

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Ермаковский детский сад №4»

## **Методическая разработка**

Развитие координации движения посредством подвижных игр у детей старшего дошкольного возраста

Составитель: воспитатель

МБДОУ «Ермаковский детский сад №4»

Никитина Лариса Анатольевна

Ермаковское

2018

# Оглавление

<b>Введение.....</b>	<b>3</b>
<b>1. Теоретико- методологические основы развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста и роли подвижных игр в ее развитии.....</b>	<b>7</b>
1.1. Понятие подвижных игр, значение их в воспитании и развитии детей.....	7
1.2 Классификация подвижных игр.....	11
1.3 Особенности методики организации и проведения подвижных игр.....	15
1.4 Понятие координации движений.....	18
<b>2. Работа по использованию подвижных игр для развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста.....</b>	<b>20</b>
2.1 Средства развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста.....	20
2.2 Система работы по использованию подвижных игр для развития координации движений детей старшего дошкольного возраста.....	25
<b>Заключение.....</b>	<b>32</b>
<b>Список литературы.....</b>	<b>34</b>
<b>Приложения .....</b>	<b>36</b>

## Введение

В литературе существует множество трудов, которые посвящены исследованию проблем воспитания дошкольников. Появление данных трудов, связано с неблагоприятными социальными и экономическими изменения в обществе, которые происходят в нашей стране. Эти изменения оказывают влияние на подрастающее поколение, в большей части на детей дошкольного возраста. Многие ученые считают, что в работе дошкольных учреждений существуют противоречия между целями, которые ставит программа физического воспитания и физической подготовки, и путями их осуществления. В старшем дошкольном возрасте формируется практически все двигательные способности, закладываются основы культуры движений, приобретаются новые двигательные навыки. Наиболее интенсивное увеличение наблюдается в показателях координации движений, гибкости, функции равновесия [3].

Проблемой развития координационных способностей у детей занимались и занимаются многие научные и практические работники: В. И. Лях; Н. Панфилова; Н. А. Берштейн; А. В. Курганский; Л. Д. Назаренко[9].

С точки зрения В. И. Ляха, координация движений — это двигательная способность, которая развивается с помощью самих движений. Чем большим запасом двигательных навыков обладает ребенок, тем богаче будет его двигательный опыт и шире база для овладения новыми формами двигательной деятельности.

По определению Л. А. Орбели координация движения — это согласованность и точность в работе всех отдельных мышц, входящих в состав нашего тела, согласование, ведущее к тому, что все наши движения становятся гладкими, пластичными, размеренными, экономными и не обнаруживают признаков механической борьбы противоположно действующих антагонистических мышц.

По мнению В. М. Покровского, Г. Ф. Коротько, координация — это процессы согласования активности мышц тела, направленные на успешное выполнение двигательной задачи.

Одной из важнейших задач физического воспитания является развитие двигательной функции и умение управлять своими движениями. Эффективность данного процесса происходит при одновременном осуществлении двигательных-координационных способностей и умственного развития ребенка [1].

Т. Ф. Лесгафт писал о важности изоляции движений, сравнении отдельных движений между собой и способности осознанности их управления и приспособления к препятствиям и преодолению их с большей ловкостью. Координационные способности человека выполняют в управлении движениями такие функции как согласование, упорядочение разнообразных двигательных движений в единое целое в соответствии с поставленной задачей. Координационные способности рассматривают как ведущую функцию моторного развития детей дошкольного возраста. Как считает Е. Н. Вавилова и Э. С. Вильчковский, в старшем дошкольном возрасте начинают активно проявляются координационные способности. Но для их совершенствования важно вводить в содержание двигательной деятельности детей упражнения, сложные сочетания движений и необычные условия их проявления. Координация движений имеет важное значение для всех видов трудовой деятельности, способствует выработке гибкости, точности и плавности движений, развитию глазомера, формирует правильную осанку, вырабатывает чувство равновесия [9].

Игра – это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности», – писал В. А. Сухомлинский.

«Маленькие дети... играют, как птица поет. В жизни дошкольников игры занимают самое большое место, – отмечала Н. К. Крупская. Игра есть потребность растущего детского организма. В игре развиваются физические

силы ребенка, гибче тело, вернее глаз, развиваются сообразительность, находчивость, инициатива. Игра для них – учеба, игра для них – труд, игра для них – серьезная форма воспитания».

Таким образом, актуальность работы заключается в разработке и поиске новых методических подходов к использованию подвижных игр в развитии физических качеств дошкольников как основы их физической подготовленности.

Цель исследования: разработать картотеку подвижных игр для развития координации движения детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Проанализировать состояние проблемы в психолого-педагогической литературе.
2. Выявить уровень развития координации движения старших дошкольников.
3. Разработать картотеку подвижных игр для развития координации движения старших дошкольников.
4. Оценить эффективность разработанной методики развития физических качеств старших дошкольников.

Объект исследования - процесс развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования – развитие координации движения посредством подвижных игр у детей старшего дошкольного возраста.

Методы исследования.

Теоретические:

- анализ педагогической литературы по теме исследования;
- интерпретация литературных источников;
- обобщение.

Эмпирические:

- наблюдение.

Нами была сформулирована гипотеза: при систематическом применении подвижных игр у детей старшего дошкольного возраста развитие координации движения проходит эффективнее.

Теоретическая значимость работы заключается в систематизации и обобщении подвижных игр для развития координации движения у детей старшего школьного возраста.

Практическая значимость работы заключается в составлении картотеки подвижных игр на координацию движения детей старшего дошкольного возраста.

Методологической основой данной работы являются труды Баландина В.А., Вильчковского Э. С., Гамезо М.В., Дегтярева И.П., Дорониной М.А., Жукова М.Н., Карасевой А.В., Кузнецова В.С., Крупской Н.К., Ковалевской А.К., Лаптевой А.Н., Литвиновой М. Ф., Никифорова Ю.Б., Руновой М.А., Степаненковой Э. Я., Филипповой С.О., Фролова В.Г., Шишкиной В.А., Яковлевой В.Г.

# **1. Теоретико-методологические основы развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста и роли подвижных игр в ее развитии**

## **1.1 Понятие подвижных игр, значение их в воспитании и развитии детей**

Подвижные игры берут начало в народной педагогике, имеют национальные особенности. Теорию и методику подвижных игр разрабатывали К.Д. Ушинский, Н.И. Пирогов, Е.А. Покровский, П.Ф. Лесгафт, В.В. Гориневский, Е.Н. Водовозова, Т.И. Осокина, А.В. Кенеман [9].

П.Ф.Лесгафт определял подвижную игру как упражнение, при помощи которого ребенок готовится к жизни. С самого рождения ребенок стремится к движениям, что удовлетворяются в играх, так как игра является ведущим видом деятельности дошкольников. Игра помогает всестороннему развитию организма ребенка, комплексно влияя на организм и личность ребенка: физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание. Игра помогает в познании мира, овладении терминологией, активизирует память, внимание, мышление, воображение. Также огромное влияние игры оказывают на развитие уровня социализации ребенка, пополняют словарный запас, обогащают речь детей.

В плане нравственного воспитания дети усваивают правила, законы игры, учатся контролировать свои действия, поведение в целом. Формируется честность, справедливость, дисциплинированность [6].

Подвижная игра учит искренности, товариществу. Подчиняясь правилам игры, дети практически упражняются в нравственных поступках, учатся дружить, сопереживать, помогать друг другу. Умелое, вдумчивое руководство

игрой со стороны педагога способствует воспитанию активной творческой личности.

В подвижных играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма. Они овладевают поэтической образной речью.

Подвижная игра готовит ребенка к труду: дети изготавливают игровые атрибуты, располагают и убирают их в определенной последовательности, совершенствуют свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности [12].

По мере того, как ребенок развивается, развивается и его игровая деятельность, сопровождая его на протяжении всей жизни. Игра является зеркалом мыслей и чувств играющего. Также подвижная игра носит коллективный характер, где в приоритете мнение всех игроков, как поощрительное, так и отрицательное, и способность подчиняться правилам. В игре четко прослеживаются нити развития коммуникативных навыков: умения избегать конфликты, разрешать их, договариваться с окружающими и прислушиваться к их мнению.

Для наиболее продуктивной игры детям нужно в короткие сроки оценивать обстановку и выбирать правильное решение для выполнения задания, что способствует развитию самопознания и саморегуляции. Для многократного повторения действий ребенку необходимы волевые качества, которые совершенствуются в игровой деятельности. Соревновательный характер коллективных подвижных игр развивает способность к анализу поступков других детей, их намерений и дальнейших действий.

Кроме того, занятия играми вырабатывают координированные, экономные и согласованные движения; игроки приобретают умения быстро входить в нужный темп и ритм работы, ловко и быстро выполнять разнообразные двигательные задачи, проявляя при этом необходимые усилия и настойчивость, что важно в жизни. Подвижные игры развивают способность



адекватно оценивать пространственные и временные отношения, одновременно воспринимать многое и реагировать на воспринятое. Не менее важны игры с мелкими различными предметами. Упражнения с мячами, мешочками, повышают кожно-тактильную и мышечно-двигательную чувствительность, совершенствуют двигательную функцию рук и пальцев, что имеет особое значение для дошкольников [9].

В подвижных играх участникам приходится исполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи, организатора игры), что развивает у них организаторские навыки.

Играя, дети усваивают жизненно необходимые двигательные привычки и умение, в них вырабатывается смелость и воля, сообразительность.

Подвижные игры создают атмосферу радости и потому делают наиболее эффективным комплексное решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Активные движения, обусловленные содержанием игры, вызывают у детей положительные эмоции и усиливают все физиологические процессы. Ситуации на игровой площадке, которые все время меняются, приучают детей целесообразно использовать двигательные умения и навыки, обеспечивая их совершенствование. Естественно проявляются физические качества - быстрота реакции, ловкость, глазомер, равновесие, сила, выносливость и др. Необходимость подчиняться правилам и соответствующим образом реагировать на сигнал, организует и дисциплинирует детей, приучает их контролировать свое поведение, развивает сообразительность, двигательную инициативу и самостоятельность [15].

Подвижные игры способствуют расширению кругозора, закладывают стремление к познанию окружающего мира как человеческого, так и животного, растительного. В подвижной игре ребенок осваивает новые слова и пополняет свой словарный запас, приходят в порядок и структурируются его психофизиологические способности. Игра создает благоприятные условия для развития навыков и физических качеств, способствуют произвольности

двигательного поведения. Для игры ребенку нужно заставлять свой организм совершать двигательные акты для выполнения упражнений, передавая смысл двигательной активности. То, что происходит в игре, ее мотивы, сюжет, замыслы и задачи – все это близко ребенку, он воспринимает это и принимает к себе. Они связаны с конкретностью формы, в какой происходит овладения движения в игре, установлением прямой связи между мотивом и задачей. Каждый ребенок считает, что он выполняет какую-либо роль, которая захватывает ребенка и способствует развитию его воображения: ребята не просто поднимают руки, размахивают флажком, идут по прямой, а шагают по тропинке, прыгают как зайчики и т.д. Дети начинают действовать в роли, стремясь как можно более точно воплотить ее, обыгрывают воображение ситуацию[9].

Таким образом, подвижные игры способствуют расширению знаний об окружающем мире, развивают мышление, смекалку, ловкость и сноровку, формируют моральные, эстетические и нравственные качества. Игры должны проводиться с использованием комплекса методов и форм, приемов и вариаций, которые направлены на формирование полноценного развития ребенка. Процесс игры не только формирует качества личности ребенка, но и направлен на закрепление и совершенствование уже приобретенных навыков, знаний и умений.

## 1.2 Классификация подвижных игр

Подвижные игры являются традиционным средством педагогики [15]. Одна из характерных особенностей подвижных игр — стремление к результату. Ребенок испытывает радость от удовлетворения потребности в движениях, от эмоциональной атмосферы игры, особый эмоциональный подъем вызывает достижение реального, наглядного положительного результата — выигрыша.

Все игры детей принято делить на две большие группы:

- Игры, правила которых жестко регламентированы (спортивные, подвижные, интеллектуальные);
- Игры, правила которых устанавливаются по ходу игровых действий.

М. Лацерус предлагает классификацию игр:

- Игры, связанные с физической деятельностью;
- Игры, построенные на различных зрелищах;
- Игры интеллектуальные;
- Игры азартные.

Д. Б. Эльконин делит подвижные игры на четыре группы:

- Имитационно-процессуальные, действия в которых подчиняются подражанию образца;
- Драматические игры по определенному сюжету;
- Игры с несложными по сюжету правилами;
- Игры с правилами без сюжета и элементарные спортивные игры.

Также существует классификация игр по типу человеческой деятельности [12]:

- Физические и психологические игры и тренинги: двигательные (спортивные, подвижные, моторные); экстатические,

экспромтные игры и развлечения; освобождающие игры и забавы; лечебные игры (игротерапия).

- Интеллектуально-творческие игры: предметные забавы; сюжетно-интеллектуальные игры; дидактические игры (учебно-предметные, обучающие, познавательные, строительные, трудовые); технические, конструкторские; электронные, компьютерные, игры-автоматы; игровые методы обучения.

- Социальные игры: творческие, сюжетно-ролевые (подражательные, режиссерские, игры-драматизации, игры-грёзы); деловые игры (организационно-деятельностные, организационно-коммуникативные, организационно-мыслительные, ролевые, имитационные).

- Комплексные игры (коллективно-творческая, досуговая деятельность).

В целях наиболее эффективного выявления и использования ресурсов игры принято различать: подвижные, спортивные и специальные оздоровительные (коррекционно-оздоровительные) игры [8].

К подвижным относятся игры, направленные формирование физической подготовки и требующие подготовки игроков. Основу этих игр составляют различные движения, связанные с работой мышц. В них правила просты и содержание незамысловато.

К спортивным относятся игры, направленные на спортивное совершенствование играющих. В таких играх обязательно наличие соревновательного духа, соперничества и борьбы за победу. Они отличаются от подвижных сложностью правил и техники, а также устойчивостью условий и правил.

Специальные оздоровительные игры наряду с укреплением различных групп мышц, тренировкой вестибулярного аппарата, профилактикой нарушений зрения и осанки снимают утомление, вызванное интенсивными

интеллектуальными нагрузками, и создают у игроков состояние психофизиологического комфорта.

В методике физического воспитания и развития детей принято делить игры на:

1. Элементарные игры с правилами:

а) сюжетного характера («Лохматый пес», «Гуси-лебеди», «Хитрая лиса»);

б) бессюжетные, где в основе лежат правила (догонялки, прятки, ловишки, игры-эстафеты);

в) аттракционы со специально создающимися условиями (прыжки в мешках, пронести воздушный шарик в ложке, приклей нос Буратино);

г) игры-забавы на развитие мелкой моторики пальцев (пальчик-мальчик, сорока, колечко).

2. Сложные игры с правилами:

а) спортивные (футбол, элементы баскетбола на 7-ом году жизни);

б) игры с элементами спорта (городки, кегли, кольцобросы).

Также все подвижные игры по программе детского сада делятся по двигательному составу [5].

1. Игры большой подвижности, с бегом и прыжками («Мы веселые ребята», «Ловишки», «У медведя во бору», «Волк во рву»);

2. Игры средней подвижности, с лазаньем, хороводы с ходьбой и с бегом («Мышеловка», «Ровным кругом», «Карусели», «Пузырь», «Обезьянки», «Медведь и пчелы»);

3. Игры малой подвижности с ходьбой в средне-медленном темпе, с упражнениями для определенных частей тела, с метанием («Летает – не летает», «Найди, где спрятано», «Море волнуется»).

Таким образом, подвижные игры разнообразны и направлены на формирование различных навыков играющих. Формируемые навыки важны для развития организма ребенка. Они отличаются друг от друга

содержанием, целями, количеством игроков и методикой их проведения. Важно подобрать игры с учетом возраста, ситуации применения и особенностей развития детей.

### **1.3 Особенности методики организации и проведения подвижных игр**

Организация игр зависит от эффективности усвоения детьми правил игры, что оказывает влияние на формирование норм общественного поведения и становление культурных привычек. Формирование эффективности процесса игры зависит от педагогического мастерства воспитателя, понимающего воспитательные задачи. Пояснение правил важно сопровождать показом отдельных приемов и действий [8].

Вначале необходимо начинать с простых некомандных игр, потом перейти к переходным и завершить сложными – командными, к которым нужно переходить своевременно и не упуская интереса детей, что закрепит игровые привычки и умения. Игру нужно выбирать с учетом педагогической задачи, то есть возраст и состав участников, развитие и физическая подготовка. Также важны содержание и формы, которые помогут в переходе от простого к сложному, учитывая количество игровых элементов и эпизодов.

Легкими считаются игры, в которых мало элементов и нет распределения на командный состав. Важно учитывать место проведения игры. В большом зале или на площадке – игры большой подвижности с бегом враспынную, с метанием больших и маленьких мячей, с элементами спортивных игр. При отборе игры следует помнить о наличии специального инвентаря. Если игроки стоят и долго ждут необходимый инвентарь, они теряют интерес к игре.

Исходя из вышесказанного, эффективность проведения игры зависит от адекватности решения таких организационных факторов, как: умение доходчиво и интересно объяснять игру; размещение игроков во время ее проведения; определение ведущих; распределение на команды; определение помощников и судей; руководство процессом игры; дозирование нагрузок; окончание игры.

Детей нужно поставить в исходное положение, с которого начинается игра, для эффективности понимания. Необходимо сообщить название игры, ее цель и ход, рассказать о роли каждого игрока, его месте. Воспитатель должен занимать, при объяснении, позицию, с которой все игроки хорошо видят или слышат его. Для лучшего усвоения игры рассказ можно сопровождать показом отдельных сложных движений. Особое внимание игроков следует обратить на правила игры. При первом проведении игры нужно проводить проверку на понимание со стороны каждого участника [12].

При определении ведущего игры существует несколько способов, которые зависят от условий проведения, характера игры и количества игроков. Учитель может назначить ведущим одного из игроков на свое усмотрение, кратко обосновав свой выбор. Ведущего также могут избрать сами игроки, при условии, что участники игры хорошо знакомы друг с другом. Можно назначить ведущего и по результатам предшествующих игр, что способствует участникам на достижение лучших результатов. Не отменяется и применение жеребьевки. Исполнение роли ведущего способствует формирования организаторских способностей и волевых качеств. В командных играх и эстафетах соревнуются между собой две большие команды, а распределение игроков на команды может осуществляться одним из следующих способов: с помощью расчета; фигурной маршировкой; по указанию педагога; по выбору капитанов, которые поочередно добирают себе игроков.

Все способы распределения на команды надо вводить соответственно характеру и условиям проведения игры, а также составу игроков. В сложных играх с большим количеством игроков необходимо привлекать судей – помощников, они считают очки или время, наблюдают за порядком и состоянием места для игры [15].

Для исполнения роли судей необходима ответственность и деловитость. Руководство игрой включает несколько обязательных элементов: наблюдение за действиями учеников; устранение ошибок; коллективных приемов;



пресечение проявлений индивидуализма, грубого отношения к игрокам; регулировка нагрузок; стимулирование необходимого уровня эмоциональной активности на протяжении всей игры.

Обязательно направление игровой деятельностью со стороны воспитания, что способствует решению игровой задачи, а именно проявления самостоятельности и творческой активности участников игры. В отдельных случаях он может включиться в игру сам, демонстрируя, как лучше действовать в той или другой ситуации. Важно своевременно исправлять ошибки, проявляя при этом сдержанность и повторяя правила для большего понимания [15].

Ответственный момент в руководстве подвижными играми – дозирование физической нагрузки. Игровая деятельность своей эмоциональностью захватывает детей, и они не ощущают усталости. Во избежание переутомления детей необходимо своевременно прекратить игру или изменить ее интенсивность.

Для регулировки физической нагрузки можно использовать разнообразные приемы: уменьшать или увеличивать время, отведенное на игру, изменять количество повторений игры. Окончание игры должно быть своевременным. Преждевременное или внезапное окончание игры вызовет неудовольствие у детей. Во избежание этого воспитатель должен уложиться во время, отведенное для игры. После окончания игры необходимо подвести итог. При сообщении результатов следует указать командам и отдельным игрокам на допущенные ошибки и отрицательные и положительные моменты в их поведении.

Таким образом, методика проведения игр требует огромной педагогической подготовки с учетом количества и возраста участников, дозировки времени для игровой деятельности, тактической организации напоминания правил и указаний на возникающие ошибки. Не мало важен и подбор помощников в организации игры. Именно для преодоления всех этих трудностей существуют методические приемы.

## 1.4. Понятие координации движений

Понятие «координационные способности» выделяется из общего и менее определенного понятия «ловкость», широко распространенного в обиходе и в литературе по физическому воспитанию. Во-первых, это способность человека выстраивать законченные и полноценные двигательные акты, а, во-вторых, преобразовывать данные акты под меняющиеся условия окружающей среды. Данные способности должны меняться своевременно и адекватно [7].

Именно в дошкольном возрасте закладывается основа для развития данных способностей, выполняется приобретение знаний, умений и навыков при выполнении упражнений на координацию. Данный возраст благоприятен для этих факторов благодаря быстрому развитию всех функций организма.

Координация — процессы согласования активности мышц тела, направленные на успешное выполнение двигательной задачи. Термин «координация» происходит от латинского *coordinatio* — взаимоупорядочение.

Устойчивость движений происходит за счет автоматизации движений и наличия импульсов в организме для коррекции двигательных актов. Формирование двигательного акта связано с формированием процесса инертности характеристик двигательных органов. На начальных стадиях управление осуществляется прежде всего за счет активной статической фиксации этих органов, затем — за счет коротких физических импульсов, которые направляются в необходимый момент к определенной мышце. Наконец, на заключительных стадиях формирования навыка происходит уже использование возникающих инерционных движений, направляемых теперь на решение задач. Когда произошла автоматизированность двигательных актов все движения уравниваются и не требуют особых усилий, при этом мышцы человека взаимодействуют между собой слаженно и эффективно, формируется легкость движений, они выполняются без усилий и без затраты энергии [4].

Н.А. Бернштейн писал, что скоординированность движений перерастает в ловкость организма, определяющего управление всем организмом, что означает дифференцированность движений организма. Теория выделяет более 20 различных видов координационных способностей, которые можно дифференцировать в зависимости от специфики их проявления в двигательных действиях на особые, специальные и общие, а также на элементарные и сложные. Дифференциация координации движений и ловкости на отдельные координационные способности позволяет целенаправленно осуществлять процесс их развития в согласовании с предполагаемой двигательной деятельностью тренирующегося.

Координационные способности связаны с возможностями управления движениями в пространстве и времени и включают [14]:

- а) пространственную ориентировку;
- б) точность воспроизведения движения по пространственным, силовым и временным параметрам;
- в) статическое и динамическое равновесие.

Пространственная ориентировка подразумевает возможность организма сохранять представления об изменившихся внешних ситуациях окружающего мира, а, также, способность перестраивать свои движения в соответствии с изменившимися условиями.

Важно не только реакция на внешнюю ситуацию, но и учет динамических изменений среды, прогнозирование событий и составление последовательности связей между данными событиями, направленными на достижение эффективности результатов.

Таким образом, координация движений не только способность организма формировать свои двигательные навыки, но и способность оценивать процессы окружающей среды и подстраивать организм к этим меняющимся условиям.

## **2. Работа по использованию подвижных игр для развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста**

### **2.1 Средства развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста**

Основным средством для воспитания координационных способностей являются физические упражнения повышенной координационной сложности и содержащие элементы новизны. С изменением параметров пространства, времени, внешних условий, комбинации двигательных навыков увеличивается и сложность физических упражнений. Часто для детей применяются группы средств для развития координации, которые носят гимнастический и динамический характер, охватывая все группы мышц. Это упражнения без предметов и с предметами (мячами, гимнастическими палками, скакалками и другие), относительно простые и достаточно сложные, выполняемые в измененных условиях при различных положениях тела или его частей, элементы акробатики (кувырки, различные перекаты и другие), упражнения в равновесии.

Для развития способности быстро и целесообразно перестраивать двигательную деятельность в связи с внезапно меняющейся обстановкой, высокоэффективными средствами служат подвижные и спортивные игры, кроссовый бег, передвижения на лыжах по пересеченной местности [16].

В самом начале применяют две группы таких средств:

1. Подводящие, способствующие освоению новых форм движений того или иного вида спорта.
2. Развивающие, направленные на непосредственно воспитание координационных способностей.

Упражнения, направленные на развитие координационных способностей, приводят к результату только в том случае, когда их выполнение не происходит

автоматически. Затем, они теряют свою ценность, так как любое, основанное до навыка и выполняемое в одних и тех же постоянных условиях двигательного действия, но стимулирует дальнейшее развитие координационных способностей.

Координацией является одна из важных функций употребления движениями человека, а именно: согласование разнообразных двигательных действий человека в одно целое или систему, соответственно поставленных двигательных задач.

Двигательное действие – это сложное структурное образование, элементом которого являются следующие части движения: интеллектуальная (когнитивная); чувствительная (сенсорная); исполнительная (моторная) [17].

Между этими элементами существуют многообразные связи, которые еще более усложняют анализ координационных способностей. Существует много типов координационных способностей [20]:

1 тип. Реагирующая способность (слуховая и зрительная).

Способность к реагированию совершенствуется методом упражнений в самых разнообразных движениях. Больше результативность обладает повторное реагирование на какие-либо сигналы или изменения окружающей ситуации, что дает в короткое время положительный результат. Этот метод создает соревновательный элемент и высокий эмоциональный фон, активизируя детей на быстроту и точность выполнения заданий, довольно скоро дает заметный положительный результат. Для воспитания способности к реагированию следует применять:

а) свободный бег, дополнительные задания, на внезапные остановки, возобновление и изменение передвижений, выполнение поворотов, преодоление препятствия (линий и невысоких предметов);

б) бег из усложненных стартовых положений (лежа на спине, на животе стоя спиной к направлению движения, стоя на одном или двух коленях, из приседа, сидя и тому подобное);

в) интенсивность движения, ее изменения: ходьба обычная – бег быстрый, бег медленный – бег ускоренный;

г) упражнения с короткой и длинной скалкой (вбегать и выбегать).

Выполняя эти задания нужно усложнять условия, для исключения автоматизации двигательных навыков.

2 тип. Способность к равновесию.

Данная способность проявляется как статически, так и динамически. Для этого полезны упражнения, связанные с вращением в различных плоскостях головы, конечностей, туловища. К ним относятся повороты, кувырки, перевороты, повороты или комбинации упражнений [18].

Фактором, который влияет на устойчивость равновесия в условиях опоры, относятся: положение общего центра тяжести по отношению к плоскости опоры; высота снаряда, служащего опорой, его устойчивость; скорость движения тела, его равномерность и другие.

Для совершенствования способности к статическому равновесию необходимо использовать следующие методические приемы: удлинение времени сохранения позы, временное исключение зрительного самоконтроля, уменьшение площади опоры, включение предварительных и сопутствующих движений, введение противодействий.

Основой совершенствования способности к динамическому равновесию является адаптация к различным внешним условиям. К важным средствам воспитания динамического равновесия относятся подвижные и спортивные игры, в которых резко меняется направление движения.

3 тип. Дифференцированная способность.

Для развития способности дифференцировать используют такие приемы как включение зрительного анализатора, задание на точность, "сближаемые" и "контрастные" задания. Также используют метод «контрастных» заданий, суть которого состоит в использовании прыжков на максимальную длину, бросков

на ближнюю и дальнюю дистанции. Указанные приемы намного эффективнее, чем многократное повторение.

Для ознакомления детей с основными временными понятиями в обучении выполнять движения в медленном, среднем и быстром темпе, формирование длительности темпа выполнения упражнений рекомендуется применять следующие задания [19]:

1. Коллективный подсчет от одного до десяти, под звуки метронома, установленного на частоту 60 и 120 ударов в минуту.

2. Выполнение общеразвивающих упражнений в медленном и быстром темпе (наклон на один счет и затем на четыре счета и тому подобное).

3. Ходьба на месте в медленном темпе с постепенным переходом на быстрый (по 8 шагов в каждом темпе).

4. Прыжки на месте на одной и двух ногах (8 прыжков – быстро, 8 – медленно) и другие.

5 тип. Ритмическая способность, которая развивается за счет упражнений, которые выполняются в разных пространственных и временных соотношениях, с применением танцев и танцевальных шагов. Для создания представления о ритме можно применять музыку, счет и другие звуки (хлопки, удары в бубен и другие), они могут предшествовать и сопутствовать выполняемым движениям. Наиболее рациональное формирование ритмической способности проходит при попеременном выполнении упражнений под музыку и без музыкального сопровождения (метод ритмической активности). Огромную эффективность несут в себе упражнения, выполняемые детьми сообща. В содержании занятий необходимо включать ритмическую ходьбу, фигурное марширование, несложные перестроения, марш, вальс, народные мелодии и другие движения.

6 тип. Способность к переключению – проектирование оптимальной программы действий: контроль, корректировка и перестройка двигательной реакции в соответствии с ситуацией. Например, единоборство, борьба и

спортивные игры. В процессе управления в движении необходимо использование различных видов коррекционных способностей, а ловкость является проявлением конвекционных способностей в быстрых, точных и относительно сложных движениях.

Исходя из этого, воспитателю необходимо применять различные средства для развития координации движений и важно при этом не доводить действия до автоматизма, потому что теряется эффект внезапности. Большое значение оказывает применение упражнений с ритмикой и танцами, упражнений, выполняемых сообща. Применение данных средств позволяет развивать разные типы координационных способностей, способствующих полноценному развитию организма ребенка.



## 2.2 Система работы по использованию подвижных игр для развития координации движений детей старшего дошкольного возраста

Исследовательская работа проводилась на базе МБДОУ "Ермаковский детский сад №4" в старшей группе "Солнышко", возраст детей 6 лет.

С целью исследования уровня развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста, была проведена диагностика в группе. Цель диагностики: определение уровня развития координации движения у старших дошкольников. Для определения координационных способностей был использован тест, разработанный кандидатом педагогических наук Н. А. Ноткиной.

Ориентировочные показатели представлены в таблице 1.

Таблица 1

Наименование показателя	пол	
	Мальчики	Девочки
Статическое равновесие (сек.)	25-35	30-40

### Методика проведения

Статическое равновесие (тест выявляет и тренирует координационные возможности детей).

Ребенок встает в стойку — носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги — и пытается при этом сохранить равновесие. Ребенок выполняет задание с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером. Из двух попыток фиксируется лучший результат.

Результаты выявления уровня развития координации движения у детей были занесены в разработанную диагностическую таблицу (таблица №2).

Определение уровня развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста (констатирующий этап исследования)

Таблица 2

№ п/п	Имя, фамилия ребенка	Итоговый показатель координационных способностей
1	Алена Ш.	28
2	Алиса З.	30
3	Анна И.	33
4	Ваня М.	20
5	Витя Г.	24
6	Галя А.	25
7	Даша Н.	23
8	Игорь П.	19
9	Карина Р.	24
10	Катя Е.	22
11	Костя У.	23
12	Лиза Д.	22
13	Максим О.	25
14	Маша И.	22
15	Миша Т.	26
16	Наташа К.	24
17	Наташа Л.	21
18	Настя П.	20
19	Никита С.	23
20	Оксана Х.	25
21	Оля Ч.	27

22	Полина Б.	22
23	Сереза О.	24
24	Соня Н.	24
25	Ярослав Г.	25

Полученные результаты диагностики уровня развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста в группе «Солнышко» представлены на диаграмме 1.



Диаграмма 1. Результаты констатирующего этапа исследования

Как мы видим из диаграммы 1, из 100% всех детей группы «Солнышко», у 63% детей преобладает средний уровень развития координации движения и у 35% низкий уровень развития координации движения, высокий уровень преобладает, только у 2% детей.

Проанализировав полученные данные диагностики, нами была создана картотека подвижных игры направленных на повышение уровня развития координации движения у детей старшего дошкольного возраста (Приложение 1) для дальнейшего использования в образовательных мероприятиях. Для апробации подвижных игр и проверки нашей гипотезы мы разработали конспект занятия для проведения в спортивном зале, конспект прогулки-

наблюдения на свежем воздухе, так как для совершенствования координации движений необходимо не только выполнение движений телом, но и формирование этих движений в мыслительном плане и план-конспект организации продуктивной деятельности дошкольников с применением подвижной игры как физминутки.

Конспект занятия: «Физическое развитие» (Приложение 2) имел в своей основе цель: повышение двигательной активности. Задачи занятия были определены нами так: закреплять и совершенствовать прыжки с места на мат; формировать навыки правильной осанки; воспитывать дисциплинированность, нравственно – волевые качества (уважение, коллективизм, решительность, целеустремленность). Занятие проводилось по традиционной программе воспитания и обучения в детском саду, но с включением в основную и заключительную части подвижных игр: «Платочек» и «Найди, где спрятано». Игра «Платочек» развивается по следующему сюжету: дети садятся в круг на корточках, лицом к центру. Задача водящего бегать вокруг и не заметно уронить платок у кого-нибудь за спиной. Игрок, заметивший движение водящего должен схватить платок и бежать в противоположную сторону, чтобы успеть занять свое место раньше водящего, который тоже бежит по кругу. Кто прибежит последним, водит в следующем кону. В заключительной части занятия нами была применена подвижная игра малой подвижности «Найди, где спрятано», в которой детям нужно было найти флажок, спрятанный воспитателем; водящим становится тот ребенок, который первым найдет флажок. Применение игр основывалось на использовании нескольких этапов: описание игры воспитателем, запоминание правил и подведении итогов для дальнейшего исключения ошибок. В первый день занятия дети знакомились с играми и совместно с воспитателем разучивали правила игр, согласно которым на следующем занятии была организована данная игра. Также мы использовали усложненные варианты игр после полного понимания сути и правил детьми, например, в игре «Платочек» выбирали двух водящих, а в игре «Найди, где

спрятано» - дети искали предмет по ориентирам. Данные игры способствовали развитию координации как движений в пространстве, так и относительно собственного тела. Применение данных игр в конце занятия обуславливалось еще и тем, что происходило закрепление и совершенствование физических упражнений, разучиваемых в рамках физкультурного занятия. Так как игры объемны по содержанию, нами были установлены ограничения в количестве применения игры на занятии: «Платочек» - 1 раз, «Найди, где спрятано» - 2 раза; в усложненном варианте игры проводились по одному разу.

Следующим этапом нашей работы было включение подвижной игры в образовательную программу. Мы разработали конспект прогулки на свежем воздухе: «Наблюдение за природой» (Приложение 3) с целью развития умения устанавливать причинно-следственные связи между природными явлениями. Также нами были поставлены задачи: формировать представления о весенних изменениях в природе; развивать координацию движений в игре и воспитывать чувство коллективизма. Занятие проходило по плану знакомства с изменениями природы в связи с наступлением весны и чтением наизусть стихотворений о весне. В конце исполнительного этапа нами была проведена игра «Караси и щука» для развития координации детей старшего дошкольного возраста. Сюжет данной игры строится по следующему плану: из числа игроков выбирается водящий, который будет играть роль щуки. Остальные игроки делятся на 2 группы. Одна группа будет играть роль камешков, другая — роль карасей. Ребята-камешки образуют круг. Внутри круга плавают "караси". "Щука" находится за пределами круга. Как только ведущий скажет "Щука!" — водящий вбегает в круг и старается поймать "карасей". "Караси", в свою очередь, стараются спрятаться за "камешки". Те "караси", которым не удалось спрятаться и которых поймала "щука", уходят из круга. Игра проводится несколько раз, затем игроки меняются ролями, и выбирается новый водящий. Также, как и с предыдущими играми, применение игры проходило в несколько этапов. На первом этапе дети слушали описание и разучивали

правила игры; на втором – играли, на основе ознакомления с игрой; а на третьем – мы применяли усложненные вариации игры для того, чтобы движения в игры не были автоматизированы, так как, в данном случае, развитие координации не осуществлялось бы в полном объеме. Игра на данном занятии способствовала не только развлечению, но и закреплению полученных знаний через создание благоприятного эмоционального фона.

План-конспект организации продуктивной деятельности дошкольников был нами разработан под темой: «Подснежник» в области художественно-эстетического развития, которое также благотворно влияет на усвоение и совершенствование координации движений детей старшего дошкольного возраста. (Приложение 4) Цель данного занятия была определена нами как: совершенствование умений в рисовании. Также поставлены задачи: расширять знания детей о нетрадиционных техниках рисования; развивать чувство формы, цвета, пропорций; воспитывать интерес к нетрадиционным техникам рисования. При организации данного занятия подвижная игра была включена в этап физической минутки для расслабления организма детей для выполнения дальнейшей работы по теме занятия. В данном занятии мы применили игру малой подвижности «Смотри на меня» в соответствии с программой организацией этого занятия. Суть данной игры заключается в следующем: дети строятся в колонне по одному, идут друг за другом. Им объясняют 2-3 задания, каждое из которых соответствует определенному положению рук взрослого. Дети смотрят на взрослого и выполняют задания. Задания:

- руки на поясе – ходьба на носках,
- руки внизу – ходьба на пятках,
- руки вперед – ходьба с высоким подниманием колена.

Как видно из описания игра помогает активизировать мышцы организма, скоординировать свои действия на основе образца со стороны воспитателя. Формирование координации движений проходит этапы как мыслительной, так и двигательной активности.

Таким образом, применение подвижных игр способствовало созданию основы для развития координации движений (при разучивании и апробации игры), закреплению и совершенствованию ранее примененных двигательных упражнений (на физкультурном занятии), созданию благоприятного фона для знакомства с обучающими частями программы детского сада (применении игры в конце исполнительного этапа на занятии прогулке), отдых организма во время сидячей работы (применение подвижной игры как физминутки на занятии организованной продуктивной деятельности). Из этого следует, что применение подвижных игр эффективно в различных сторонах образовательной деятельности детского сада, так как способствует развитию и мышления, и внимания, и воображения, и памяти – всего того, что задействовано в овладении процессом координации движений детей.

## Заключение

Нами была поставлена гипотеза работы: при систематическом применении подвижных игр у детей старшего дошкольного возраста развитие координации движений проходит эффективнее. Для подтверждения данной гипотезы нами была определена цель работы: разработать картотеку подвижных игр для развития координации движений детей старшего дошкольного возраста.

Для достижения цели была проанализирована психолого-педагогическая литература по данной проблеме, согласно которой координация движений не только способность организма формировать свои двигательные навыки, но и способность оценивать процессы окружающей среды и подстраивать организм к этим меняющимся условиям. Наиболее актуально развивать координацию дошкольников посредством игры, так как именно она является ведущим видом деятельности детей дошкольного возраста. При этом подвижные игры способствуют расширению знаний об окружающем мире, развивают мышление, смекалку, ловкости и сноровку, формируют моральные, эстетические и нравственные качества. Игры должны проводиться с использованием комплекса методов и форм, приемов и вариаций, которые направлены на формирование полноценного развития ребенка. Процесс игры не только формирует качества личности ребенка, но и направлен на закрепление и совершенствование уже приобретенных навыков, знаний и умений. В свою очередь подвижные игры разнообразны и направлены на формирование различных навыков играющих. Формируемые навыки важны для развития организма ребенка. Они отличаются друг от друга содержанием, целями, количеством игроков и методикой их проведения. Важно подобрать игры с учетом возраста, ситуации применения и особенностей развития детей. Воспитателю необходимо применять различные средства для развития координации движений и важно при этом не доводить действия до



автоматизма, потому что теряется эффект внезапности. Большое значение оказывает применение упражнений с ритмикой и танцами, упражнений, выполняемых сообща. Применение данных средств позволяет развивать разные типы координационных способностей, способствующих полноценному развитию организма ребенка.

Изучив теоретический материал, мы разработали серию занятий. Используемых воспитателями в образовательной программе детского сада: физическое развитие, прогулка и организация продуктивной деятельности дошкольников. На всех видах занятий мы применяли подвижные игры на разных этапах проведения данного занятия. Применение подвижных игр способствовало созданию основы для развития координации движений (при разучивании и апробации игры), закреплению и совершенствованию ранее примененных двигательных упражнений (на физкультурном занятии), созданию благоприятного фона для знакомства с обучающими частями программы детского сада (применении игры в конце исполнительного этапа на занятии прогулке), отдых организма перед сидячей работой (применение подвижной игры как физминутки на занятии организованной продуктивной деятельности). Из этого следует, что применение подвижных игр эффективно в различных сторонах образовательной деятельности детского сада, так как способствует развитию мышления, и внимания, и воображения, и памяти – всего того, что задействовано в овладении процессом координации движений детей.

Наша гипотеза получила свое подтверждение: при систематическом применении подвижных игр у детей старшего дошкольного возраста развитие координации движений проходит эффективнее.

По нашему мнению, организация и применение подвижных игр должно проходить при любом виде образовательного занятия для разучивания, развития и совершенствования координации движений детей старшего дошкольного возраста.

## Список использованных источников

1. Баландин, В.А. Использование подвижных игр для развития познавательных процессов детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста [Текст] / В.А. Баландин - Краснодар: Педагогика, 1999 – 512 с.
2. Вильчковский, Э. С. Физическая культура детей дошкольного возраста. 2-е изд., перераб. и доп. [Текст] / Э.С. Вильчковский– Киев: Здоров'я, 1979. – 232 с.
3. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология: Учебное пособие [Текст] / М.В. Гамезо, Е.А.Петрова, Л.М. Орлова. – М.: Педагогика, 2003. – 512 с.
4. Дегтярев, И.П. Физическое развитие [Текст] / Киев: Здоров'я, 2005. – С.23-48
5. Доронина, М.А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста [Текст] / М.А. Доронина // Дошкольная педагогика. – 2014. - №3. – С. 5- 8
6. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учеб.для студ. пед. Вузов [Текст] / М.Н. Жуков – М.: «Академия», 2000. — 160 с.
7. Карасева, А.В. Энциклопедия физической подготовки. Методические основы развития физических качеств [Текст] / А.В. Карасева. - М.: Лептос, 2004. - 368 с.
8. Кузнецов, В.С. Физическое упражнения и подвижные игры. Метод.пособие [Текст] / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: НЦ ЭНАС, 2006. - 151 с.
9. Крупская, Н.К. Роль игры в детском саду [Текст] / Н.К. Крупская – М.: «Академия», 2009. — 160 с.

10. Ковалевский, А.К. Обогащение двигательного развития детей старшего дошкольного возраста [Текст] / А.К. Ковалевский - Екатеринбург: УГПУ, 2007. - 138 с.
11. Лаптев, А.Н. Управление физическим развитием [Текст] / А.Н. Лаптев - М.: «Просвещение», 2003. - 180 с.
12. Литвинова М. Ф. Подвижные игры и игровые упражнения для детей третьего года жизни. Методическое руководство для работников дошкольных образовательных учреждений — М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2005. — 92 с.
13. Никифоров, Ю.Б. Эффективность физических упражнений [Текст] / Ю.Б. Никифоров - М.: «Просвещение» - 2007. - 180 с.
14. Рунова, М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду 5-7 лет [Текст] / М.А. Рунова. - М.: Мозаика-синтез, 2009. - 212 с.
15. Степаненкова, Э. Я. «Методика проведения подвижных игр. Пособие для педагогов дошкольных учреждений [Текст] / М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой - М.: Мозаика-синтез, 2010. - 212 с.
16. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. Учеб. пособие для студ. [Текст] / Э.Я. Степаненкова - М.: «Академия», 2007. — 368 с.
17. Филиппова, С.О. Формирование у дошкольников двигательных навыков [Текст] / С.О. Филиппова, Г.Н. Пономарева - СПб.: ВВМ, 2004. - 108 с.
18. Фролов, В.Г. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста: Пособие для воспитателя дет.сада [Текст] / В.Г. Фролов, Г.П. Юрко - М.: Просвещение, 2002. - 302 с.
19. Шишкина, В.А. Движение + движения: Книга для воспитателя детского сада [Текст] / В.А. Шишкина - М.: Просвещение, 1992. - 157 с.
20. Яковлева, В.Г. Игры для детей [Текст] / В.Г. Яковлева - М.: Просвещение, 2002. - 267 с.

Название игры	Место проведения	Содержание	Правила	Направленность игры	Усложнения
<b>Подвижные игры большей подвижности.</b>					
<b>«Перелет птиц»</b>	На прогулке, в спортивном зале	Дети стоят свободно на одной стороне площадки напротив гимнастической стенки с несколькими пролетами. По сигналу «птицы полетели» - бегают по площадке, по сигналу «буря» - влезают на лестницу. Если пролетов мало, число играющих детей ограничивается, чтобы всем хватило места на лестницах (3—4 ребенка на пролете).	бегать по всей площадке, не стоять у стенки; влезать на свободное место, уступая друг другу; слезать до конца, не спрыгивая.	Координация движений	Можно сделать препятствия на подходе к лестнице
<b>«Скворечники»</b>	На прогулке, в спортивном зале	Для игры в качестве скворечников можно использовать стулья, а можно начертить	-тот ребенок, который остался без скворечника, становится водящим. -не толкаться	Координация движений	

		<p>мелом небольшие круги, которые будут выполнять функцию домиков. Скворечники располагаются по периметру игровой площадки. Их должно быть на один меньше, чем участников игры. Один из игроков выполняет роль водящего. Все участники игры, включая водящего, свободно передвигаются по игровой площадке под музыку. Как только музыка прекращает звучать, все игроки стремятся занять любой скворечник. Водящий также занимает любой свободный скворечник.</p>			
«Коршун» (русская)	На прогулке, в спорте	Среди игроков распределяются роли. Один из них становится	Пойманный «цыпленок» выходит из игры.	Координатия движений	Цыплятам бегать короткими перебежками

<p><b>народная игра)</b></p>	<p>вном зале</p>	<p>«коршуном», другой «курицей», все остальные «цыплята». «Цыплята» выстраиваются в колонну по одному за «курицей», держась за пояс друг друга. Игра начинается с диалога:  - Коршун, коршун, что с тобой?  - Я ботинки потерял.  - Эти?  («курица», а в след за ней «цыплята» выставляют в сторону правую ногу.  - Да! – отвечает «коршун» и бросается ловить «цыплят». «Курица» при этом старается защитит «цыплят» не толкая при этом «коршуна».</p>	<p>Пойманный «цыпленок» становится «коршуном»</p>		<p>с внезапным изменением направления</p>
<p><b>«Мышеловка»</b></p>	<p>На прогулке, в спорти</p>	<p>Играющие делятся на две неравные группы.</p>	<p>По окончании стихотворения дети останавливаю</p>	<p>Координатия движений</p>	<p>Можно бегать имитируя движения</p>

	вном зале	<p>Меньшая (примерно треть играющих) образует круг – мышеловку. Остальные изображают мышей. Они находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то влево, то вправо, приговаривая:</p> <p><i>Ах, как мыши надоели, Берегитесь же, плутовки, Развелось их просто страсть. Доберемся мы до вас. Все погрызли, все поели, Вот поставим мышеловки, всюду лезут – вот напасть. Переловим всех за раз!</i></p>	<p>тся и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают в мышеловку и тут же выбегают с другой стороны. По слову воспитателя «хлоп!» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка считается захлопнутой. Мыши, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Они же становятся в круг (размер мышеловки увеличивается). Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется.</p>		ЖИВОТНЫХ
«Плат очек»	На прогул	Дети садятся в круг на	Если игрок это заметил,	Координат	Можно выбрать двух

	ке, в спортивном зале	корточках, лицом к центру. А водящий должен бегать вокруг и не заметно уронить платок у кого-нибудь за спиной.	ему нужно схватить платок и бежать в противоположную сторону, чтобы успеть занять свое место раньше водящего, который тоже бежит по кругу. Кто прибежит последним, водит в следующем кону.	движений	водящих
<b>«Ловишка» (с цветочками)</b>	На прогулке	Играющие строятся по кругу, каждый получает цветочек, который он закладывает сзади за пояс или за ворот. В центре круга - ловишка. По сигналу «Раз, два, три - лови» дети разбегаются, а ловишка стремится вытянуть у кого-нибудь цветочек. Лишившийся цветочка отходит в сторону. По	Ловишка должен брать только цветок, не задерживая играющего. Играющий, лишившийся предмета, отходит в сторону, Не толкаться	Координация движений	Пархать как бабочки



		<p>сигналу «Раз, два, три - в круг скорей беги!», дети строятся в круг. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто лишился предмета, то есть проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает цветочки детям. Игра начинается с новым водящим.</p>			
<p><b>«Быстро шагай».</b></p>	<p>На прогулке</p>	<p>Игроки строятся в шеренгу на линии старта на одной стороне площадки, на другой – водящий, стоящий спиной к игрокам на линии финиша. Водящий громко говорит: «Быстро шагай, смотри не зевай, стой!» В это время игроки шагают вперёд, а на</p>	<p>Нельзя бежать.</p>	<p>Координатия движений</p>	<p>Игрок, который не успел во время остановиться, делает назад ни один шаг, а два.</p>

		<p>последнем слове останавливаются. Водящий быстро оглядывается, и тот игрок, который не успел остановиться, делает шаг назад. Затем водящий снова произносит текст, а дети продолжают движение. Игрок, который первым пересечёт линию финиша, становится водящим.</p>			
<b>«Пятнашки»</b>	<p>На прогулке, в спортивном зале</p>	<p>Дети находятся в разных местах площадки (границы ее обозначены флажками). Назначенный воспитателем или выбранный детьми пятнашка, получив цветную повязку (ленточку), становится на середине площадки.</p>	<p>-разбежаться только по сигналу «Лови»! -не толкать, а касаться рукой</p>	<p>Координата движений</p>	<p>Не разбежаться, а прыгать на одной ноге</p>

		<p>После сигнала воспитателя: «Лови!» - все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого –нибудь из играющих и коснуться его рукой. Тот, кого водящий коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда пятнашка поймает 3-4 играющих. При повторении игры выбирается новый пятнашка.</p> <p>Если пятнашка в течение 30-40 секунд не может поймать никого из играющих, воспитатель должен назначить другого водящего.</p>			
<b>«Кара си и щука»</b>	На прогулке, в спорти	Из числа игроков выбирается водящий,	-вбегать в круг, только по сигналу	Координатия движений	Выбрать две «Щуки»

вном зале	<p>который будет играть роль щуки. Остальные игроки делятся на 2 группы. Одна группа будет играть роль камешков, другая — роль карасей. Ребята-камешки образуют круг. Внутри круга плавают "караси". "Щука" находится за пределами круга. Как только ведущий скажет "Щука!" — водящий вбегает в круг и старается поймать "карасей". "Караси", в свою очередь, стараются спрятаться за "камешки". Те "караси", которым не удалось спрятаться и которых поймала "щука", уходят из круга. Игра проводится</p>			
-----------	--	--	--	--

		несколько раз, затем игроки меняются ролями, и выбирается новый водящий.			
<b>«Удочка»</b>	На прогулке	Играющие стоят в кругу, выдержит центре круга воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самым полом (землей), а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел ног. Описав мешочком 2-3 круга, воспитатель делает паузу, подсчитывает количество задевших за мешочек и дает указания по выполнению прыжков.	- вращает веревку с мешочком по кругу над самым полом.	Координата движений	Подпрыгивать на одной ноге

<p><b>«Куры в огороде»</b></p>	<p>На прогулке, в спортивном зале</p>	<p>Водящий — "сторож", он располагается на стуле в центре огорода. Остальные игроки — "куры", которые находятся за пределами огорода. Пока ведущий говорит:  <i>Куры вышли погулять, Свежей травки поклевать. Куры влезли в огород. Берегись, честной народ!</i>  — куры пробираются в огород и начинают там бегать. Но как только ведущий скажет "Сторож идет!" — водящий встает со стула и старается поймать "кур", которые убегают от него. Если сторож ловит игрока, то они меняются ролями.</p>	<p>-вставать «Сторожу» со стула, только по команде «Сторож идет»!</p>	<p>Координатия движений</p>	<p>Выбрать два сторожа</p>
--------------------------------	---------------------------------------	--	---	-----------------------------	----------------------------

<p><b>«Мыш и кот»</b></p>	<p>На прогулке, в спортивном зале</p>	<p>Необходимые материалы: домики, в качестве которых могут использоваться стулья, или можно нарисовать круги мелом на игровой площадке. Из числа играющих выбирается водящий, который играет роль кота. Остальные игроки — "мыши". "Мыши" сидят в домиках, пока "кот" бодрствует. Когда "кот" засыпает, "мыши" выходят гулять. Они свободно передвигаются по игровой площадке. В это время "кот" просыпается, мяукает и начинает ловить "мышей". "Мыши" разбегаются по</p>	<p>-мыши сидят в домиках до тех пор, пока кот бодрствует; -бегать не толкаясь.</p>	<p>Координатия движений</p>	<p>Можно выбрать два кота</p>

		<p>домикам. Если "коту" удалось поймать кого-либо из "мышей", то игроки меняются ролями.</p>			
<p><b>«Поймай комара»</b></p>	<p>На прогулке, в спортивном зале</p>	<p>Необходимые материалы: палка длиной приблизительно 1 м, к которой на шнуре подвешен макет комара, изготовленный из картона. Ход игры: Игроки становятся в круг. Водящий располагается в центре, держа в руках палку с прикрепленным с помощью шнура комаром. Он водит комаром над головами игроков, которые в это время стараются его поймать. Тот, кто схватил комара, становится водящим.</p>	<p>-дети стоят на расстоянии вытянутых рук; -водящий располагается строго в центре</p>	<p>Координатная движенья</p>	<p>Палку с макетом комара можно водить на несколько см. выше голов детей</p>



«Мяч в корзину»	На прогулке	Необходимые материалы: мячи и корзины для забрасывания мячей, мел. На игровой площадке устанавливают корзины для забрасывания мячей, а на некотором расстоянии от нее проводится черта, обозначающая место, с которого игроки будут осуществлять броски. Игроки делятся на команды. У каждого игрока — по мячу. Задача команд — забросить как можно больше мячей в корзину.	-за линию не заступать	Координация движений	Бросать только правой (левой) или двумя руками
-----------------	-------------	---	------------------------	----------------------	--

**Подвижные игры малой подвижности.**

«Смотри на меня».	На прогулке, В спортивном зале, в группе	Дети строятся в колонне по одному, идут друг за другом. Им объясняют 2-3 задания, каждое из	Дети стоят на расстоянии вытянутых рук.	Координация движений	Комбинировать по 2 движения
-------------------	--	---	---	----------------------	-----------------------------

		<p>которых соответствует определённому положению рук взрослого. Дети смотрят на взрослого и выполняют задания.</p> <p>Задания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-руки на поясе – ходьба на носках,</li> <li>-руки внизу – ходьба на пятках,</li> <li>-руки вперед – ходьба с высоким подниманием коленей.</li> </ul>			
с мячом «Съедобное-несъедобное»	На прогулке, В спортивном зале, в группе	Если ведущий называет «съедобное» слово, ребенок ловит мяч и держит, если «несъедобное» — быстро бросает назад.	-бросать мяч только в руки; -ребенок, который неправильно поймал мяч, становится ведущим	Координация движений	Дети становятся в круг, стоя на одной ноге
«Затейники».	На прогулке, В спортивном зале, в группе	Дети становятся в круг. Одного из играющих воспитатель назначает затейником. Он находится в середине круга. Дети идут по указанию	Каждый затейник сам должен придумывать движения и не повторять тех, которые уже показывали до него.	Координация движений	Можно комбинировать по 2 движения

		<p>воспитателя вправо или влево под следующий текст: Ровным кругом, друг за другом Мы идем за шагом шаг. Стой на месте, дружно вместе Сделаем... вот так ... По окончании текста дети становятся на расстоянии вытянутых рук. Затейник показывает какое-нибудь движение, и все стоящие по кругу повторяют его. Затем воспитатель сменяет затейника или затейник выбирает кого- нибудь вместо себя, и игра продолжается.</p>			
--	--	---	--	--	--

Приложение 2.

План - конспект образовательной деятельности в образовательной области  
«Физическое развитие».  
(Физкультурное занятие)

Цель: Повышение двигательной активности.

Задача: 1) Закреплять и совершенствовать прыжки с места на мат.

2) Формировать навыки правильной осанки

3) Воспитывать дисциплинированность, нравственно – волевые качества (уважение, коллективизм, решительность, целеустремленность).

Время проведения: 25 мин.

Группа: старшая

Место проведения: Спортивный зал

Оборудование и инвентарь: Большой мяч, шнур, мешочек, гимнастическая скамейка, мат, кегли, малый мяч, флажок, платочек, свисток.

Части занятия	Содержание	Дозировка	ОМУ
I Вводная Часть 4 минуты	Построение в шеренгу	10 секунд	В одну шеренгу становись
	Строевые упражнения Повороты - направо	10 секунд	Внимание! Напра – ВО! Раз! Два!
	Ходьба с заданием Вокруг зала - на носочках руки вверх	0,5 круга	Внимание! В обход на носочках шагом Марш! -Руки вверх, смотрим вперед, пальцы вместе
	- на пятках руки за голову	0,5 круга	Внимание! В обход на пятках шагом Марш! -Локти развести, не сутулимся
	- с высоким подниманием колена руки за голову	0,5 круга	Внимание! Вс высоким подниманием колена шагом Марш! -Локти развести,

<p>II Основная часть 19 минут</p> <p>1.ОРУ с большим мячом</p>	<p>Бег с заданием Вокруг зала - на носочках руки вверх</p>	0,5 круга	<p>колени выше, смотрим прямо</p> <p><b>Внимание!</b></p> <p>В обход на носочках руки вверх бегом</p> <p><b>Марш!</b></p> <p>-Руки прямые, пальцы вместе</p>
	<p>- подскоками руки на поясе</p>	0,5 круга	<p><b>Внимание!</b></p> <p>В обход подскоками руки на пояс бегом</p> <p><b>Марш!</b></p> <p>-Соблюдаем дистанцию</p>
	<p>-галопом правым боком руки на поясе</p>	0,5 круга	<p><b>Внимание!</b></p> <p>В обход галопом правым боком руки на пояс бегом</p> <p><b>Марш!</b></p> <p>-Соблюдаем дистанцию</p>
	<p>Ходьба (упражнение на восстановление дыхания)</p> <p>- ходьба на носочках руки вверх</p>	40 секунд	<p><b>Внимание!</b> В обход по залу на носочках, руки вверх марш!</p> <p>-Спина прямая</p> <p>-руки прямые</p>
	<p>Перестроение через центр в 3 колонны для ОРУ:</p>	20 секунд	<p><b>Внимание!</b> Ноги врозь, мяч в прямых руках, поднятие рук вверх на носочках начали!</p> <p>-Руки прямые</p> <p>-Тянем носочки</p> <p>-Ноги в коленях не сгибаем</p> <p>-Посмотреть на руки.</p>
	<p>1. И. п.: основная стойка ноги врозь, мяч в обеих руках внизу.</p> <p>1) 1—2 поднять мяч вверх, поднимаясь на</p>	5 раз	

	<p>носки; 2) 3—4 вернуться в исходное положение.</p> <p>2. И. п.: стоя на коленях, мяч в обеих руках перед собой. 1) 1—2 — прокатить мяч вокруг себя вправо; 2) 3—4 — влево.</p> <p>3. И. п.: сидя ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой. 1) 1—2 — наклониться, прокатить мяч от одной ноги к другой; 2) 3—4 — вернуться в исходное положение.</p> <p>4. И. п.: ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках перед собой. 1) 1—2 присесть, вынести мяч вперед, руки прямые; 2) 3—4 вернуться в исходное положение.</p> <p>5. И. п.: ноги на ширине плеч, мяч лежит на полу, руки на</p>	<p>5 раз</p> <p>5 раз</p> <p>4 раза</p>	<p>Внимание! Исходное положение на коленях, мяч в руках перед собой, прокаты мяча вокруг себя начали! -Смотрим на мяч</p> <p>Внимание! Сидя, ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой, наклоны и прокаты мяча от одной ноги к другой начали! -Колени не сгибаем -Руки прямые -Тянемся</p> <p>Внимание! Ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках перед собой, приседания и вынесение мяча прямыми руками вперед начали! -Спина прямая -1-2 руки с мячом вперед, руки прямые -Локти не сгибаем -Смотрим на мяч</p> <p>Внимание! Ноги на ширине плеч, руки на поясе прыжки на</p>
--	---	---	---

<p>2. ОВД</p>	<p>поясе. 1) прыжки на двух ногах в одну сторону, затем в другую сторону вокруг мяча 2) руки на пояс, на одной ноге в правую, затем в левую сторону</p> <p>Ходьба на месте, руки через стороны вверх</p> <p>Построение в 1 колонну для выполнения ОВД:</p> <p>Подлезание под шнур боком не касаясь руками пола.</p> <p>Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе.</p> <p>Подлезание под шнур прямо не касаясь руками пола.</p>	<p>По 2 раза в каждую сторону</p> <p>3-4 раза</p> <p>5раз</p>	<p>обеих ногах (на правой (левой)) ноге вокруг мяча марш! -Прыжки мягче -Приземляемся на обе ноги.</p> <p>Внимание! -На месте шагом марш! -Руки через стороны вверх-вдох -Руки через стороны - выдох</p> <p>Внимание! В одну колонну становись! Поточный способ организации выполнения ОВД</p> <p>Ребенок подлезит под шнур боком не касаясь руками пола, встает на скамейку, мешочек на голову, руки на пояс, сходит со скамейки подлезит под шнур прямо не касаясь руками пола</p> <p>Присесть сначала правая (левая) нога, затем левая (правая) -Руками пола не касаемся!</p> <p>-Руки на поясе -Смотрим вперед!</p>
---------------	--	---	---





	<p>вверх-вдох, опустить-выдох</p> <p>Образование круга для подвижной игры</p> <p>П/и «Платочек»</p> <p>А) описание Дети садятся в круг на корточках, лицом к центру. А водящий должен бегать вокруг и не заметно уронить платок у кого-нибудь за спиной. Если игрок это заметил, ему нужно схватить платок и бежать в противоположную сторону, чтобы успеть занять свое место раньше водящего, который тоже бежит по кругу. Кто прибежит последним, водит в следующем кону.</p> <p>Б) правила</p> <p>В) определение победителя</p>	<p>1 круг</p>	<p>-руки через стороны вверх-вдох, опустили-выдох! На месте стой! Раз! Два! -Встали в круг лицом!</p> <p>Ребята, давайте поиграем в игру «Платочек». Для этого нам нужен водящий, выберем его с помощью вертушки (кегли)</p> <p>-Садимся на корточки. А водящий будет бегать вокруг и не заметно уронит платок у кого-нибудь за спиной. Если кто-нибудь это заметил, ему нужно схватить платок и бежать в противоположную сторону, чтобы успеть занять свое место раньше водящего, который тоже бежит по кругу.</p> <p>-водящий начинает бегать только по сигналу свистка -не толкаться</p> <p>- выигрывает тот, кто успеет занять свое место вперед водящего</p>
--	--	---------------	---

<p style="text-align: center;">III Заключительная часть 2 минуты</p>	<p>Г) подведение итогов</p> <p>Построение в одну колонну Игра малой подвижности П/и «Найти, где спрятано». Дети стоят вдоль стены зала.</p> <p>А) описание Воспитатель показывает им флажок и говорит, что спрячет его. Дети поворачиваются лицом к стене. Воспитатель прячет флажок и говорит: «Пора». Дети ищут спрятанный флажок. Кто первым найдет флажок, тот прячет его при повторении игры. Игра повторяется 3-4 раза.</p> <p>Б) правила</p> <p>В) определение победителя</p> <p>Д) подведение итогов</p>	<p>-Кто прибежит последним, водит в следующем кону.</p> <p>Внимание! В одну колонну становись!</p> <p>Ребята, сегодня поиграем в игру «Найти, где спрятано». Вы по сигналу свистка отворачиваетесь к стене, я прячу флажок и по команде «Пора», вы ищите его.</p> <p>-искать предмет только по сигналу свистка -не толкаться во время поисков</p> <p>-Выигрывает тот, кто больше найдет предметов -Выявить самого находчивого ребенка</p>
--	--	---

План-конспект прогулки

Возрастная группа: старшая

Тема: Наблюдение за погодой

Область: познавательное развитие

Цель: Развитие умения устанавливать причинно-следственные связи между природными явлениями.

Задачи:

1. Образовательные - формировать представления о весенних изменениях в природе.

2. Развивающие-развивать координацию движений в игре

3. Воспитательные- воспитывать чувство коллективизма.

Оборудование/ материалы/ инвентарь:

Демонстрационный

материал \_\_\_\_\_

Раздаточный материал: Выносной материал - лопатки, совочки, метелки.

Этапы организации образовательной деятельности	Время	Содержание взаимодействия воспитателя с детьми	Примечания
<p>I.Ориентировка в деятельности</p> <p>1.Мотивация</p> <p>2. Определение цели</p> <p>3.Определение необходимых действий</p> <p>II. Исполнительский этап (беседа, игра,</p>		<p>Восп-ль:</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять, Отправляемся гулять. Все же знают, что полезно Свежим воздухом дышать. Мы гуляем, мы играем И, конечно, наблюдаем. Наблюдение</p> <p>Восп-ль: (загадывает детям загадку) Здравствуйте, ребята! Ежедневно по утрам Я вхожу в окошко к вам, Если солнце за окном, Значит, я приду к вам в дом. Вы догадались, кто я? (дети с помощью воспитателя отгадывают загадку) - Правильно, это весенний Солнечный лучик. Весной солнышко начинает светить чаще и очень ярко, а его солнечные лучики разбегаются по всей</p>	

<p>упражнение, задание, опыт, эксперимент, и т.д.)</p> <p>III. Завершающий этап Беседа по достижению цели</p>	<p>земле. Вот и Солнечный лучик, тоже везде бывает, в любой уголок нашего детского сада может заглянуть. То по одному участку пробежит, то по другому. И всегда удивляется, какой красивый у нас детский сад. А особенно весной, когда все расцветает, когда все взрослые и дети выходят на улицу и прибирают территорию детского сада после зимы.</p> <p>Вставайте за мной паровозиком и поедем в путешествие по территории нашего детского сада (восп-ль включает аудиозапись песни «Паровоз «Букашка»).</p> <p>Восп-ль: Стоп, остановка. Ребята, посмотрите какой сегодня чудесный денёк, подойдите ко мне поближе и отгадайте мою загадку:</p> <p>Я раскрываю почки, В зеленые листочки Деревья одеваю, Посевы поливаю, Движения полна, Зовут меня ... (Весна)</p> <p>Восп-ль: Да, это весна. А вы знаете стихотворения о весне? Хотите рассказать их мне? (Дети рассказывают знакомые стихотворения)</p> <p>Восп-ль: Молодцы, ребята, какие красивые стихи о весне вы рассказали!</p> <p>Восп-ль: Да, весна - это такое время года, когда вся природа меняется. Меняется и воздух, он становится теплым, приятным. Давайте подышим свежим, весенним воздухом.</p> <p>Подвижная игра «Караси и щука»</p> <p>Индивидуальная работа: Игровое упражнение «На одной ножке по дорожке» с Галей</p> <p>Восп-ль: Ребята, наша прогулка заканчивается, скажем "спасибо" солнечному лучику за интересное путешествие.</p>	
---	--	--

ПЛАН - КОНСПЕКТ

организации продуктивной деятельности дошкольников

Возрастная группа: старшая

Вид продуктивной деятельности: Рисование

Тема: «Подснежник»

Область: Художественно-эстетическое развитие

Цель: Совершенствование умений в рисовании.

Задачи:

1. Образовательные - расширять знания детей о нетрадиционных техниках рисования.
2. Развивающие - развивать чувство формы, цвета, пропорций.
3. Воспитательные - воспитывать интерес к нетрадиционным техникам рисования.

Оборудование/ материалы/ инвентарь:

Демонстрационный материал: иллюстрации с первоцветами, репродукции картин.

Раздаточный материал: Тонированная бледно-зелёная бумага, (формат А), акварель, гуашь в мисочках для печати, тампоны из паралона, салфетки мокрые и сухие, расчёски, щётки для набрызга.

Структурные этапы образовательной деятельности	время	Деятельность воспитателя (студента – практиканта)	Деятельность детей
<p>1. Ориентировка в деятельности</p> <p><i>1. Мотивация</i></p> <p><i>Создание атмосферы эмоционально-эстетического восприятия.</i></p> <p><i>2. Организация детей</i></p> <p><i>3. Определение цели</i></p> <p><i>4. Определение необходимых действий</i></p>		<p>- Послушайте внимательно стихотворение и скажите, о каком цветке в нём говорится?</p> <p>Выглянул подснежник в темноте лесной. Маленький разведчик, посланный весной. Пусть ещё над лесом властвуют снега, Пусть лежат под снегом сонные луга, Пусть на спящей речке неподвижен лёд. Раз пришёл разведчик, и весна придёт. (Е.Серова)</p> <p>- Так о каком цветке говорится в этом стихотворении?</p> <p>- А почему этот цветок</p>	<p><i>Дети слушают стихотворение</i></p> <p><i>дают ответы на вопросы воспитателя.</i></p>

	<p>называют подснежником?  - Ребята, а почему ещё его называют маленьким разведчиком?  - Давайте теперь посмотрим на эти первые весенние цветы, подснежники.  - Какие они? А какого подснежники цвета?  - А вот другие весенние цветы – это тюльпаны, нарциссы, мать-и-мачеха.  - Какие настроения вызывают у вас эти цветы?  - А какие используются цвета?</p>	
<p>2. Исполнительский этап  1. <i>Беседа</i>  2. <i>Демонстрация</i>  3. <i>Инструкция</i>  4. <i>Показ</i>  5. <i>Практическая или самостоятельная работа при организации продуктивных видов деятельности.</i>  6. <i>Индивидуальная работа</i></p>	<p>Так вот мы сегодня с вами будем рисовать подснежники на лугу, и будем использовать разные техники рисования.  Демонстрация образца.  Цветы будем рисовать техникой набрызга, а кто расскажет, как мы это будем делать?  - цветы мы будем рисовать с помощью набрызга, а стебли и листочки цветов будем рисовать кистью.  - Как будем рисовать цветы на листе? А цветы как можно расположить? Их можно немного наклонить.  - А чтобы не слились краски, что мы должны сделать?  Прежде чем мы приступим к работе, предлагаю провести физминутку.  «Смотри на меня»  Дети садятся на свои места и приступают к работе.</p>	<p><i>Анализ образца</i>  <i>Дети уточняют техники рисования</i></p> <p><i>Дети выполняют задания</i></p> <p><i>Дети приступают к выполнению задания</i></p>

		Проводится индивидуальная работа с детьми, у которых возникли трудности	
3. Завершающий этап <i>1.Рефлексия</i>		- Итак, ребята, чем мы с вами сегодня занимались? Что понравилось? Что вызвало трудности? Выставка детских работ	<i>Дети анализируют работы, выявляют свои неточности, делают выводы</i>