



***«Организация спортивных и  
подвижных игр на прогулке»  
(консультация для воспитателей)***

Воспитатель МБДОУ МО  
г. Краснодар «Детский сад № 177»  
Нефедова Л.Н.

Краснодар, 2024

Ежедневное использование подвижных и спортивных игр на прогулке обеспечивает дошкольникам до 40% необходимого суточного объёма движений,

Подвижная игра – важнейший метод и средство физического воспитания детей

По результатам многих исследований, подвижный отдых, организованный на воздухе и заключающийся в играх малой и средней интенсивности, оказывает благоприятное влияние на функциональное состояние центральной нервной системы детей. Это выражается в увеличении показателей умственной работоспособности, улучшении подвижности нервных процессов, развивает все физические качества, силу выносливость, ловкость, гибкость, быстроту движений

Такой же отдых, но не на открытом воздухе, а в помещении не оказывает столь благоприятного влияния на работоспособность детей. Эффект от него ниже чем от любого не организованного отдыха на улице.

Подвижные игры разнообразны по своему содержанию и организации: одни из них имеют сюжет, роли и правила, тесно связанные с сюжетом, игровые действия в них проводятся в соответствии с требованиями, заданной ролью и правилами; другие только двигательные задания, регулируемые правилами.

### **Организация игр на прогулке**

Игры должны проводиться под непосредственным руководством взрослого, что создаёт благоприятные условия для педагогического воздействия на детей.

Использование сюжетных спортивных игр для оптимизации двигательной активности предусматривает умелое руководство ими. Приступая к работе с детьми, воспитатель должен проанализировать состояние двигательных навыков, уровень их общего развития.

Детям робким неуверенным в своих возможностях, воспитатель незаметно, чтобы не страдало их самолюбие, помогает в преодолении трудностей.

Поощрение побуждает ребёнка преодолевать застенчивость и поверить в свои силы. Детей неуравновешенных, легко возбудимых воспитатель должен ставить в такие условия, в которых необходимо проявлять выдержку, самообладание, спокойствие, и тем самым обеспечивает совершенствование тормозных процессов.

И тогда получается что ребёнок, хорошо владеющий движениями, свободнее чувствует себя при решении игровых и двигательных задач.

Воспитателю важно правильно выбрать игру, учесть место и время её проведения, количество участников, имеющиеся у них двигательные навыки, двигательный опыт.

Большую роль играет объяснение игр: оно требует подготовки, целесообразного использования слова, эмоциональной выразительности, умение интонацией выразить главное, пробудить у детей интерес к игре, задать ей соответствующий темп. В ходе объяснения игры перед детьми ставится игровая цель, способствующая оптимизации мысли, осознанию правил, формированию двигательных навыков.

Для привлечения внимания детей можно использовать игрушку «к нам в гости пришёл.....» и т.д.

На участок целесообразно выносить мячи, кегли и другие пособия для игр, дети широко их используют.

Погодные условия играют так же важную роль: т.к. непогода в межсезонье часто вынуждает детей к меньшей подвижности во время прогулки, игры выбираются которые проводятся на ограниченном пространстве: игры с бегом по кругу («Карусель», «Кошки –мышки» и др), с ходьбой между начерченными линиями («Поезд», «Метро»), игры с прыжками в длину с места («Через ручеёк», «Не замочи ног») и др. Тёплые погожие дни дают возможность более свободного выбора игр. Можно проводить игры с бегом на скорость («Кто быстрее к флажку?», «Чьё звено быстрее соберется?»). Широко используются игры с мячом, скакалкой.

Двигательная деятельность детей в зимнее время значительно сокращается, уменьшается и время нахождения ребят на воздухе, что

отрицательно сказывается на их самочувствии и физическом развитии. Нужно помнить, что проведение прогулки зимой на воздухе имеет свою специфику, нужно следить за тем, чтобы дети быстро включались в игру, действовали активно и не простаивали в бездействии на морозе. Для этого следует чаще менять водящих, стараться исключить правила, по которым дети надолго выбывали из игры. Лучше такие игры не проводить.

Наиболее благоприятная погода для проведения игр зимой на воздухе – это температура до -10 градусов без ветра. При температуре ниже -16 проводить игры на воздухе с дошкольниками не рекомендуется.



## Организация подвижных игр на прогулке

### 2 младшая группа

#### Подвижная игра «Лохматый пёс»

Роль персонажа собаки берёт на себя взрослый, когда игра до конца разучена и закреплена, на роль собачки можно назначить ребёнка.

На площадке разложить обручи или начертить черту.

**Атрибуты:** обручи, шапочка собачки.

**Ход игры:** Собачка садится на стульчик или скамейку, закрывает глазки, будто спит. Все дети идут к собачке с противоположной стороны площадки от своих домиков (обручей) и говорят:

Вот сидит лохматый пёс,  
В лапы свой уткнул он нос.  
Тихо, смирно он сидит,  
Не то дремлет, не то спит,  
Подойдём к нему поближе  
И услышим, как он дышит.

После этих слов пёс просыпается и бежит, лая, за детьми. Дети убегают в домики (обручи)

Игра повторяется 2-3 раза

#### Малоподвижная игра: «День и ночь»

Когда воспитатель произносит слово «День» дети двигаются в разных направлениях по площадке, «ночь» - дети приседают и притворяются, как будто спят, сложив ладошки под щёчку.

Игра проводится для успокоения детей после подвижной игры.



## **Старшая группа**

Разучивание игры: «Ловишки с обручем»

**Атрибутика:** обруч

**Ход игры:** С помощью считалочки выбирается водящий, который стоит в центре круга с обручем в руках. Все остальные игроки стоят по большому кругу. С детьми проговариваются правила безопасности. Дети идут по кругу со словами:

«Мы весёлые ребята, любим прыгать и играть.

Ну, попробуй нас догнать! Раз, два, три-лови!»

Дети убегают, а водящий ловит игроков обручем, когда игрок попадает, останавливается и начинает приседать или выполнять какое-нибудь другое движение или задание предлагаемое взрослым.

В конце подсчитываются дети, которые попались. Отмечается водящий, который поймал больше всего детей. Игра повторяется 2-3 раза.

**Закрепление игры: « Мыши и кот»**

Дети стоят в кругу, считалочкой выбирается «кот» дети произносят слова:

Вышли мыши, как-то раз,  
Посмотреть который час  
Раз, два, три четыре  
Мыши дёрнули за гири  
Вдруг раздался страшный звон,  
Мыши бросились все вон.



«Кот» догоняет «мышек» игра повторяется 2 раза

**Малоподвижная игра: « Затейники»**

**Ход игры:** Дети выстраиваются в круг, заранее выбирается водящий

Дети двигаются по кругу и произносят слова: «Ровным кругом друг за другом, мы идём за шагом шаг, стой на месте скажем вместе, сделаем вот так!» и водящий показывает фигуру, потом водящий меняется

Игра повторяется 5-6 раз