

Организация подвижных игр для старших дошкольников

Подвижная игра - незаменимое средство физического воспитания ребенка. Настроение детей во время подвижной игры, их заинтересованность позволяют добиваться высокой двигательной активности.

Значение подвижных игр в точки зрения образовательного процесса заключается в возможности совершенствования основных движений (ходьба, бег, прыжки, бросание, ловля, метание и т.д.), которые дети осваивают на занятиях физической культурой. В подвижных играх создаются благоприятные условия для развития ловкости, быстроты, силы и выносливости. Необходимость соблюдения правил совместной игры способствует воспитанию у детей волевых и нравственных качеств, развивают чувство справедливости и воспитывают честность.

Дети старшего дошкольного возраста имеют свои особенности в физическом развитии, что необходимо учитывать взрослым при создании условий для двигательной активности ребенка. В пятилетнем возрасте двигательные функции формируются особенно интенсивно. Ребенок хорошо различает виды упражнений и с желанием выполняет новые, умеет оценивать качество их выполнения. Знакомые движения дети выполняют в более сложных вариантах и с большей нагрузкой. Дети умеют выполнять движения по собственной инициативе уверенно, точно и достаточно легко. Совершенствуется умение держать равновесие, улучшается координация. Ребенок мысленно может оценить свои действия и последовательность их выполнения. В этом возрасте девочки менее инициативны, нуждаются в помощи взрослого для организации их активной деятельности, мальчики при наличии физкультурного оборудования могут заниматься и самостоятельно.

При организации подвижных упражнений необходимо учитывать возрастные особенности детей от 5 до 7 лет. В подвижных играх для детей старшего дошкольного возраста увеличивается количество игр, в которых нет образов, так как для них занимательность сюжета уже не имеет большого значения. Правила проведения игр усложняются, формируя у ребенка умение управлять своим поведением и контролировать свои эмоции. Теперь детям по силам мгновенно реагировать на изменение игровой ситуации, они проявляют решительность и смелость, выдержку и умеют действовать в соответствии с интересами команды. Взрослый объясняет содержание игры от начала до конца, затем с помощью вопросов уточняет правила, повторяет, если есть в игре, стихотворные присказки, предлагает кому-либо из детей повторить содержание. Во время игры взрослый следит за соблюдением

правил, действиями и взаимоотношениями участников игры. С помощью различных приемов он повышает физическую нагрузку, назначает сразу двух-трех водящих (в этом случае повышается не только физическая нагрузка, но и эмоциональная насыщенность игры), сокращает текст игры, оставляя только слова, начинающие игру и далее только побуждающие к действию. При подведении итога игры необходимо проанализировать, как детям удалось достичь успеха, обязательно привлекая к обсуждению детей. Это приучает их к анализу своих поступков. При повторном проведении игры старшие дошкольники пробуют самостоятельно создавать ее варианты: придумывают новые сюжеты, более сложные правила и задания, создают различные комбинации движений.

В старшем дошкольном возрасте активно используются игры-эстафеты, для участия в которых формируются равные по количеству участников две команды. Взрослый четко и последовательно объясняет содержание и правила игры, условия определения победителя. Взрослый проводит короткую репетицию, чтобы каждый понял, что от него требуется, и приспособился к игре.

Выбор подвижной игры зависит от времени года, погоды, температуры, наличия ветра, имеющегося оборудования. Наиболее благоприятными для проведения подвижных игр являются поздняя весна, лето, ранняя осень. Следует помнить, что в летнее время, когда душно или жарко рекомендуется проводить игры малой подвижности и организовывать их сразу после выхода на прогулку. В зимний период из-за тяжелой одежды и обуви затруднительно проводить на прогулке подвижные игры, для этого времени года больше подходят игры с ходьбой, спокойным бегом и несложными движениями. В дождливую погоду для организации подвижных игр рекомендуется использовать спортивный или музыкальный залы, а для малоподвижных игр возможно использование группового помещения

После приема пищи следует ограничиться играми малой подвижности. Перед занятиями уместны игры средней подвижности. На первой прогулке после занятий можно предложить детям разные по характеру подвижные игры, при этом необходимо учитывать предшествующие занятия. После занятий с малой двигательной активностью (по развитию речи, лепке, рисованию и др.) целесообразно провести игру большой подвижности. После занятий с большой умственной нагрузкой не рекомендуется разучивать новые игры.

Знание взрослыми этапов подготовки и проведения подвижных игр, умение вносить варианты изменения игры в зависимости от физической подготовки детей позволит эффективно организовать их двигательную

активность.

Подготовка к игре включает выбор места, подбор инвентаря, атрибутов, выбор водящего, разметку площадки.

Назначать водящего может взрослый, руководствуясь определенными педагогическими задачами (показать на примере активного, как важно быть смелым, поощрить робкого ребенка,) или с помощью считалочки. Можно предложить детям самим выбрать водящего.

В ходе игр необходимо обеспечить выполнение правил, физическую нагрузку, усвоение движений. Увеличение физической нагрузки может быть обеспечено увеличением расстояний, усложнением правил, увеличением дополнительных водящих. Продолжительность периодов бега в игре должна увеличиваться постепенно, а после пика – снижаться.

Важным условием, вызывающим у детей интерес к игре, должно быть участие заинтересованного взрослого. Это доставляет детям радость, создает положительную эмоциональную атмосферу и способствует вовлечению в игру всех детей. В процессе подвижной игры взрослый должен следить за соблюдением правил, за взаимоотношениями детей, за их состоянием, как эмоциональным, так и физическим.

Во время проведения подвижных игр необходимо обеспечить безопасность условий их проведения, а именно: надежность крепления игрового оборудования, отсутствие опасных предметов на территории участка для игры, контроль за состоянием подходящей обуви и одежды детей. Это обеспечит отсутствие травматизма во время игр.