

ТЕМАТИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
«Игровые технологии в системе
физического воспитания детей
дошкольного возраста»

ноябрь 2021

Игра – это самая свободная, естественная форма погружения дошкольника в реальную (или воображаемую) действительность, с целью её изучения, проявления собственного «Я», творчества, активности, самостоятельности, самореализации.

Игра снимает напряжение, способствует эмоциональной разрядке, помогает ребёнку изменить отношение к себе и другим, изменить способы общения, психическое самочувствие.

Игровые технологии широко применяются в дошкольном возрасте, так как в этот период игра является ведущей деятельностью.

Игровая форма непосредственной образовательной деятельности создается игровой мотивацией, которая выступает как средство побуждения, стимулирования детей это система деятельности, основанная на определенной идее, принципах организации и взаимосвязи целей, содержания и методов образования.

Образовательная технология – это система деятельности, основанная на определенной идее, принципах организации и взаимосвязи целей, содержания и методов образования.

Игровая технология включает в себя достаточно обширную группу методов и приёмов организации педагогического процесса в форме различных игр.

Игровая технология имеет чёткую последовательность действий:

- отбор материала;
- разработка и подготовка игры;
- включение детей в игровую деятельность;
- осуществление самой игры;
- подведение итогов;

Игровые технологии используются:

- для развития физических качеств,
- для обучения двигательным действиям,
- для формирования умений и навыков в выполнении физических упражнений
- для активизации и совершенствования основных психических процессов
- для увеличения положительных эмоций от занятий физической культурой
- для повышения интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Игровая технология используется в следующих случаях:

- в качестве самостоятельных технологий для освоения движений определённого вида;
- как элементы более обширной технологии;
- в качестве занятия или его части;
- как дополнительное образование.

Характерные признаки игровых технологий:

- присутствие соперничества и эмоциональность в двигательных действиях;
- непредсказуемая изменчивость, как условий, так и действий самих игроков;
- проявление максимальных физических усилий и психического воздействия;
- применение разнообразных двигательных навыков, целесообразных в конкретных условиях игры.

На данный момент в практике физического воспитания детей дошкольного возраста существует несколько игровых технологий:

- Фитбол - гимнастика
- Степ - аэробика
- Танцевально - ритмическая гимнастика
- Игроритмика
- Игроритмика
- Игrogимнастика
- Игротанец
- Игровой самомассаж

- Пальчиковая гимнастика
- Музыкально-подвижные игры
- Креативная гимнастика
- Игровой стретчинг
- Игры-путешествия

Рассмотрим поподробнее эти виды игровых технологий и опробуем некоторые из них.


1. Фитбол-гимнастика

Фитбол – это аэробика с использованием мячей диаметром от 55 до 70 см. Эти мячи вносят игровой момент в занятие, а также создают неповторимый эмоциональный подъем. Они имеют ярко выраженный лечебный эффект. Задача состоит в развитие гибкости, подвижности суставов, укрепление мышц без нагрузки на позвоночник, мягкая растяжка - все это прекрасно осуществляется с помощью мяча. Упражнения на мяче укрепляют все основные группы мышц, способствуют развитию выносливости, силы, координации движений. Формируют правильную осанку, заряжают энергией. Занятия в сочетании с движениями и музыкой развивают творческие способности, раскрывают природный потенциал детей, формируют положительные эмоционально-волевые качества: саморегуляцию, настойчивость, уверенность, оптимизм, смелость, выдержку, справедливость. Ребята получают приятные эмоции от общения с фитболами, победы над своим неумением, понимания того, что они делают что-то очень важное для своего здоровья.

(Упражнения на мяче сидя, наклоны в сторону, круговые движения тазом, сидя ноги отрывая от пола ставим в стороны, лежа на животе, прокатываемся вперед-назад, лежа на животе сгибаем ноги к попе, прыгаем на мяче вокруг себя, ноги на фитболе все мячи в середине поднимаем ногу правую-левую. также можно выполнять упражнения на фитболе с различными предметами, сидя на пятках мяч впереди отдых)

2. Степ-аэробика

Танцевальная аэробика с применением специальных платформ - степов. Может проводиться как дополнительная образовательная услуга. Проводится под музыку с использованием игровых



упражнений. Упражнения на степе тренируют сосудистую систему, усиливают обмен веществ в организме, влияют на сердце и лёгкие, увеличивая потребность организма в кислороде, улучшают психологическое и эмоциональное состояние ребёнка.

3. Танцевально-ритмическая гимнастика

Представляет собой образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Суть танцевально-ритмической гимнастики состоит в единстве воздействия на организм и личность ребенка движений, музыки и сюжета, как основы, которая представляет интегрированную систему активной двигательной деятельности детей, направленную на формирование физической культуры личности.

4. Игровая гимнастика

Служит основой для усвоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков. В раздел входят строевые, общеразвивающие упражнения, акробатические, направленные на расслабление мышц, дыхательные и укрепление осанки разнообразные жесты, танцевальные движения и т.д.

5. Игровой стретчинг

Основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Образно-подражательные движения развивают творческую, двигательную деятельность, творческое мышление, двигательную память, быстроту реакции, ориентировку в движении и пространстве, внимание.

Упражнения стретчинга носят имитационный характер и выполняются в ходе физкультурного занятия. Упражнения выполняются в медленном, а значит, безопасном ритме. Начинать занятия с детьми игровым стретчингом лучше всего со старшего дошкольного возраста. К 5 годам у ребенка формируется наглядно-образное мышление, что позволяет с наибольшей эффективностью выполнять имитационные движения, наиболее точно и эмоционально выразительно. Ребенок способен контролировать свои действия по словесному указанию взрослого. Каждое упражнение повторяется 4-6 раз.

6. Игроритмика

Является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. Многократное повторение элементов в ритм музыка объединяется в музыкально-ритмический комплекс.

В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры. Современные ритмические танцы, используя ленты, мячи, флажки.

7. Игротанец

Игротанец – танец, в котором несложные движения, обозначающие какие-либо движение, объединены единым сюжетом. Такой танец можно включать в праздники и развлечения даже без подготовки. Движения его просты, порядок их запоминается благодаря сюжету, их легко комментировать, вместе с детьми его с удовольствием будут танцевать все.

8. Креативная гимнастика

Это – музыкально-творческие игры, образно-игровые движения (упражнения с превращениями), специальные задания, способствующие развитию выдумки, творческой инициативы, для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения.

Упражнения: - «выразительная ходьба» (ходьба с закрытыми глазами; с концентрацией внимания на телесных ощущениях при вхождении в образ: «усталость», «бодрость», «напряженность», «страх», «расслабленность»).

- «создай образ предмета» (имитация движения неодушевленных предметов (паровоз, башенный кран, ножницы, циркуль).

- «пробеги как...» (вхождение в образ различных животных).

- «придумай свой прыжок».

- «проползи как ...» (змея, жук, следопыт).

- игровые задания: «сад скульптур», «театр поз»)

9. Игровой самомассаж

Является основой для закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитию навыков собственного оздоровления.

При **игровом самомассаже** для частей тела можно использовать следующие приемы:

1. Поглаживание
2. Растирание
3. Пиление
3. Разминание
4. Поколачивание
5. Пощипывание

Массаж шариком (выполняем движения шариком, в соответствии с текстом)

Сказка про «Маленького Ёжика»

Катится колючий ёжик, нет ни головы, ни ножек

По ладошке он бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.

(шарик между ладошками)

Мне по пальчикам бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Бегает туда-сюда, мне щекотно, да, да, да.

(движения по пальцам)


Уходи колючий ёж в тёмный лес, где ты живёшь!

(пускаем по столу и ловим подушечками пальцев)

10. Пальчиковая гимнастика

Пальчиковая гимнастика для детей – это пассивные или активные движения пальцами рук. Этот метод развития детей может быть представлен несколькими видами: массаж, пальчиковые упражнения с предметами и материалами, детские пальчиковые игры в сопровождении рифмованных текстов движениями. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию и речь.

11. Музыкально-подвижные игры



Содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели.

12. Спортивные игры

Используются лишь некоторые элементы техники спортивных игр, доступные и полезные детям дошкольного возраста. На основе этих, разученных детьми, элементов, могут быть организованы и игры, которые проводятся по упрощенным правилам. Спортивные игры укрепляют крупные группы мышц, развивают психофизические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость.

13. Игры-путешествия

Они включают все виды подвижной деятельности, используя средства всех разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать, кем мечтаешь, побывать, где захочешь и увидеть, что пожелаешь. Такие занятия отличаются от классических высоким эмоциональным фоном, способствующим развитию мышления, воображения, эмоционально-двигательной сферы и творческих способностей детей.

Преимущества физкультурных занятий с использованием игровых технологий по сравнению с традиционными занятиями в том, что:

- повышается двигательная активность и степень участия в занятии каждого ребенка;
- у старших дошкольников формируется устойчивый интерес к двигательной активности, развивается двигательное творчество;
- ненавязчиво формируется культура здоровья, которая позволяет ребёнку творить самого себя в той деятельности, которая приносит ему наибольшее удовлетворение и удовольствие;
- физическая нагрузка воспринимается детьми легко и с интересом (они не испытывают усталости);
- создается и поддерживается оптимальный психологический комфорт.

Вышеперечисленные технологии используют на занятиях следующим образом:

в *вводной* части физкультурного занятия необходимо не только разогреть мышцы и суставы, но и «настроить» чувства, т.е. подготовить детей эмоционально к предстоящему занятию при помощи «эмоциональной разминки». Проводя «эмоциональную разминку», наша задача:

- научить воспитанников «вслушиваться» в ощущения, возникающие в мышцах при выполнении физических упражнений, наслаждаться этими ощущениями, запоминать их. В этом могут помочь упражнения, которые дают образное представление о формах движения, выражающих эмоциональное состояние души (например, «Грустный и веселый», «Гномы и великаны», «Холодно – жарко» и т.д.). А это, по существу, слово, ставшее видимым в жесте, мимике, движениях тела.

В зависимости от того, в каких формах проявляются движения - пластически-округлые, плавные или, наоборот, резкие, угловатые, прямолинейные, можно судить о состоянии души. Поэтому на физкультурных занятиях, проводимых под музыкальное сопровождение, можно использовать красочные рисунки, световые и цветовые эффекты, подчеркивающие сущность выполняемых упражнений и вызывающие эмоциональный подъем. Все это помогает гармоничному развитию личности ребенка.

