Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад присмотра и оздоровления № 46 «Светлячок»

г. Рубцовска Алтайского края

658222, г. Рубцовск, ул. Октябрьская, 19

тел. (38557) 2-49-20, 2-49-81

e-mail: detskiisad46@yandex.ru

СЕМИНАР

«Технологии работы со слабомотивированными

детьми и с высоким уровнем активности»

Подготовила:Кяшкина Наталья Витальевна,

воспитатель МБДОУ «Детский сад

присмотра и оздоровления № 46«Светлячок»

**Как выбрать водящего для игры**

Все дети любят играть в подвижные иг­ры, и все хотят быть водящими. Как быть? Предлагаемые игровые приемы по­могут решить эту проблему, а также закре­пить двигательные навыки детей и повы­сить моторную плотность занятия. Ис­пользование игровых приемов облегчает педагогу планирование разных видов дви­гательной деятельности с учетом их интен­сивности и сложности, а также обеспечивает детям активный отдых за счет рациональ­ного распределения мышечной нагрузки. Считалки позволяют стимулировать рече­вую активность детей в процессе двига­тельной деятельности и развивают умение согласовывать речь с движением. Исполь­зуя игровые приемы, педагог сможет диф­ференцировать и задания с учетом индиви­дуального уровня развития ребенка и зоны его ближайшего развития.

**«У кого получится дольше отбивать мяч?»**

**Задачи.** Закрепить навык отбивания мя­ча на месте; развивать крупную и мелкую моторику, ловкость.

**Материал.** Мячи (по числу детей).

**Выполнение.** Все дети одновременно на­чинают отбивать мяч. Ребенок, допустив­ший ошибку (потерял мяч, поймал его дву­мя руками, сошел с места), выбывает из иг­ры. Водящим выбирают игрока, который дольше всех отбивал мяч на месте. При по­вторении игры выбирают нового водящего; при этом дети выполняют это же упражне­ние другой рукой, или двумя руками, или попеременно правой и левой рукой. Дети, имеющие высокий уровень развития дан­ного навыка, выполняют задание с услож­нением: мячом меньшего размера, на коле­нях, отбивают мяч точно в горизонтальный обруч и др

**Методические указания.** Следить осанкой детей, постановкой кисти.

**«Мяч лови и мяч бросай!»**

Задачи. Упражнять в перебрасывании мяча в парах; развивать крупную и мел кую моторику, ловкость.

**Выполнение.** Дети строятся в шеренгу или круг. Под считалку воспитатель бросает каждому ребенку мяч снизу и принимает его обратно тем же способом. Водящим выбирают того, на ком закончилась считалка. При повторении игры в ходе выполнения того же упражнения можно выбирать другого водящего, но упражнение следует усложнить (уменьшить размер мяча, увеличить расстояние между воспитателем и детьми). Можно предложить детям другое упражнение: перебрасывать мяч с ударом об пол; двумя руками из-за головы; двумя руками от груди.

**Методические указания.** Следить за хватом мяча.

**«Гонка мячей»**

**Задачи.** Упражнять в передаче мяча в колонне; развивать крупную и мелкую мускулатуру рук, туловища, ловкость, координацию движений.

**Выполнение.** Дети строятся в колону по одному. Под считалку они начинают передавать мяч назад двумя руками над головой. Последний игрок, получив мяч, бежит в начало колонны, и игра повторяется. Ребенок, на котором закончилась считалка,становится водящим. Если в игре нужно выбрать двух-трех водящих, одновременно передают два-три мяча.

*Вариант.* Передача мяча в колонне под ногами.

**Методические указания.** Следить за расстоянием между игроками в колонне, за передачей мяча точно в руки.

**«Передай ногами!»**

**Задачи.** Укреплять мышцы брюшного пресса, сто­пы; осуществлять профилактику плоскостопия; спо­собствовать формированию правильной осанки.

**Материал.** Шарики, мячи, кубики, платочки, шнуры.

**Выполнение.** Сидя в кругу, под считалку дети пе­редают мяч стопами. У кого мяч окажется по оконча­нии считалки, тот водящий.

*Вариант.* Передавать предметы одной ногой, стоя в кругу.

**Методические указания.** Следить за осанкой, сменой ног, направлением передачи атрибутов, пра­вильным захватом предметов. Для обеспечения тре­нирующего эффекта важно использовать длинные считалки.

**«Не урони!»**

**Задачи.** Осуществлять профилактику плоскосто­пия; способствовать формированию правильной осанки; развивать ловкость, ориентировку в прост­ранстве.

**Материал.** Набивные мешочки весом 400 г.

**Выполнение.** Дети двигаются врассыпную по залу с мешочком на голове, выполняя задания: передви­гаться на носках, пятках, наружном своде стопы, в полуприседе, с поворотом кругом. Водящим выбира­ют того, кто меньшее количество раз уронил мешо­чек. Если дети легко справляются с данным задани­ем, то выбор водящего можно усложнить: собирать предметы (шнуры, платочки, ленточки) с пола с ме­шочком на голове. Водящий - тот, кто собрал боль­ше предметов и меньшее количество раз уронил ме­шочек.

**Методические указания.** Следить за осанкой детей.

**«Попляши и покружись, самым ловким окажись!»**

**Задачи.** Развивать ловкость, равновесие, ориенти­ровку в пространстве; способствовать формирова­нию правильной осанки; осуществлять профилакти­ку плоскостопия.

**Выполнение.** По сигналу «Попляши!» дети пля­шут, по сигналу «Покружись!» кружатся, по сигналу «Самым ловким окажись!» стоят на одной ноге. Во­дящим выбирают того, кто дольше простоит на од­ной ноге. При повторном выборе водящего детям предлагается сохранять равновесие в другой стойке, с другим положением рук, с закрытыми глазами.

**Методические указания.** Следить за осанкой де­тей, сменой ног, умением сохранять равновесие.

**«Прыгуны»**

Задачи. Укреплять мышцы ног, рук; формировать правильную осанку; закреплять навык в прыжках че­рез короткую скакалку; развивать выносливость, ко­ординационные способности.

Материал. Скакалки по количеству детей.

Выполнение. Дети прыгают через короткую ска­калку. Водящим выбирают того, кто сможет дольше

всех без остановки прыгать на месте (или большее количество раз).

**Методические указания.** При повторном выборе водящего закреплять другие виды прыжков через короткую скакалку. Обеспечить технику безопаснос­ти, следить за мягким приземлением в прыжках.

**«Мышеловка»**

**Задачи.** Укреплять мышечный корсет; развивать координационные способности детей, выносливость; упражнять в подлезании.

**Выполнение.** Подгруппа детей образует круг - это «мышеловка», другая подгруппа - «мыши». Под считалку мышки пробегают врассыпную из норки в другую. По окончании считалки мышеловка захло­пывается, пойманные мышки становятся в круг и ис­полняют роль мышеловки, оставшиеся продолжают игру. Она продолжается до тех пор, пока не будут пойманы несколько мышек (ровно столько, сколько нужно водящих в игре). При повторном выборе во­дящих подгруппы детей меняются ролями.

**Методические указания.** Мышки не должны за­девать мышеловку, наталкиваться друг на друга.

**«Тетерка»**

**Задачи.** Укреплять мышечный корсет; развивать координационные способности, выносливость; уп­ражнять в подлезании.

**Выполнение.** Двое детей берутся за руки, образуя «ворота», остальные друг за другом пробегают в во­рота под речитатив:

Тетерка шла, моховая шла, по каменю, по зараменю.

Сама прошла, всех детей провела, одного оставила.

По окончании слов речитатива «ворота закрыва­ются». Пойманные дети образуют новые ворота. Игра продолжается до тех пор, пока не будут пойманы несколь­ко детей (ровно столько, сколько нужно водящих в игре).

**Методические указания.** Следить за расстоянием в колонне, за тем, чтобы игроки не задевали ворота.

**«Два-три!»**

**Задачи.** Укреплять мышечный корсет; упражнять в беге с увертыванием; развивать координационные способности, ловкость, быстроту реакции.

**Выполнение.** Дети бегают врассыпную. По сигна­лу «Два!» встают парами, по сигналу «Три!» тройка­ми. Водящими выбирают пару или тройку детей, которые быстрее выполнили задание.

*Вариант.* Взрослый подает сигнал: «Спина к спи­не!» («Рука к руке!», «Нога к ноге!», «Живот к живо­ту!»). Дети должны встать в нужном положении парами. При повторении игры дети в парах должны меняться. Водящими выбирают пару игроков, кото­рая быстрее выполнит задание.

**Методические указания.** Следить за правильным выполнением движений.

 **Как выбрать команду**

О

рганизуя игровую, соревновательную или тре­нировочную деятельность дошкольников, важ­но быстро разделить их на команды или подгруппы. Один из способов - использование фишек из цвет­ного изолона. При выборе команды, ее названия и очередности выполнения задания у детей часто воз­никают конфликтные ситуации. Фишки по количе­ству детей разложены в удобном месте зала. Дети по желанию выбирают себе одну фишку. Место трени­ровки (или снаряд) обозначено такой же фишкой, но большей по размеру. Ориентируясь в пространстве, дети самостоятельно находят свой снаряд или место­расположение команды. На обратной стороне фишек написаны номера. Выбрав фишку, дети строятся в команды по порядку номеров.

**«Ловкачи и силачи»**

Дети делятся на две команды. Фишки подсказыва­ют названия для команд (гантели тренируют силу, кто их выбрал - «Силачи»; кегли развивают лов­кость, кто их выбрал - «Ловкачи»). Пособие исполь­зуется на занятиях с детьми 5-7 лет.

**«Утята, зайчата, рыбки»**

С помощью фишек дети делятся на три команды или подгруппы, название каждой соответствует фишкам: «Утята», «Зайчата», «Рыбки».

 **Как занять детей, выбывших из игры**

Сохранению высокой работоспособности детей на протяжении всего двигательного занятия способствует правильное сочетание нагрузки и ак­тивного отдыха: упражнения высокой интенсивнос­ти чередуются с упражнениями низкой и средней интенсивности. Так, например, выбывшие из игры дети не сидят на скамейке запасных, а продолжают активно двигаться, включая в работу другие мышцы и решая другие задачи в индивидуальном порядке. Группа детей играет под руководством ин­структора в «Ловишки» или другую игру, сопро­вождающуюся выбыванием пойманных игроков. Пойманные дети, выбыв из игры, с воспитателем закрепляют навыки прыжков через скакалку, или разучивают какие-либо упражнения с мячом, на скамейке, тренажерах, или выполняют коррекционные упражнения и т.д. Движения планируются в за­висимости от наличия свободного места в зале или на спортивной площадке, поставленных задач, уровня физического развития и подготовленности детей. Если занятие проводится только одним педа­гогом, то выбывшие из игры дети закрепляют и со­вершенствуют двигательные навыки самостоятель­но. Для этого игровые задания должны быть строго регламентированы.

Таким образом, тренировка физических качеств в игре чередуется с совершенствованием двигательных навыков и умений в процессе активного отдыха. В результате удовлетворяется биологическая  *по*требность детей в движении, повышается плотность двигательного процесса, эффективно чередуются моменты напряжения и расслабления мышц, регулируется темп и продолжительность выполнения упражнений.

**Профилактика плоскостопия**

**Задача.** Укреплять мышцы стопы.

**Материал.** Массажеры, эстафетные палочки, кубики, обручи, ленточки, шнуры, платочки.

**Выполнение.** Дети играют в игру большой подвижности с выбыванием пойманных, которые выполняют массаж стоп массажером, массажными мячами, перекладывают стопами кубики из обруча в обруч, шнуры, ленточки, платочки каждой ногой.

**Методические указания.** Четко продумать двигательные зоны, следить за осанкой детей, правильны хватом предметов, сменой ног.

**«Веселая скакалка»**

**Задачи.** Укреплять мышечный корсет; способствовать формированию правильной осанки; закреплять навыки в прыжках через скакалку; развиватьвыносливость, координационные способности.

**Материал.** Длинная (короткая) скакалка.

**Выполнение.** Дети с воспитателем играют в подвижную игру с выбыванием пойманных, которые продолжают двигаться, закрепляя навыки прыжков через скакалку с инструктором. При повторении игры дети закрепляют другие навыки в прыжках через скакалку.

**Методические указания.** Следить за осанкой, мягким приземлением, техникой безопасности; четко планировать зону для игр и прыжков.

**Игра (по выбору)**

**Задачи.** Укреплять мышечный корсет; развивать физические качества; совершенствовать двигательные навыки.

**Выполнение.** Дети играют в игру большой подвижности с инструктором. Проигравшие постепенно выбывают и уже вместе с воспитателем играют в другую игру малой или средней подвижности («Мышеловка», «Ровным кругом», «Кукушка «Сделай фигуру!», «Дружно шагай!» и др.). Как только игра с инструктором закончилась, он организует новую игру большой подвижности с выбыванием игроков.

**Методические указания.** Использовать разные атрибуты, дифференцировать нагрузку, воспитывать разные физические качества, четко планировать двигательные зоны, следить за качеством выполнения движений в играх.

**«Удочка»**

**Задачи.** Совершенствовать двигательные навыки; развивать физические качества; укреплять мышеч­ный корсет.

**Материал.** Мячи, кольцеброс, баскетбольное кольцо, веревочная лесенка.

**Выполнение**

Дети играют в подвижную игру с высокой нагруз­кой («Удочка», «Ловишки», «Вышибалы» и др.). Пойманные дети смогут вернуться в игру только по­сле выполнения одного из заданий (средней интен­сивности): десять раз отбить мяч на месте каждой рукой; три раза забросить мяч в баскетбольное коль­цо; три кольца забросить на кольцеброс; один раз подняться по веревочной лесенке.

**Методические указания.** Планировать игры и уп­ражнения с учетом чередования нагрузки на разные группы мышц; следить за качеством выполнения уп­ражнений. Задания для выбывающих детей не долж­ны быть длительными по выполнению.

**Оздоровительные игры и упражнения**

Любая подвижная игра имеет оздоровительную «У 1. направленность: развивает физические качества, укрепляет мышечный корсет, активизирует деятель­ность разных систем и функций организма. Если иг­ра направлена и на формирование изгиба позвоноч­ника и свода стопы, укрепление суставно-связочного аппарата, тренирует выносливость, ее оздоровитель­ная значимость увеличивается.

**«Зоопарк»**

**Задачи.** Развивать крупную и мелкую мускулату­ру рук, ног, туловища; способствовать формирова­нию правильной осанки; осуществлять профилакти­ку плоскостопия; развивать силу, выносливость, ко­ординационные способности.

**Материал.** Обручи.

**Выполнение**. Перед игрой распределяются роли: девочки - «медведи», мальчики - «цапли», воспита­тель - «охотник». Каждый ребенок занимает обруч, лежащий на полу. По сигналу охотника «Медведи!» девочки выходят из обруча и двигаются по залу за охотником на наружном своде стопы, как медведи. По сигналу «Цапли!» мальчики выходят из обручей и идут за охотником как цапли, высоко поднимая ко­лени. По сигналу «Охотник!» все звери и охотник стараются занять свободный обруч. Ребенок, кото­рый остался без обруча, становится охотником.

*Вариант 1 (младший дошкольный возраст).* Все де­ти играют одинаковые роли, например становятся «лисятами». Охотник вызывает каждого по имени, и дети начинают двигаться по залу на коленях и ладо­нях, как лисята. При повторении игры дети исполня­ют роль другого животного.

*Вариант 2 (старший дошкольный возраст).* В игре используют обручи трех цветов: красные - в них наход ятся «зайцы», которые по сигналу начинают прыгать по залу на двух ногах; синие - в них находятся «медве­ди» (ходят на ладонях и наружных сводах стоп; зеле­ные - «паучки», которые ходят на четвереньках). При повторении игры дети меняются ролями.

**Методические указания.** Следить за осанкой, ка­чеством выполнения основных движений.

**«Выше ноги от земли!»**

**Задачи.** Развивать крупную и мелкую мускулату­ру рук, ног, туловища; способствовать формирова­нию правильной осанки; осуществлять профилакти­ку плоскостопия; развивать равновесие, выносли­вость, координационные способности детей.

**Материал**. Ребристая доска, массажные коврики, набивные мячи, наклонные доски, кирпичики. Обо­рудование расположено по периметру зала.

**Выполнение.** Дети убегают от водящего, который не может ловить того, чьи ноги выше земли, т.е. сто­ят на неровной, ребристой, ограниченной, наклон­ной поверхности, предложенной для игры. Пойман­ный ребенок становится новым водящим.

*Вариант.* Нельзя ловить того, кто принял и.п. - сед на полу ноги вверх, упор руками сзади.

**Методические указания.** Следить за техникой бе­зопасности, осанкой детей.

**«Гонка мячей ногами»**

**Задачи.** Укреплять мышцы брюшного пресса, сто­пы; осуществлять профилактику плоскостопия; спо­собствовать формированию правильной осанки.

**Материал.** Кубики, мячи, шарики, мелкие игруш­ки, платочки, шнуры.

**Выполнение.** Дети сидят на полу по кругу ногами в центр с опорой рук сзади. У каждого игрока или у каждого второго игрока *-* в ногах предмет. По сигна­лу дети начинают передавать ногами предметы по кругу. Ребенок, у которого окажется более двух пред­метов, выбывает из игры. Если игроков много, целе­сообразно проводить игру в двух-трех кругах.

*Вариант.* Располагаться в кругу стоя и передавать предмет (платочек, шнур) одной ногой вправо, при повторении - другой ногой влево.

**Методические указания.** Следить за осанкой де­тей, сменой предметов, ног, направления передачи предметов.

**«Переложи предмет!»**

**Задачи.** Укреплять мышцы ног, стопы, живота; осуществлять профилактику плоскостопия; способ­ствовать формированию правильной осанки; разви­вать равновесие, выносливость, координационные способности.

**Материал.** Ленточки, платочки, шнуры, пороло­новые мячики.

**Выполнение** *(младшие дошкольники).* На одной стороне зала на полу разложены шнуры (платочки и т.д.) красного, синего и зеленого цвета, на другой стороне - обручи того же цвета. По сигналу дети на­чинают переносить красные шнуры правой ногой в красный обруч, передвигаясь прыжками на левой ноге; левой ногой относят синие шнуры в синий об­руч, передвигаясь прыжками на правой ноге; зеле­ные шнуры переносят в зеленый обруч двумя нога­ми, передвигаясь по полу в положении сидя.

*Вариант 1 (индивидуальная эстафета при одно­временном участии всех детей).* Каждый ребенок по­лучает обруч. На противоположном конце зала раз­ложены атрибуты трех цветов. По сигналу взрослого дети должны переносить предметы в свой обруч по одному при условии, что красные атрибуты они не­сут пальцами правой ноги, передвигаясь прыжками на левой ноге; синие - левой ногой, передвигаясь прыжками на правой ноге; атрибуты зеленого цвета - двумя ногами, передвигаясь в положении сидя. По окончании эстафеты выбирается победитель *-* тот, у кого наибольшее количество атрибутов.

*Вариант 2 (командная эстафета при одновремен­ном участии всех детей).* Три команды строятся в шеренгу на старте, у каждой обруч определенного цвета. На противоположной стороне зала разложены предметы трех цветов (массажные мячи, шнуры, платочки) в одинаковом количестве. По сигналу всё дети одновременно начинают выполнять задание: переносить предметы соответствующего цвета в свой обруч по одному при условии, что шнуры мож­но переносить только правой ногой, платочки - только левой, массажные мячики - двумя ногами.

Эстафета заканчивается, когда перенесены все пред­меты одного цвета.

**Методические указания.** Располагать атрибуты на безопасном расстоянии друг от друга; переносить по одному шнуру, упражнение выполнять каждой ногой, без помощи рук.

**«Поменяй местами!»**

**Задачи.** Развивать крупную и мелкую мускулату­ру рук, ног, туловища; способствовать формирова­нию правильной осанки; осуществлять профилакти­ку плоскостопия; развивать равновесие, выносли­вость, координационные способности.

**Материал.** Кубики, шарики, мячи, платочки, шну­ры, ленточки (по числу детей).

**Выполнение.** Дети строятся в две колонны. По сигналу первые участники команд добегают до пер­вого обруча, берут правой ногой из него платочек и прыжками на левой ноге добираются до следующего обруча. Во втором обруче они оставляют платочек и левой ногой берут шнурок, а затем прыжками на пра­вой ноге добираются до следующего обруча. В нем оставляют шнурок, берут стопами мяч и, передвига­ясь в положении сидя по полу, переносят мяч в пер­вый обруч. Выполнив задание, бегом возвращаются к команде и передают эстафету следующему игроку.

 **Методические указания.** Следить за сменой ног, осанкой детей, правильным хватом предметов, мяг­ким приземлением в прыжках.

**Интересные варианты Подвижных игр:**

**Игра «Ловишка»**

Педагог. Дети, какое сейчас время года?

Дети. Осень!

Педагог. Какие дары принесла нам осень?

*По считалке выбирается ловишка, кото­рый становится в центре, остальные вста­ют вокруг него, берутся за руки. По сигналу педагога дети начинают движение в правую сторону.*

Дети.

Осень пришла,

Холод принесла!

Осень примечаем,

В ловишки играем!

Раз, два, три, лови!

*После этих слов дети врассыпную разбе­гаются по спортивному залу. Ловишка ло­вит их, дотрагиваясь рукой. Пойманные дети отходят в сторону. Когда ловишка поймает двух-трех игроков, игра останав­ливается. Выбирается новый водящий, игра повторяется.*

**Игра «Льдинки, ветер и мороз»**

*Дети встают парами лицом друг к другу, хлопают в ладоши, приговаривая:*

Холодные льдинки,

Прозрачные льдинки

Сверкают, звенят:

Дзинь, дзинь!

*По сигналу «Ветер!» дети-льдинки разбе­гаются в разные стороны и медленно под му­зыку «Вальс снежинок» бегают, кружатся на носках. На сигнал «Мороз!» выстраива­ются в круг и берутся за руки. Менять дви­жения можно только по сигналу «Ветер!» или «Мороз!». Игра повторяется 2 раза.*

**Игра «Кузнец»**

*Из числа играющих считалкой выбирается «кузнец». Остальные дети - «жеребята».*

Конь ретивый

С длинной гривой

Скачет, скачет по полям

Тут и там, тут и там!

Сюда мчится он.

Выходи из круга вон!

*Кузнец надевает фартук, берет символи­ческие подкову и гвоздь.*

Педагог. Дети, что делает кузнец? Дети. Ловит жеребят, чтобы их подко­вать.

Жеребята.

Эй, кузнец-молодец! Расковался жеребец. Ты подкуй его опять. Кузнец.

Отчего ж не подковать?

Вот гвоздь, вот подкова!

*(Имитирует движения.)*

Раз, два - и готово!

*На слово «готово» дети начинают бе­гать по залу с высоким подниманием колен, кузнец их ловит. Из числа пойманных жере­бят выбирается новый кузнец. Игра повто­ряется 2-3 раза.*

**Игра малой подвижности «Дружба»**

*Дети встают в круг, берутся за руки. По сигналу педагога начинают двигаться по кругу в правую сторону, произнося при этом:*

Мы идем по кругу,

Найдем себе мы друга.

Найдем себе мы друга,

Найдем себе дружка.

*По окончании текста дети останавлива­ются. Педагог говорит: «Раз, два, три - друга себе найди!». После этих слов дети должны найти себе друга, разделившись на пары. Игрок, которому пары не хватило, встает в центр круга. Включается музыка: звучит русская народная песня «Ах вы, се­ни, мои сени», под которую игрок выполня­ет любые танцевальные движения, осталь­ные хлопают в ладоши.*

*Педагог может подать и другие команды:*

* «Раз, два, три! Двух друзей себе най­ди!» - дети должны разбиться на тройки.
* «Раз, два, три! Трех друзей себе най­ди!» - дети встают в кружки по четыре че­ловека
 (оставшиеся «без друзей» игроки также выполняют любые танцевальные
движения).
* При последнем повторении игры педа­гог может произнести: «Никому нельзя скучать, все мы будем танцевать!». В этом случае танцевальные движения выполняют
дети всей группы.