

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка – детский сад №4 «Одуванчик»
города Новоалтайска Алтайского края

Мастер-класс для педагогов
«Подвижные игры на прогулке»

Составила:
воспитатель
первой квалификационной категории
Колмакова Елена Вячеславовна

2023г.

Цель: расширять и систематизировать представления педагогов о подвижных играх, как о форме приобщения детей к здоровому образу жизни.

Задачи

1. Закрепить знания участников мастера – класса об организации и проведении подвижных игр.
2. Повысить профессиональную компетентность участников мастер – класса.

Материалы: мячики; кубики, кегли, цветные снежки (любые мелкие предметы), шапочка повара и/или фартук; ведёрко или корзинки, две шапочки деда Мороза.

Ход мастер- класса

Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня мастер - класс будет посвящен подвижным играм на прогулке и их значению в приобщении к здоровому образу жизни дошкольников.

Уважаемые коллеги! Я предлагаю вам встать в круг, передавая мячик, друг другу, поделитесь секретами сохранения и укрепления своего здоровья (Участники мастер – класса выполняют задание)

Прогулка является надежным средством укрепления здоровья и профилактики утомления. Пребывание на свежем воздухе положительно влияет на обмен веществ, способствует повышению аппетита. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям. Прогулка — это элемент режима, дающий возможность детям в подвижных играх, разнообразных физических упражнениях удовлетворить свои потребности в движении.

Подвижные игры просто необходимы детям дошкольного возраста - они развивают координацию, благотворно влияя на вестибулярный аппарат, стимулируют кровообращение, укрепляя сердечно-сосудистую систему, способствуют формированию правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям.

Подвижные игры принято делить по степени вызываемого у детей мышечного напряжения: на игры большой, средней и малой степени подвижности. Большая подвижность — участвует вся группа (бег, прыжки, «Ловишки», «Пятнашки»); средней подвижности — активно участвует вся группа, но характер движений относительно спокойный (ходьба, передача предметов); малой подвижности — движения выполняются в медленном

темпе, к тому же интенсивность их не значительна (игра с ходьбой, игры на внимание, «Пузырь», «Найди и промолчи»).

При организации п/и на прогулке необходимо учитывать:

1. Какие занятия предшествовали. Если физкультурное, то на прогулке можно поиграть в одну подвижную и одну малоподвижную игру, если музыкальное, то можно играть в две подвижные и одну малоподвижную игру.

2. Погодные условия, время года, если холодно (больше движений), жарко (игры малой подвижности).

3. Учитывать степень двигательной активности каждого ребёнка.

Каждая игра начинается с выбора водящего. В младшем возрасте водящего назначает воспитатель, в среднем и старшем возрасте можно использовать считалку.

Собирать детей надо быстро (1—2 мин), потому что всякая задержка снижает интерес к игре.

Игровой деятельностью детей руководит воспитатель. Играя с младшими детьми, он действует наравне с ними, нередко выполняя главную роль, и в то же время руководит игрой. В средней и старшей группах воспитатель вначале тоже выполняет главную роль сам, а затем передает ее детям. Он участвует в игре и тогда, когда не хватает пары.

У детей младшей группы кругозор еще не велик, мышление конкретно, внимание неустойчиво, поэтому им даются игры с простым, несложным сюжетом. Движения, которые входят в игры: ходьба, бег, прыжки, и т.д. В играх малышей отсутствует элемент соревнования.

В средней группе также даются игры, сопровождающиеся текстом, причем исполнение текста может быть хоровым; например, в играх «У медведя во бору», «Лохматый пёс», «Тиши мыши» и т.д. Текст дает ритм движению, помогает развитию речи у детей; окончание текста служит сигналом к прекращению действий или к началу новых движений. Дети старшего возраста более самостоятельны и активны, чем малыши. Их движения становятся более точными, поэтому можно проводить игры и забавы с более сложными двигательными заданиями. В старшей группе даются разного рода «ловишки», игры с мячом и т.д.

Правила в старшей группе усложняются. Выполнение правил требует от детей выдержки, сосредоточенности внимания, наблюдательности, ловкости.

Всем известны такие игры, как «Цепи кованы», «У медведя во бору», «Красочки в коробочки». Я сегодня предложу вам новые игры, которые вы возьмёте себе на вооружение.

Для начала предлагаю небольшую разминку

«Здравствуй»

Здравствуй, солнце золотое!

Поднять руки вверх

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок

Покачать руками

Здравствуй, маленький дубок

Присесть

Здравствуй, утро!

Встать, развести руки в стороны

Здравствуй, день!

Нам здороваться не лень.

Повороты, руки на пояс

Мы живём в родном краю,

Всех я вас приветствую!

Обняться друг с другом.

«Повар и котятка» (для детей 2-6 лет)

Дети выбирают ведущего — «повара» и очерчивают его кругом. «Повар» становится в центр этого круга, там же лежат подготовленные заранее цветные снежки, мячи, кубики, кегли или другие мелкие предметы на выбор.

Все участники по сигналу ведущего ходят по кругу и приговаривают: «Плачут маленькие киски, повар взял у них сосиски. Сейчас мы повара найдем и сосиски отберем».

После этих слов игроки пытаются стащить из круга какой-нибудь предмет, а «повар» их ловит. Пойманные игроки выбывают.

Тот, кого «повар» так и не смог поймать, становится новым ведущим.

«Два деда Мороза» (для детей 3-5 лет)

Дети делятся на две группы, располагаясь в противоположных сторонах площадки для игры, между ними двое взрослых (деды Морозы). Вместо второго Мороза можно взять ребёнка.

Деды Морозы:

Мы — два брата молодые

Два Мороза удалые:

Я — Мороз Красный Нос,

Я — Мороз Синий Нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?»

Дети:

«Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз!»

Дети перебегают из одной стороны в другую, Морозы их ловят.

«Пришла зима» (Для детей 2-5 лет)

Задача участников этой игры — быстро и четко показывать то, что говорит ведущий. Все игроки выстраиваются в большой круг. Ведущий

говорит: «Пришла зима» — все прыгают на месте. По команде «Пошел снег» все должны встать на месте и покружиться вокруг себя, подняв руки вверх. Команда «Завыла вьюга» — все бегут по кругу.

По сигналу ведущего «Началась метель» игроки стараются идти на полусогнутых ногах. «Намела метель сугробов» — все должны присесть, наклонить голову и обхватить ноги руками. Сначала ведущий произносит команды медленно, затем все быстрее и быстрее. Участник, который замешкался или выполнил другое действие, выбывает из игры.

«Ловцы снега» (игра для детей 5-7 лет)

Все участники игры делятся на команды. От каждой команды выбирается ловец снега. Ловец берет ведро и становится на противоположной линии от метателей, выстроенных в колонны. По сигналу ведущего игроки, стоящие первыми, должны забросить снежок в ведро ловца. Ловец может помочь

своей команде, но ему нельзя двигаться с места. Команда, забросившая снежок, получает очко. Затем ведущий дает сигнал следующему игроку, и так, пока все игроки не поучаствуют в процессе.

Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.

«Дрозд» (игра малой подвижности 2-4 лет)

Дети распределяются по парам. Игра сопровождается текстом: «Я – дрозд, ты – дрозд, у меня - нос, у тебя – нос (каждый указывает сначала на свой нос, затем на нос партнёра), у меня – гладкие, у тебя – гладкие (указывает на щёки), у меня сладкие, у тебя – сладкие (указывает на губы), я твой друг и ты мой друг». Все обнимаются. Затем пары меняются.

И в заключении, для того чтобы выбрать ведущего для игры, можно использовать считалки. Ведущим считается тот, на кого выпало последнее слово.

Начинается считалка:

На берёзу села галка,
Две вороны, воробей,
Три сороки, соловей.

Раз, два, три, четыре!
Жили мышки на квартире,
Чай пили,
Чашки били,
По три денежки платили!

Кто не хочет платить-
Тому и водить!

Жили-были сто ребят.
Все ходили в детский сад,
Все садились за обед,
Все съедали сто котлет,
А потом ложились спать-
Начинай считать опять.

Куба-куба-кубака,
Больно ямка глубока.
Там мышки сидят,
Всё на солнышко глядят.
И считают: раз, два, три-
В этот счет выходишь ты!

Черепаша хвост поджала
И за зайцем побежала.
Оказалась впереди,
Кто не верит-выходи!