

Представление опыта работы на методическом объединении: «Подвижные игры (эстафеты) на улице, как средство подготовки воспитанников к участию в городских соревнованиях»

### **Слайд 1**

Подвижные игры (эстафеты) на улице, как средство подготовки воспитанников к участию в городских соревнованиях МАДОУ 29 «Ёлочка». Выполнила инструктор по физической культуре Сергеева М.А.

### **Слайд 2 «Вместе весело играть!»**

Подвижные игры (эстафеты) являются одним из лучших средств учебно-тренировочного процесса. Применение игрового метода в работе с детьми позволяет решать задачи по изучению техники сложных упражнений.

### **Слайд 3 «Бег с препятствиями»**

Одновременно использование игр обеспечивает комплексное совершенствование двигательной активности, в ходе которой вместе с двигательными навыками развиваются и необходимые физические качества.

### **Слайд 4 «Трус не играет в хоккей!»**

Использование подвижных игр в работе способствует приобретению воспитанниками начального опыта соревновательной деятельности.

### **Слайд 5 «Бег с препятствий»**

Игры, используемые для физического воспитания, очень разнообразны. Они делятся на подвижные и спортивные. Спортивные игры — более сложная, наивысшая ступень развития подвижных игр. В отличие от подвижных игр, спортивные более отрегулированы правилами, определяющими состав участников, продолжительность игры, оборудование и инвентарь и др., Соревнования по спортивным играм носят характер спортивной борьбы и требуют от участников большого физического напряжения, командного духа и волевых усилий. Для подвижных же игр более характерно точное и своевременное выполнение заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами, они дают возможность развивать и совершенствовать их движения, упражняется в беге, прыжках, лазанье, бросанье, ловле и т.д. Разнообразные движения способствуют повышению жизнедеятельности организма. Большое влияние подвижные игры оказывают также и на нервно-психическое развитие играющего, формирование важных качеств личности. Они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры играющим приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движения при других. В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакций и др.

## Слайд 6 ,7,8

Хочу представить вашему вниманию, часто используемы мною подвижные игры

Название подвижной игры	Цель подвижной игры	Правила подвижной игры
"Ловишки"	Упражнять в беге. Развивать ловкость, умение быстро ориентироваться.	С помощью считалки выбирается водящий – «ловишка» и становится на середину площадки. По сигналу: "Раз, два, три – лови!" все играющие разбегаются и увертываются от «ловишки», который старается догнать кого – либо и коснуться рукой (запятнать). Тот, кого «ловишка» коснулся, отходит в сторону. Когда будут пойманы 2-3 игрока, выбирается другой «ловишка». Игра повторяется 3 раза. Если группа большая, то выбираются двое «ловишек».
"Догони свою пару"	Упражнять детей в беге с ускорением.	Дети встают в две шеренги; расстояние между шеренгами 3-4 шага. По сигналу инструктора выполняется бег на противоположную сторону площадки (дистанция 15 – 20). Игрок второй шеренги старается дотронуться (запятнать) до игрока первой, прежде чем тот пересечет условную линию. Инструктор подсчитывает количество проигравших. При повторении игрового задания дети меняются ролями.
"Быстро встань в колонну"	Развивать внимание и быстроту движений.	Играющие строятся в три колонны (перед каждой колонной кубик своего цвета). Инструктор предлагает запомнить свое место в колонне и цвет кубика. По сигналу играющие разбегаются по всему залу (площадке). Через 30-35 сек. Подается сигнал "Быстро в колонну!", и каждый ребенок должен быстро занять свое место в колонне.
"Удочка"	Упражнять в прыжках с энергичным отталкиванием двумя ногами от земли и подгибанием ног под себя во время прыжка.	Дети стоят по кругу. В центре круга инструктор держит в руках веревку, на конце привязан мешочек с песком (скакалка). Педагог вращает мешочек на веревке по кругу над самой землей (полом), а дети подпрыгивают, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног. Воспитатель вращает мешочек в обе стороны попеременно.
"Быстро передай"	Развивать быстроту и точность движений при передаче мяча.	Играющие становятся в 3-4 шеренги и располагаются в полушаге друг от друга. У первого игрока в каждой шеренге мяч большого диаметра. По сигналу инструктора дети начинают передавать мяч друг другу из рук в руки. Последний в шеренге игрок, получив мяч, поднимает его над головой.
"Круговая"	Развивать у детей ловкость в	Дети распределяются на две команды. Игроки одной

<b>лапта"</b>	играх с мячом и быстроту в беге с увертыванием.	команды становятся в круг, у каждого в руках мяч. Игроки второй команды находятся внутри круга. Задача игроков первой команды – коснуться (осалить) тех, кто находится внутри круга. Дети внутри круга стараются увернуться. Когда будут осалены не менее трети игроков, команды меняются местами.
<b>"Пас на ходу"</b>	Развитие внимания, быстроту и точность движений при передаче мяча.	Играющие распределяются на пары, и становятся на исходную линию. В руках у одного игрока каждой пары мяч большого диаметра. По сигналу воспитателя дети, бросая по ходу мяч друг другу, передвигаются на противоположную сторону зала (площадки) до обозначенной черты (дистанция 10м). Отмечается пара, которая быстро и без потери мяча достигла линии финиша.
<b>"Успей выбежать"</b>	Закреплять навык ходьбы и бега с изменением направления движения, умения действовать по сигналу инструктора .	Играющие встают в круг. В центр круга выходят 5-6 ребят. Стоящие в кругу берутся за руки и начинают бег вправо или влево (или быструю ходьбу), а ребята в центре круга хлопают в ладоши. По сигналу инструктора "Стоять!" бегущие по кругу быстро останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Педагог вслух считает до трех. За это время стоящие в центре круга должны быстро выбежать из круга. После счета «три» дети опускают руки. Тот, кто остался в кругу, считается проигравшим.
<b>"Переноска мячей"</b>	Развивать умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в быстром беге.	Игроки строятся в две колонны и встают по четырем сторонам зала (площадки). В центре находится обруч большого диаметра (или корзина), в котором лежат мячи по количеству играющих. По команде инструктора дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к обручу, берут один мяч, возвращаются и становятся в конец своей колонны. Вторые игроки начинают бег после того, как первые пересекут обозначенную линию, и т.д. Побеждает команда, быстро и без ошибок выполнившая задание.
<b>"По местам"</b>	Формировать умения подкидывать и ловить мяч, быть ловким, внимательным, развивать глазомер.	Играющие образуют круг. Перед каждым ребенком лежит предмет (кубик, мешочек, кегля). По сигналу все разбегаются по залу (площадке) в разные стороны, а инструктор убирает один предмет. На сигнал "По местам!" все играющие должны быстро встать в круг и занять место у какого – либо предмета. Тот, кто остался без места, считается проигравшим.
<b>«Веселый бобслей».</b> (тюбинг)	Развитие быстроту и точность движений в беге	По два участника из каждой команды, один толкающий другой сидящий, должны быстро пройти от стартовой до обозначенной линии и вернуться обратно. Выигрывает команда, все участники которой быстрее выполнили задание.
<b>«Снежный дартс».</b>	Развивать глазомер	Для этого нужно обозначить ее любым доступным способом, разделить играющих на две и более команды ( в зависимости от количества детей). Победила команда, которая чаще остальных поразила цель.

<b>Эстафетный бег со снежными препятствиями</b>	Закреплять навык бега с изменением направления движения, умения действовать по сигналу инструктора .	Игроки делятся в две колонны, по сигналу инструктора. Должны пройти препятствия на скорость. Выигрывает команда, которая пришла первая
«Гонки»	Упражнять в ходьбе на лыжах	Обхождением препятствий от старта до финишной черты самая простая задача. Для развития новых навыков организуют прохождение лыжников через низкие ворота – пройти, пригнувшись, не разрушив конструкцию (ворота делают из 2 палок в форме треугольника).
«Круг».	Упражнять в поворотах на лыжах	Участники совершают поворот на лыжах на 360° одним движением, по стартовой команде арбитра.

### **Слайд 9 «Нестандартное оборудование» («тропа здоровья», «вкусная конфета», «сладкая морковь», «попади в цель»)**

В своей работе, я много использую выносного специального спортивного инвентаря, а так же нестандартного оборудования, которое в том числе повышает интерес к подвижной игре. Вот некоторые из них:

#### **1. «Тропа здоровья»**

На плотный линолеум прикрепляются крышки от баночек, альтернативой могут быть пуговицы, крышки от бутылок. Тропу здоровья использую для ориентира в прыжках, для профилактики плоскостопия в теплое время года (в зале).

#### **2. «Измеритель силы»**

Воспитанники перед началом занятия и в конце выполняют упор руками на «измеритель силы» (у каждого воспитанника своя сила нажатия, соответственно «измеритель силы» показывает разные показатели. Для детей, это нестандартное оборудование, является большим мотиватором, заниматься физкультурой, качественно выполнять упражнения, для того чтобы быть сильным.

#### **3. «Вкусная конфета», «Сладкая морковь»**

Изготовлено из тряпичного материала, внутри находится паралон, или тряпичные лоскутки. Используется для передачи в эстафете

(эстетичное и безопасное в отличие от эстафетной палочки), также можно наполнить сыпучим материалом для метания в даль.

#### 4. «Попади в цель»

Неликвидные старые мячики, можно одного, можно разных размеров, обвязала плотной нитью (крючком), используя для попадания в цель, а также в подвижных играх, например, «собери шишки в корзину»

### **Слайд 10 «Осенний марафон!»**

В рамках социального партнерства с Дирекцией спортивных сооружений, я использую в своей работе подвижные игры на улице, как средство подготовки воспитанников к городским соревнованиям, таких как: ОФП, Лыжня для Всех, Веселые старты и т.д.

Воспитанники нашего ДОУ приняли участие в Онлайн Фестивале подвижных игр среди команд ДОУ города Нижневартовска. Он проводился с целью: популяризации занятий физической культурой, пропагандой ЗОЖ, укрепление здоровья, улучшение физического развития, совершенствование двигательных навыков и умений детей дошкольного возраста.

### **Слайд 11 «Лыжные гонки», «Бобслей»**

Фестиваль проводился в период февраль по июнь 2021 года на территории спортивной площадки ДОУ. Подготовили и провели фестиваль МАУ г. Нижневартовска «Дирекция спортивных сооружений». Мы с воспитанниками приняли участие в военно – спортивной игре, посвященная Дню Защитника отечества «А ну-ка мальчишки!». В игре приняли участие ребята подготовительной группы, мальчики разделились на две команды, условием организаторов было, не более 10 человек. Девочки приняли участие в роли болельщиков и моих помощников, так как по сценарию военной игры была цель: пройти военные станции и найти пакет с документами, быстрее, чем противник. Девочки эмоционально поддерживали своих товарищей, подсказывали, как правильно и лучше выполнить задания.

### **Слайд 12 «Мы спортивная команда!»**

Ребята с большим интересом проходили все станции, было немало сложных, но интересных заданий, таких как:

#### 1. «Полоса препятствий»

Цель: продолжать развивать ловкость, быстроту скорость.

#### 2. «Тоннель»

Цель: продолжать развивать навык в продвижении на четвереньках.

#### 3. «Снаряды»

Цель: закреплять навык в метании в даль

#### 4. «Собрать башню»

Цель: продолжать развивать слаженную работу в команде и закреплять умение ориентироваться в пространстве.

#### 5. «Лыжня»

Цель: закреплять ходьбу на лыжах на скорость

#### 6. «Радисты»

Цель: развивать мелкую моторику рук

По итогу игры, пакет с важной информацией был найден, быстрее, чем это сделал противник. Воспитанники, нашли послание и были награждены сладкими призами и памятным значками.

Проводимое мероприятие было записано на камеру цельным видео. Загруженное видео материал хранится на интернет ресурсе МАУ «Дирекция спортивных сооружений» и на YouTube.

Наименование мероприятия	Состав команд		Сроки проведения
Военно – спортивная игра, посвященная Дню Защитника отечества «А ну-ка мальчики!»	Не более 10 человек		Февраль
Спортивный праздник, посвященный 8 марта «А ну-ка девочки!»		Не более 10 человек	Март
Спортивный праздник к Дню защиты детей «Мир,лето,спорт»	Не более 10 человек		Июнь
Подведение итогов, награждение	Сентябрь – октябрь		

### **Слайд 13 (фото) «Финишная прямая»**

Таким образом, можно сделать вывод: системное использование подвижных игры на улице, является одним из мощнейших средство подготовки воспитанников к городским соревнованиям, что позволило мне подготовить ребят на более высоком уровне и занять 1 место среди участников в номинации «А ну-ка мальчики!».

### **Слайд 14 Опыт работы участия в конкурсе онлайн – фестиваля подвижных игр « А ну-ка мальчики!»**

Предлагаю вам посмотреть нашу военно – спортивную игру «Зарница»

<https://youtu.be/WLOI9dKOGuo> (часть 1 оригинал)

1.0 мин -1.50 мин – Приветствие , постановка проблемной ситуации «Найти важный пакет с документом»

2.48 – 3.57 - 1 станция «Полоса Препятствий»

<https://youtu.be/P95MxOrfXR0> (часть 2 оригинал)

1.19-1.50 - 2 станция «Тоннель»

3.45 – 4.06 – 3 станция «Снаряды»

[https://youtu.be/p\\_zmVOGfstI](https://youtu.be/p_zmVOGfstI) (часть 3 оригинал)

1.45 -2.07 – Девочки собирают снаряды

2.20-2.46 – 4 станция «Собери башню»

4.38 – 4.50 – 5 станция «Льжня»

6.14-6.29 – 6 станция «Радисты»

7.22 – 7.56 – ребята нашли подсказку

8.25-9.22 – начинаем работать по заданному маршруту, воспитанники ищут важный документ

11.17 – награждение памятными «медалями» ( значки)