



**Составил: инструктор по физической культуре МАДОУ ДС № 49 «Родничок»**

**Пахомова А.А.**



**Среди детских интересов игра стоит на первом месте. Важно всячески поддерживать интерес к играм.**

**Подвижная игра – одно из средств всестороннего воспитания детей дошкольного возраста. Характерная ее особенность – комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка. В игре одновременно осуществляется физическое, эстетическое, нравственное и трудовое воспитание.**

#### Оздоровительные задачи подвижных игр

**Благоприятное влияние на рост**

**Развитие и укрепление костно- связочного аппарата**

**Формирование правильной**

**осанки**

**Повышают функционал ьную**



**деятельность организма**

**Укрепляют мышечную систему**



#### Система работы по формированию

**физических качеств**

* на физкультурных занятиях, утренней гимнастике,
* физкультурных досугах,
* физкультурных праздниках,
* днях здоровья,
* каникулах,
* в индивидуальной работе.



# Формирование быстроты

**СоИгры, требующие мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы, игры с внезапными остановками, задержками и возобновлением действий, с преодолением небольших расстояний в кратчайшее время.**

**«Перемени предмет», «Чье звено быстрее соберется», «Ловишка (ноги от земли), «Веселые соревнования», «Догони свою пару», «Кто скорее докатит обруч до флажка», «Не намочи ног»,**

**«Вызов номеров», «Черные и белые», «Волки и овцы», «Простые пятнашки», «Лови мяч», «Гонка мячей по кругу»,, Охота на уток»,**

**«Мяч среднему»**



**Формирование ловкости**

**используются игры, побуждающие быстро переходить от одних действий к другим в соответственно**

**изменяющейся**

**обстановке.**

**«Ловишка с ленточкой»,**

**«Зоркий глаз»,**

**«Падающая палка»,**

**«Мяч над веревкой»,**

**«Бомбардиры», «По**

**наземной мишени».**

**Формирование силы**



**Длигры, требующие**

**проявление**

**кратковременных скоростно-силовых**

**напряжений, умеренных по нагрузке.**

**(«Ловля обезьян», «Перелет птиц», «Кто дальше»,**

**«Толкание ядра»,**

**«Перетягивание», «Кто сильнее», «Удержись в круге», «На прорыв»,**

**«Крепче круг», «Бой петухов», «Бег на руках**

## Формирование выносливости



**Развитию выносливости способствуют игры с неоднократными**

**повторениями действий, с непрерывной двигательной деятельностью, связанных со значительной затратой сил и энергии.**

**«Рыбаки и рыбки», «Кто быстрее» «Перехват мяча»,**

**«Тигробол, «Выбивалы»,**

**«Скачки», «Сумей догнать»,**

**«Два Мороза», «Лягушки и цапли», «Регби», «Футбол на спине»**

## Формирование гибкости



**Совершенствование гибкости**

**происходит в играх, связанных с частым изменением**

**направления движений. «Кто быстрее передаст»,**

**«Кто быстрее»,**

**«Мостик и кошка»**



# Дидактические игры

**Расширение знаний детей о видах спорта**

**Развитие восприятия,**

**памяти, мышления, воображения**

**Обогащение и активизация словаря**

**Сформированная посредством использования**



**дидактических игр по физическому воспитанию и ЗОЖ система знаний будет способствовать решению ряда**

**задач:**

**Повышение мотивации к занятиям**

**физическим и упражнения ми**

**Повышение эффективно сти**

**освоения двигательн ых действий**

**Формирование основы для самостоятельн ых занятий**

**физическими упражнениям и**

1. **Определи, к какому виду спорта относится**



**спортивный инвентарь и оборудование (соедини линией).**







1. **Соедини линией спортивный**



**инвентарь с видом спорта**.





### Соедини линией виды спорта со спортивным инвентарем.



1. **Определи, где изображение с ситуацией вредной для здоровья, а где с изображением**



**ситуации, полезной для здоровья. Отметь знаком**

**4 изображения, полезной для здоровья**

**4**



### Обведи летние виды спорта красной



**линией, а зимние – синей**





1. **Найди лишнюю картинку.**



1. **Помоги хоккеисту собраться**



## на игру.





### Обведи командный вид спорта



**зеленой линией, а одиночный синей.**



#### Отметь красным цветом картинки, где



**одним из видов физических упражнений являются - прыжки.**



1. **«Четвертый лишний». Найди среди картинок,**



**изображающих физические упражнения, лишнюю картинку и отметь любым знаком.**



1. **Соедини линией спортивный инвентарь с**



**картинкой, где изображено выполнение**

**упражнений с этим спортивным инвентарем.**



1. **Отметь цифрой правильное расположение картинок режима дня**



1. **Назови где овощи, а где фрукты. Опиши овощ**



**или фрукт. (Какой формы? Какого цвета?)**



1. **Выбери и отметь любым знаком только картинки**



**с предметами личной гигиены, помогающими ухаживать за телом.**



1. **Отметь полезные продукты зеленым цветом, а вредные продукты –синим цветом.**



# Работа детей

 



# Работа детей





**Работа детей**



**Компьютерные дидактические игры, включенные в систему**



**обычных игр, вносят свой вклад в совершенствование**

**воспитания и всестороннее развитие творческой личности ребенка**.





# Вопросы к детям

* **Какие виды спорта ты знаешь?**
* **Какой спортивный инвентарь используют в футболе?**
* **Какой спортивный инвентарь используют в теннисе?**
* **Какой спортивный инвентарь используют в спортивной гимнастике?**
* **Какой спортивный инвентарь используют в игре бадминтон?**
* **Как ты думаешь, что можно назвать полезным для здоровья?**
* **Как ты думаешь, что можно назвать вредной для здоровья?**
* **Назови летние виды спорта?**
* **Назови зимние виды спорта?**
* **Какое спортивное оборудование нужно хоккеисту?**
* **Какие ты знаешь командные виды спорта?**
* **Какие ты знаешь одиночные виды спорта?**
* **Каких известных спортсменов России ты знаешь?**
* **Какие физические упражнения ты знаешь?**

**Используя рабочую тетрадь «Дидактические игры**



**по физическому воспитанию и здоровому образу жизни и работу на интерактивной доске у детей:**

* **Повышается уровень знаний по физическому воспитанию и**

здоровому образу жизни:

* **знания о видах спорта (командные, одиночные, зимние, летние);**
* **знания о спортивном оборудовании (к какому виду спорту относится спортивный предмет);**
* **знания о здоровой и вредной пище;**
* **знания о режиме дня;**
* **знания, что полезно, а что вредно для здоровья.**
* **Расширяется словарный запас;**
  + **Повысился интерес к совершенствованию своего физического**

развития, к занятиям физическими упражнениями, спортом;



# Заключение

* **Сегодня принцип здорового образа жизни приобретает новое оздоровительное значение. Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью.**
* **Общество требует от педагогов, инструкторов, чтобы обучение и воспитание было направлено на повышение двигательной**

активности в условиях ДОУ, на формирование у всех детей, и

каждого отдельного ребенка, психофизических качеств, которые играют немаловажную роль в здоровье ребенка, т.к. в стенах ДОУ создается «переходный мостик» психической и физической

готовности к школе. Это необходимо и крайне важно для того, чтобы будущий первоклассник мог выдержать существенное напряжение, обусловленное режимом учебного дня.

* **Анализ литературы и практическая работа доказывают, что подвижные и дидактические игры играют немаловажную роль в здоровье дошкольника, способствуют развитию таких физических качеств, как быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость;**

повышают уровень знаний по физическому воспитанию и ЗОЖ.