

**Автор-составитель: заместитель заведующего МБДОУ детским садом № 444 по воспитательной и методической работе  
Кучина Екатерина Андреевна**

**Рекомендации  
по проведению занятия физической культурой  
на основе подвижных игр  
в летний оздоровительный период**

**Основные цели проведения занятия физической культурой на основе подвижных игр:**

- повышение, оптимизация двигательной активности детей,
- содействие дальнейшему закреплению двигательных навыков, развитию основных движений детей
- развитие физических качеств детей,
- улучшение здоровья детей.

✓ важно сформулировать цели и задачи занятия, определить программное содержание, что позволит составить оптимальный набор подвижных игр на занятии

✓ необходимо соблюдать структуру традиционного занятия:

- вводная (вводно-подготовительная) часть
- основная часть
- заключительная часть

✓ в процессе вводной части целесообразно использовать подвижные игры малой подвижности, что позволит:

- организовать детей,
- создание у детей настроенности к предстоящей физической нагрузке, мотивировать на предстоящую деятельность,
- провести разминку, подготовить организм к активным движениям

✓ в процессе вводной части лучше использовать бессюжетные игры

✓ в процессе основной части целесообразно использовать подвижные игры средней и высокой подвижности, что позволит:

- обеспечить оптимальный уровень физической нагрузки, необходимую моторную плотность деятельности детей,
- способствовать развитию основных движений, вырабатывать умение использовать их в игровой деятельности,
- решать задачи повышения функциональных возможностей организма детей, развивать физические качества детей

✓ важно чередовать виды деятельности детей: более интенсивные упражнения чередуются с менее интенсивными, что позволяет поддерживать высокую работоспособность детей на протяжении всего занятия

- ✓ в целях повышения двигательной активности детей, проигравшие выходят из игры не более чем на одно повторение. В игре не должно быть длительных остановок, перерывы между повторениями 15-20 сек.
- ✓ в заключительной части целесообразно использовать подвижные игры малой подвижности, что позволит:
  - восстановить дыхание,
  - снизить активность детей,
  - подготовить детей к рефлексии занятия
- ✓ в вводной и заключительных частях возможно чередовать подвижные игры с упражнениями на выполнение основных движений, что позволит сконцентрировать внимание детей на правильности выполнения движения, а затем более осознанно использовать его в подвижной игре (например, метание).  
При этом важно давать указания к качеству выполнения движений
- ✓ важно подбирать уже знакомые детям игры, что позволит:
  - не тратить время на разучивание,
  - сохранить интерес детей к деятельности,
  - не нарушить моторную плотность занятия
- ✓ начиная подвижную игру, важно обязательно объяснять, напоминать правила игры (кто-то из детей может забыть правила, а кто-то и не знать вовсе), а затем следить за точным выполнением правил, давать точные указания к действиям
- ✓ возможно ограничить площадь проведения игры, что позволит не разбегаться детям из поля зрения воспитателя, избежать наталкивания детей на посторонние предметы (горки, качели, скамейки и проч.), а также позволит тревожным детям чувствовать себя более уверенно
- ✓ важно подготавливать необходимые атрибуты для каждой подвижной игры
- ✓ во время занятий на воздухе необходимо уделять внимание носовому дыханию
- ✓ во время игр и проведения основных движений дети одеты в обычную одежду для прогулок, поэтому воспитатель должен следить, чтобы они не перегревались.  
При большой активности детей в игре можно несколько удлинить перерывы между повторениями, обсудив в это время действия детей и допущенные ими ошибки.  
В сырую и ветреную погоду нужно увеличить активность детей, выбрав для игры большую по размерам площадку, сокращая время между повторениями
- ✓ в процессе рефлексии важно вспомнить игры, обсудить что удалось и почему, почему игра была интересной детям

МБДОУ детский сад № 444

Конспект открытого занятия  
по физической культуре  
на основе подвижных игр  
в летний оздоровительный период

для детей среднего дошкольного возраста  
**«Учимся играть дружно»**

Составил: воспитатель I категории  
МБДОУ детского сада № 444  
Кудрявцева Елена Валерьевна

2013 год

**Конспект занятия физической культурой  
на основе русских народных подвижных игр  
для детей среднего дошкольного возраста  
«Учимся играть дружно»**

**Цели и задачи:**

- приобщать детей к русской народной культуре
- развивать внимание, память
- развивать физические качества: ловкость, быстроту
- развивать основные движения: ходьба, прыжки на двух ногах, бег
- развивать умение бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга
- развивать дружеские отношения
- закреплять представления об окружающем (летающие и нелетающие объекты)

**Атрибуты:**

- косынка (для игры «Жмурки»)

Здравствуйте, ребята! Сегодня наше занятие - не совсем обычное. Я хочу вас познакомить с русскими народными играми, в которые играли наши мамы и папы, дедушки и бабушки. Вы уже знаете русские народные песни и танцы. Вспомните и назовите. Также с детства вам много рассказывали и читали русских народных сказок. Какие вы помните? Молодцы!!! А сегодня я вас научу играть в русские народные игры. Почему же эти игры называют русскими народными, как вы думаете? Правильно! Потому что, как и в случае со сказками и песнями автор нам неизвестен, то есть мы не знаем точно, кто придумал ту или иную игру, вот и считаем, что они созданы народом. Но вы знакомы с некоторыми из них уже давно. Например: «Гуси-лебеди», «У медведя во бору», «Совушка». Да, ребята, это всё – русские народные игры.

А сейчас мы проведём **разминку в виде игры «3-13-30»**.

На число 3 - вы идёте шагом, на число 13 - прыгаете на двух ногах вперёд, а на число 30 - бежите лёгким бегом. 2-3 мин.

Строимся в 2 колонны. А теперь я вам расскажу **правила игры «Ручеёк»**. Наши пары возьмутся за руки и поднимут их высоко над головой, образуя длинный коридор. Игрок, кому пара не досталась, идет к «истоку» ручейка и, проходя под сцепленными руками, ищет себе пару. Взявшись за руки, новая пара пробирается в конец коридора, а тот, чью пару разбила, идет в начало «ручейка». И проходя под сцепленными руками, уводит с собой того, кто ему симпатичен. Так раньше молодые парни и девушки играли, проявляя свои симпатии друг к другу.

А ещё раньше не было телевизоров, радио и компьютеров, но ребятам как-то нужно было себя развлекать и веселить, пока взрослые трудились в огороде и в поле. Вот на этот случай у них была **игра «Бабка - Ёжка»**. Послушайте правила. Построим круг. В круг становится водящий - Бабка - Ёжка. Вокруг бегают играющие и дразнят ее:

Бабка-Ёжка

Костяная Ножка

С печки упала,

Ногу сломала,

А потом и говорит:

— У меня нога болит.

Пошла она на улицу

— Раздавила курицу.

Пошла на базар

— Раздавила самовар.

Бабка-Ёжка скачет на одной ноге и старается кого-нибудь коснуться. К кому прикоснется — тот и замирает. В конце игры мы посчитаем, кого же смогла «заколдовать» Бабка-Ёжка.

Ну, а **какие же игры без «Жмурок»**. Выберем водящего считалочкой.

Шла кукушка мимо сети,  
А за нею малы дети.  
Кукушата просят пить.  
Выходи — тебе водить!

Водящему завязываем глаза и раскручиваем его под стишок:

- Кот, кот, где стоишь? - На мосту. - Что пьешь? - Квас. - Лови мышей, а не нас!

Все разбегаются, а водящий старается их поймать. Играющие дразнят водящего: подбегают к нему близко, хлопают в ладоши, топают, кричат. Водящий, поймав игрока, должен на ощупь отгадать его. Первый пойманный и угаданный игрок теперь водит.

Давайте построимся в колонну. И последняя **игра**, с которой я вас познакомлю, называется «**Летает - не летает**». Когда я называю то, что летает, вы будете поднимать руки вверх, а когда то, что не летает – прячьте руки за спину. Кто ошибётся, тот выбывает из игры. А кто продержится до самого конца, тот будет считаться самым внимательным. Начали!

Ребята, вы все сегодня большие молодцы!!! Вам понравилось наше занятие? Какие русские народные игры мы с вами сегодня вспомнили? В какую игру вам понравилось больше всего играть? Хорошо.

На этом наше занятие закончено!