

Подвижные игры как средство подготовки детей к школе*

И.А. Смирнова

Использование средств физической культуры и спорта – серьезный и действенный фактор формирования социальной активности, укрепления здоровья, повышения физической подготовленности детей и молодежи. К сожалению, в настоящее время на практике мало используются фольклорные подвижные игры. Между тем детский фольклор – органическая часть самобытной народной культуры и вместе с тем совершенно особая, самостоятельная область устного поэтического творчества. Детский фольклор – явление вечное, ибо вечно детство, которое дано человеку, «чтобы играть» и, играя, творить жизнь.

Мы хотим показать, как можно проводить занятия по физическому воспитанию в фольклорной стилистике.

Инвентарь: косички по числу детей, маски кота и совы.

Задачи:

1) познакомить детей с народными играми, считалками, потешками, стишками, песенками, русской народной музыкой;

2) развивать мелкую моторику детей, звукопроизношение, физические качества;

3) создавать у детей положительный эмоциональный настрой.

Вводная часть.

Воспитатель:

– Мы гулять с вами пойдем, красно солнышко найдем. Солнышко-вёдрышко, выгляни в окошко. Красное, покажись, яркое, появись.

Дети: ходьба бодрым шагом. Ходьба на носках, пятках, внешней и внутренней стороне стопы.

– Утром солнышко встает, выше, выше, выше. Ночью солнышко уйдет, ниже, ниже, ниже.

Дети: ходьба на носках в центр круга. Ходьба спиной вперед, в приседе.

– Есть у солнышка дружок, красногрудый петушок. Петя рано встает, голосисто поет, детям спать не дает.

Дети идут с высоким подниманием бедра и работой рук – «как петушок» – через косички.

– Солнце красное взошло, ярко засияло, зайчики-лучики нам с тобой послали.

Дети: прыжки на двух ногах по кругу через косички – «как зайчики».

– Будем с солнышком играть и косички выбирать.

Дети: бег врассыпную, по сигналу остановка на косичке.

Основная часть.

Общеразвивающие упражнения с косичками, с речитативом.

1. Руки вверх – и мы вдыхаем, руки книзу – выдыхаем.

2. Руки ставим перед грудью, повороты делать будем.

3. Руки вверх над головой, наклоняемся с тобой.

4. А теперь вперед прогнуться и друг к другу потянуться.

5. Вниз наклоны делать будем и колени коснемся грудью, а колени не сгибать и косички не ронять.

6. Сели, встали, сели, встали и ни капли не устали, спинки ровно всем держать, пятки можно отрывать.

7. Чтобы сильными нам стать, будем ноги поднимать.

8. А теперь играем в краны, строим башни-великаны.

9. Отдыхаем, все легли. Сели быстро! Раз, два, три! Ручками не помогать, будем пресс тренировать.

10. На животике лежи и кораблик покажи: по морям, по волнам, сегодня здесь, а завтра там.

11. Ты прогнись, а не лежи и лягушку покажи.

* Тема диссертации «Гуманистическая направленность физического воспитания в процессе подготовки и адаптации детей к систематическому обучению в школе». Научный руководитель – доктор пед. наук, доцент КГПУ Н.М. Конжиев.

12. Спинка будет отдыхать, надо киску показать.

13. А теперь попрыгать нужно, ну-ка вместе, ну-ка дружно.

14. Отдыхаем: дует легкий ветерок, вертит нас, как флюгерок.

15. Мы попрыгаем опять, всем кошечки повращать.

16. Отдыхаем, дышим глубже, перешагиваем дружно.

– А теперь пора играть, начинаю всех считать:

Первенчики, друженчики,

Летели голубенчики.

Тебе – ловить,

А тебе – водить.

Народная игра «Совушка-сова большая голова».

– Будем заново играть, надо вас пересчитать:

Вышли мыши как то-раз

Посмотреть, который час.

Раз, два, три, четыре,

Мыши дернули за гири.

Вдруг раздался страшный звон,

Кто остался, выйди вон.

Веселись, ликуй, народ,

Тот, кто вышел, будет кот.

Ты мышат быстрее лови,

Хвостики себе бери.

Раз, два, три – лови!

Игра «Кот и мыши».

Заключительная часть.

Игра «Мышеловка».

– Как нам мыши надоели,

Все погрызли, все поели.

Погодите же, плутовки,

Доберемся мы до вас,

Вот расставим мышеловки,

Переловим всех сейчас.

Игра повторяется дважды, после игры отмечаются самые ловкие «мышки».

Занятие заканчивается ходьбой по кругу.

Творчески используя фольклор как эмоционально-образное средство влияния на детей, можно поддерживать их интерес к физической культуре. Такие занятия доставляют детям радость и помогают непринужденно, с удовольствием готовиться к новой учебной деятельности.

Ирина Анатольевна Смирнова – преподаватель спортивных дисциплин Петрозаводского педагогического колледжа, победитель и лауреат республиканских конкурсов «Мастер педагогического труда».