

# Мастер-класс

## «Подвижные игры на прогулке»

Прогулка - один из важнейших режимных моментов, во время которого дети могут достаточно полно реализовать свои двигательные потребности. Это благоприятное время для проведения п/и и игровых упражнений с помощью п/и решаются самые разнообразные задачи: воспитательные, оздоровительные, образовательные.

П/и развивают ловкость, выносливость, самостоятельность, творчество в двигательной деятельности. Благодаря чему у детей развивается инициативность, повышаются навыки самоорганизации. В процессе игры создаются благоприятные условия для физического развития и оздоровления, а также нравственных качеств, привычек и навыков жизни в коллективе. Начиная с младшего возраста, с помощью взрослого ребёнок овладевает новыми, более сложными движениями (быстро бегают, преодолевает препятствия).

В старшем возрасте п/и служат в основном методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков развитие физических качеств и воспитание морально-волевых качеств. Игры усложняются по содержанию, правилам, количеству ролей, коллективных соревнований.

При организации п/и необходимо учитывать:

1 какие занятия предшествовали ( МУЗО, ФИЗО) то прогулку можно начать с наблюдения, занятия малой подвижности ( познание, коммуникация, фэмп) то можно начать с п/и, игровых спортивных упражнений.

2 учитывать погодные условия, время года, если холодно (больше движений), жарко (игры малой подвижности).

3 учитывать степень двигательной активности каждого ребёнка.

### ПЕРЕЧЕНЬ П/И. Младший возраст.

Игры на развитие двигательной активности, ОД ходьба, бег, прыжки, равновесие.

«Самолеты», « Солнышко и дождик», «Пузырь», «Карусель», « Большие-ноги шли по дороге» , и др.

**П/и «Звончек».**

Дети стоят полукругом на одной стороне площадке. У воспитателя за спиной колокольчик. Показывает детям затем прячет за спину, перебегает на другую сторону « Я бегу ,бегу, бегу и в звоночек я звоню» кладет и говорит: «Все сюда скорей бегите и в звоночек позвоните». Ребенок звонит и отдает звонок воспитателю.

### **П/и «Цветные автомобили»**

*Цель:* в соответствии с цветом флажка выполнять действия, ориентироваться в пространстве.

*Ход игры:* У воспитателя три флажка разного цвета. Он поднимает один или все сразу. Дети держащие такие же флажки, разбегаются по залу. Когда воспитатель опускает флажок, «автомобиль» останавливается и шагом возвращается в «гараж».

Средний возраст.

П/и более разнообразны, вносят элемент соревнования. Сначала индивидуального. Потом коллективного.

« У медведя во бору» , «Перебежки», « Мы весёлые ребята», « Карусель», « Найди пару», « Кто скорее до флажка», «Дед Мазай и зайцы» и др.

### ***Р/н игра « Капуста»***

*Цель:* развитие ловкости движений.

*Ход игры:* Круг - это огород. В середине складывают платки, обозначающие капусту «Хозяин» садится рядом с « капустой» и говорит.

Я на камешке сижу, мелки колышки тешу, огород свой горожу.

Чтоб капусту не украли, в огород не прибежали

Волки и синицы, бобры и куницы,

Заяц усатый , медведь косолапый.

Дети стараются забежать в « огород», схватить капусту и убежать, кого «хозяин» поймает- из игры выбывает Участник, который больше всего унес « капусты»-победитель.

### **П/и « Огуречик,огуречик...»**

*Цель:* Развивать ловкость, учиться прыгать на двух ногах.

*Ход игры:* На одном конце площадки –воспитатель( ловишка), на другом – дети. Дети приближаются к « Ловишке» на двух ногах. «Ловишка» говорит слова:

Огурчик, огурчик,

Не ходи на тот конец:

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет.

При последних словах дети убегают на свои места, «ловишка» догоняет.

*Старший, подготовительный возраст.*

Увеличивается количество игр. В играх нет образов ( «Ловишки», игры с мячом и т. д.)

Игры также построены на ОД беге, прыжках, метании, лазании, больше требований (точность движений, правильность выполнения) Усложняются правила. Выполнение правил требует торможения, выдержки, сосредоточенности, внимания, наблюдательности, ловкости .

«Ловишки», «Ловишки с лентами», «Два мороза», «Мышеловка», «Жмурки», «Платочек», «3- ий лишний», «Большой мяч», «Шишки ,жёлуди, орехи» и мн. др.

**П/и « Большой мяч».**

*Цель:* развитие ловкости движений.

*Ход игры:* Для игры нужен большой мяч. Играющие встают в круг и берутся за руки, водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Но он встаёт за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему надо вкатить мяч в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середине встаёт тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется.

**Р/н игра « Мяч кверху».**

Развитие быстроты движений, ловкости.

*Ход игры:* Играющие встают в круг, водящий идет в середину круга и бросает мяч со словами: «Мячик кверху» Играющие в это время стараются

как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой». Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того кто стоит ближе к нему. Если он попал, то подбитый становится водящим. Если нет, игра продолжается опять.

### ***П/и « Шишки, желуди, орехи »***

*Цель:* развитие ловкости, быстроты, внимания.

*Ход игры:* играющие встают по кругу по три человека друг за другом. Первые - это «шишки», вторые - «желуди», третьи - «орехи». По сигналу водящего, меняются местами, например: «шишки» меняются с «шишками», «орехи» с «орехами» и т.д. Водящий должен в это время занять их место. Кто не успел тот водящий.

