

# ОРГАНИЗАЦИЯ ИГР и ИГРОВЫХ ЗАНЯТИЙ по ФИЗКУЛЬТУРЕ в ДЕТСКОМ САДУ



Воспитатель подготовительной группы  
Детского сада № 45 «ЖУРАВЛИК»  
Каландадзе Инна Шалвовна

# ВВЕДЕНИЕ



**Физкультурные занятия** – одна из основных форм организации двигательной деятельности ребенка в детском саду. Значительное место на занятиях отводится игре как естественной форме передачи необходимого объема знаний, усвоение двигательных умений и навыков. При построении занятий данного типа следует учитывать принципы дидактического подбора игр, состояние здоровья, уровень двигательной активности и развитие движений дошкольников.



**Движение для каждого человека не только потребность от которой зависит его здоровье, но и важное условие формирования здорового организма, здоровой личности.**



- Для ребенка движение является способом познания мира, умением ориентироваться в нем, средством развития ребенка, как личности. При движении дети испытывают радость.
- Формирование у дошкольников потребности в движении в большей степени зависит от особенностей его жизни и воспитания, от желания взрослых создать им благоприятную атмосферу для своевременного развития у детей ориентации и моторики.



# СТРУКТУРА ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Доступность содержания занятий по физической культуре определяется программным материалом, подобранным с учётом возрастных особенностей детей. Условно занятие делится на три основные части: вводную, основную и заключительную, с определенными функциями.

**Вводная часть (3-5 минут)** настраивает дошкольников на выполнение двигательных заданий, активизирует их внимание и создает положительный настрой. Она включает в себя упражнения в ходьбе (на носках, высоко поднимая колени и т.д.), беге (со сменой направления, приставным шагом, по кругу и т.д.). Дети также выполняют различные виды прыжков, бросание и ловля предметов, построение и перестроение.

**Основная часть (10-12 минут)** отводится на обучение детей основным видам движений с распределением по степени сложности на весь учебный год. Необходимо проявлять индивидуальный подход к детям для успешной реализации этой программы. Для этого необходимо распределить дошкольников на **две группы** (с учетом состояния здоровья и уровнем двигательной активности, развития).

**Заключительная часть занятия (3-4 минуты)** состоит из постепенного перехода от высокой двигательной активности к спокойному состоянию организма (малоподвижные игры, релаксация или хоровод).

## Дошкольники распределяются по двум группам:

**В первую группу** входят дети, имеющие средний показатель двигательной активности с достаточным уровнем развития движений. Им предлагается больше основных движений со средней и низкой степенью интенсивности (80%): упражнения на развитие внимания, точность, ловкость, координацию движений.

**Вторую группу** составляют дети, имеющие слабое здоровье. 80% упражнений у них будет высокой и средней степени интенсивности: быстрота движений, ловкость и выносливость.



Каждая подгруппа занимается по своей программе, направленной на улучшение показателей развития физической активности ребенка.

При подборе игровых упражнений необходимо обратить особое внимание на наличие спортивного и игрового оборудования:



- балансиры, гимнастические мячи (развитие координации движений);
- батуты, утяжеленные мячи весом до 0.5 кг (развитие скоростно-силовых качеств);
-  мячи, обручи, гимнастическая стенка азвитие ловкости и точности выполняемых действий).





# ПОСТРОЕНИЕ ИГРОВЫХ ЗАНЯТИЙ

- Значительное место (60%) отводится игровым занятиям, т.к. они являются естественной формой передачи детям необходимого объема знаний и двигательных умений и навыков. Занятие состоит из 3-5 подвижных игр разной интенсивности. При построении занятий следует учитывать принципы дидактического подбора игр.
- Вводная часть включает в себя игры низкой и средней интенсивности, которые постепенно увеличивают физическую нагрузку на организм ребёнка.
- Основная часть представляет собой одну общую игру для 2-ух подгрупп, и 1-2 игры, поддерживающих объем нагрузки на оптимальном уровне.
- Заключительная часть включает в себя игры низкой интенсивности (ориентирование в пространстве).



*Далее представлены разнообразные игровые занятия по физической культуре с детьми младшего и среднего дошкольного возраста.*



# ИГРЫ И ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ И БЫСТРОТЫ ДВИЖЕНИЙ

## «ЗАЙКА СЕРЫЙ УМЫВАЕТСЯ»

Оборудование: обручи по количеству детей , мягкие модули.

Описание: дети сидят в домиках, сделанных из обручей, - это «зайчики». На противоположной стороне, на мягких модулях, сидят 2 1-2 ребенка – это «волки».

**В.:** - Дети, наступило утро, все звери проснулись, потянулись и сделали зарядку. *(Дети шагают на месте, выполняют упражнения для рук: вперёд, вверх, в стороны, вниз; и приседают. «Зайки» в бодром настроении идут умываться и выполняют имитационные движения в соответствии с текстом).*

**В.:** - Зайка серый умывается, видно в гости собирается. Вымыл носик, вымыл ротик, вымыл ушко, вытер сухо.

По сигналу «волк!» «зайчата убегают в домики, а «волк» выбегает и ловит их.

## «МЯЧ С ГОРКИ»



Оборудование: мячи по количеству детей, наклонная доска или модуль, ворота или туннель, кегли.

Описание: дети скатывают мячи с небольшой горки, бегут за ними, поднимают, и игра повторяется. Ещё один вариант игры, когда дети скатывают мячи с горки, стараясь, чтобы они попали в ворота или туннель. Третий вариант: когда дети скатывают мячи с горки, стараясь сбить кегли, стоящие перед горкой.



# 1. ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ, ЛОВКОСТИ И ТОЧНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИЖЕНИЙ

## «ВЕСЁЛЫЕ ПЕТРУШКИ»

- Оборудование: колпачки (диаметром 20 см), обручи.
- Описание: дети стоят произвольно в зале с закрытыми глазами. Воспитатель одевает им на голову колпачки. Дошкольники открывают глаза и ходят спокойно по залу, стараясь не уронить их. Необходимо перенести колпачки в обручи, которые лежат на противоположной стороне зала.



## 2. ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ, ЛОВКОСТИ И ТОЧНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИЖЕНИЙ

### «ПЕРЕНЕСИ ПРЕДМЕТ»



- Оборудование: геометрические фигурки, колечки, мешочки, платочки, два больших обруча (можно использовать строительный конструктор).
- Описание: на другой стороне зала разложены различные предметы. Дети берут по одному предмету и переносят на другую сторону зала, девочки – в один обруч, а мальчики – в другой. Можно переносить предметы на спине, передвигаясь на четвереньках, либо на голове – стараясь не уронить. Кто больше перенесет предметов - тот выиграл.

### 3. ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ, ЛОВКОСТИ И ТОЧНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИЖЕНИЙ

#### СБЕЙ КЕГЛЮ»

- Оборудование: маленькие мячи, кегли, обручи разного цвета
- Описание: дети стоят в шеренге с мячами. Напротив, на расстоянии 2-3 м, стоят кегли. По периметру зала разложены обручи разного цвета. По сигналу воспитателя дети бросают мячи в кегли. Затем берут сбитую кеглю и ставят её в обруч такого же цвета.



## 4. ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ, ЛОВКОСТИ И ТОЧНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИЖЕНИЙ



### ■ «СПАСАЕМ ИГРУШКИ»

■ Оборудование: круги, кольца и игрушки.

■ Описание: В зале разложены в ряд круги и кольца на расстоянии 40 см один от другого. На другой стороне зала стоят игрушки. В центре зала – «болото». Воспитатель говорит детям, что нужно спасти игрушки, вынести их из «болота». Идти через него нужно по «кочкам» (кругам, кольцам). Дошкольники берут игрушки и возвращаются обратно.



## ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ

- Оборудование: кегли, кубики и колечки.
- Описание: дети разбиваются на три группы с разным числом участников. Каждому участнику подгруппы даётся один из одинаковых предметов. В начале задания дети встают на свое место в зале, отмеченное таким же предметом, что и у них в руках. По первому сигналу они разбегаются по залу, делая произвольные движения с предметами; по второму сигналу возвращаются на своё место и выстраиваются в колонну. Также можно им предложить после второго сигнала закрыть глаза. Воспитатель перекладывает предметы, лежащие по залу. По третьему сигналу дошкольники открывают глаза, находят свой предмет и бегут к нему, затем выстраиваются там в



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основой игровых занятий должна быть целостность ситуации, объединяющая части одним игровым сюжетом.



Эти занятия дополняются тематическим материалом, который направлен на обучение детей игр с мячом и обручем, ходьбе на лыжах и т.д.

Они проводятся на свежем воздухе.

