять удачное исполнение. Так же обязательно регулировать физическую нагрузку и продолжительность игры. Например, общая продолжительность которой (большой подвижности 2-4 раза, средней 3-5, низкой 4-6раз). В конце игры обязательно нужно подвести итог, обсуждение в интересной форме, чтобы вызвать у детей желание в следующий раз добиться еще лучших результатов. К обсуждению итоги игры я стараюсь привлечь ребят, они с удовольствием анализируют свои ошибки, поступки свои и своих товарищей.

  Чем больше подвижных игр для дошкольников могут предложить взрослые, тем полнее удовлетворяют двигательные потребности малышей.

Ни одно физкультурное занятие не обходится без подвижной игры. Как среди такого многообразия выбрать нужную, интересную?

На физкультурных занятиях я использую подвижные игры разного характера, с разной физической нагрузкой также использую игры авторские. На занятиях в спортивном зале чаще всего я использую игры сюжетного характера, так как они оказывают на детей большое эмоциональное воздействие и тем самым пробуждают интерес к игре в целом. Особенно важно создать интерес в самом начале игры, чтобы придать целенаправленность к игровым действиям, поэтому огромный эффект имеет использование ярких, веселых атрибутов: шапочки, маски. Чем ярче и разнообразнее будет атрибутика, тем выше интерес детей, ведь каждому ребёнку захочется попробовать себя в той или иной роли, поиграть с красочными спортивными снарядами. Подвижные игры обязательно чередую, более динамичные с менее динамичными, от простых действий к более сложным. Усложненные игры вызывают у детей интерес, даже если эта игра им хорошо знакома. Варьируя игру нельзя менять замысел и композицию, но можно:

\* увеличить дозировку (повторение и продолжение);

\* усложнять двигательное содержание (не ходить, а бегать);

\* изменить размещение (не на полу, а на стульчиках);

\* сменить сигнал ( не словесный, а звуковой – свисток, хлопок);

\* усложнить правила (увеличить количество раз игры или игроков).

 Чтобы сделать свои занятия более интересными я стала опираться на сюжеты сказок. Например, сказка «Буратино» -отправляемся с ребятами выручать его. Вводная часть занятия: идем по полю на носочках, на пяточках, так как мы торопимся нужно бежать (выполняем легкий бег) вот оказались мы возле топкого болота (прыжки с кочки на кочку). В болоте живет водяной, и он нас не пускает, что делать, как задобрить водяного? Провожу игру «Водяной». На своем пути мы встречаем лису. Проводится игра «Хитрая лиса», затем встретили кота, игра «Кот и мыши». В конце нашего сказочного путешествия на пути встречается Карабас Барабас и просит с ним поиграть (игра по выбору детей). Между подвижными играми обязательно проводятся динамические паузы (пальчиковая игра, дыхательная гимнастика, минутки релаксации). Все занятие сопровождается музыкальными композициями, стихами, считалочками, игровыми зачинами. Ребята усваивают смысл игры, запоминают правила, учатся действовать в соответствии с выбранной ролью, творчески применяют имеющиеся двигательные навыки и умения, учатся анализировать свои действия и действия свих товарищей. Так же данные занятия с применением подвижных игр пополняют словарный запас детей, обогащают их речь. В процессе игры активизируется память, мышление, воображение.

 Для обеспечения совместной и самостоятельной физкультурной деятельности дошкольников во всех группах созданы спортивные уголки, где имеется все необходимое для игр:

* традиционный спортивный инвентарь (мячи, скакалки, обручи, дуги и т.д.);
* атрибуты, маски, шапочки для сюжетных, подвижных игр;
* нетрадиционное спортивное оборудование, сделанное руками педагогов и родителей (массажные коврики, мешочки, косички, тренажеры);
* созданы картотеки подвижных игр.

 На протяжении многих лет я занимаюсь кружковой деятельностью. Цель, которой содействие правильному физическому развитию детей, укрепление их здоровья, формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия, а также формирование ЗОЖ.

 Основным содержанием программ кружка, являются общеразвивающие и специально подобранные физические упражнения, и подвижные игры.

 На кружковых занятиях я, использую разнообразные методы и формы работы с детьми:

- словесное объяснение;

- показ выполнения;

- игровая форма;

- целесообразное использование оборудования;

- использование повторной наглядной и словесной инструкции;

- использование музыкального сопровождения.

 Для достижения положительных результатов в своей работе я использую различные технологии: игровые, компьютерные, здоровьесберегающие.

 Оформила картотеки игр с детьми от 3 до 7 лет: подвижные игры, игры – эстафеты, спортивные – игры, музыкальные игры. Изготовила альбомы: «Летние подвижные игры», «Зимние подвижные игры».

 Провожу консультации для педагогов: «Использование подвижных игр в коррекции поведения детей», «Подвижные игры для «шустриков» и «мямликов»», «Роль подвижной игры в физическом развитии дошкольников» и т.д.

Особую ценность имеют игры, в которые дети играют вместе с родителями. На протяжении многих лет я практикую совместные спортивные досуги, развлечения и праздники: «Папа, мама, я – спортивная семья», «Дружно скажем спорту – да!», «Олимпиада», «Веселые старты» и т.д.

 Каждый родитель хочет видеть своего малыша здоровым, веселым, физически развитым. Поэтому я использую в своей работе разнообразные методы и приемы по вовлечению родителей в физкультурно – оздоровительную деятельность. Участие в совместных спортивных мероприятиях способствует повышению интереса к занятиям физкультурой, формирует ловкость, выносливость, решительность, как у детей, так и у родителей.

 В процессе работы мною были разработаны памятки и буклеты для родителей: «Развитие двигательных навыков через игру», «Физкультура, я и моя семья», «Движение – это жизнь» и многое другое.

 Провожу мастер – классы для родителей: «Игровая зарядка для малышей», «Изготовление игрушки-тренажера «Бильбоке»», «Нетрадиционное оборудование своими руками «Степы». Семинары – практикум для родителей: «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ», «Роль игры в жизни детей», «Подвижные игры, как средство физического и всестороннего развития дошкольников». Для установления и развития доверительно-партнерских отношений между родителем и ребенком, семьей и педагогами в нашем детском саду функционирует родительский клуб «Мы вместе». В рамках, которого я провела ряд мероприятий: семинар «Игра как основной вид деятельности дошкольников», устный журнал «Здоровье и физическое развитие ребенка», круглый стол «Применение здоровьесберегающих технологий в условиях реализации ФГОС ДО».

 Заключение……

Подводя итог, я сделала вывод, что действенным средством комплексного развития двигательной активности являются подвижные игры различной направленности. Они же в большей степени дают возможность совершенствовать такие качества как ловкость, быстрота, сила, координация и др. Одновременно закрепляются и совершенствуются двигательные привычки. Таким образом, разумное использование резервов игровой двигательной активности – подвижных, оздоровительных игр и игровых упражнений, игр спортивного характера и т.п. – должно стать инструментом действенного снижения негативных последствий различных перегрузок, увеличения уровня ежедневной двигательной активности детей, совершенствования их физических возможностей и интеллектуальных способностей, повышения психоэмоциональной устойчивости и адаптационных резервов организма, с тем, чтобы, в конечном счете, способствовать сохранению и укреплению здоровья.

Хочется отметить и то, что подвижные игры способствуют развитию не только физических качеств но и формирует у детей нравственно – патриотические качества, духовные, гуманность, коллективизм, трудолюбие и таллерантность.

Как сказала Дебора Владимировна Менджерицкая: «Игра это не пустая забава. Она необходима для счастья детей, для их здоровья и правильного развития». Играйте с детьми и будьте здоровы!