

СОВЕТЫ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Игровые упражнения для детей третьего года жизни



Специалист КЦ:

Чирцева Виктория Валерьевна



Консультационный центр

Интенсивное развитие движений начинается в раннем возрасте (*один — три года*). Отсюда следует, что ребенок приходит в детский сад с собственным двигательным опытом. Он уже научился ходить и бегать, с удовольствием играет с мячом со взрослыми, свободно передвигается на четвереньках, а лазание и ползание — это его любимые занятия. Педагог может продолжать работу по развитию движений детей, а не начинать ее с самого начала, с нуля, не обучать тому, что они уже умеют делать самостоятельно (*это для ребенка «вчерашний день»*), а обучать тому, что они делать еще не умеют.

Более точное представление двигательной деятельности у детей третьего года жизни формируется в игровых упражнениях. В чем же суть этого средства физического воспитания и почему ему отдается предпочтение?

В игровых упражнениях развивается активность, формируются элементарные познания о самом движении.

Дети не только учатся воспринимать движение целиком, но и получают представление о движении отдельных частей тела.

Предметы разной формы и величины предполагают соответствующие способы действия с ними: по-разному раскрываются ладони и поворачиваются кисти рук; пальцы мнут мячик, крутят палочку султанчика и т.д.

Чтобы пройти как петушок, нужно высоко поднимать ноги, согнутые в коленях, а чтобы пройти через вертикально стоящий обруч – наклонить голову. Таким образом малыши учатся управлять своим телом.

Кроме того ребенок узнает, что одно и то же движение можно выполнять по — разному: бегать медленно и быстро; врассыпную между предметами, в прямом направлении и по кругу; по гимнастической доске и по дорожке из обручей. Также он усваивает, что с одним и тем же предметом можно выполнять разные действия: катить или вращать обруч, пролезать через него снизу вверх или сверху вниз; если встать в середину обруча, его можно двигать по полу, подталкивая пальцами ног.

Чем больше способов движения узнает ребенок, тем разнообразнее становится его самостоятельная двигательная деятельность и тем быстрее формируется у него умение переносить освоенные в новые условия.

Малыши начинают не только свободно ориентироваться в пространстве зала. Но и учатся видеть границы действия с физкультурным оборудованием.

Они узнают, что у скамейки есть край и при выполнении упражнения

его нужно видеть, а у обруча – ободок и по нему нужно пройти приставным шагом.



Дети начинают понимать, как изменяется способ выполнения движения в зависимости от размеров пособий и оборудования (*они перешагивают через низкие и высокие препятствия; проходят по широкой и узкой доске; бросают вдаль мячи разного размера*).

В этом возрасте также формируется представление о свойствах предметов (*цвете, форме, весе*), а также об их количестве и положении в пространстве. Большой мяч – тяжелый, его бросают через шнур двумя руками, а **«снежки»** — легкие, их можно взять в горсть и бросить вверх. Если гимнастическая доска узкая, по ней надо идти не спеша, медленно, а по широкой доске можно и побежать. Звучащий молоточек можно положить за скамейку, а взять из-под скамейки.

В игровых упражнениях у детей развивается способность обучаться: внимательно слушать объяснения, действовать по указанию взрослого, ставить перед собой задачу.

Чтобы вызвать у детей эмоциональный отклик, увлечь их, обрадовать, удивить, передать им знания, которые хотим, следует вовлечь в образную форму. Поэтому в игровых упражнениях целесообразно использовать игрушки, стихи, сюрпризные моменты.



Игровое упражнение «Непослушные мячики».

Для этого надо взять игрушечного зайчика, спрятать в корзине с мячами так, чтобы его ушки торчали наружу. Дети вместе с воспитателем будут ходить по залу в поисках зайчика, заглядывая под скамейку, за гимнастическую стенку, за бревно. Наконец кто-либо из детей увидит игрушку, достанет зайчика из корзины и посадит на скамейку. В это время воспитатель высыпает мячи из корзины так, чтобы они укатились как можно дальше от детей. Малыши будут догонять мячи и складывать в корзину. Данное действие воспитатель с детьми должен проделать несколько раз, говоря при этом: **«Какие непослушные мячи!**

Они убегают от вас и быстро — быстро катятся. Но ваши ножки быстрее, вы их догнали!»

В конце игры дети собирают корзину: **«Мячи устали, им нужно отдохнуть»**

