МБ ДОУ Детский сад №248

**Развитие ловкости, точности и координации движений у детей в игровой деятельности**

вторая младшая «Б» группа

воспитателm:

 Бова М.В.

.

Г. Новокузнецк

 Игра является одним из важнейших средств физического воспитания детей дошкольного возраста. Она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребенка. Разнообразные движения и действия детей во время игры при умелом руководстве ими эффективно влияют на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, способствуют укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма человека, возбуждают аппетит и способствуют крепкому сну. С помощью подвижных игр обеспечивается всестороннее физическое развитие ребенка.

 Нормально развивающийся ребенок с рождения стремится к движениям. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них - это, прежде всего, двигаться, действовать.

 Детям 3-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности. У детей этого возраста сравнительно большое развитие верхней части тела и мускулатуры плечевого пояса и мышц-сгибателей. Дошкольники 3-4 лет обладают высокой двигательной активностью при недостаточной согласованности движений, в которых участвуют крупные группы мышц. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений.

 Дети младшего дошкольного возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе: они не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. Многие из них плохо отталкиваются от пола или земли, бегают, опираясь на всю стопу. Они не могут поднять свое тело даже на небольшую высоту, поэтому им еще недоступны прыжки в высоту, через препятствия и прыжки на одной ноге. Дошкольники этого возраста охотно играют с мячом, однако движения их еще недостаточно согласованны, глазомер не развит: им трудно ловить мяч. Они быстро утомляются от разнообразных движений, отвлекаются.

 В дошкольном возрасте преимущественное внимание должно быть уделено развитию ловкости, быстроты, глазомера, гибкости, равновесия, но не следует забывать и о соразмерном развитии силы и выносливости.

 **Ловкость** - это способность человека быстро осваивать новые движения, а также перестраивать их в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

К развитию ловкости приводит систематическое разучивание с детьми новых упражнений. Обучение повышает пластичность нервной системы, улучшает координацию движений и развивает способность овладевать новыми, более сложными упражнениями.

Развитию ловкости способствует выполнение упражнений в изменяющихся условиях. Так, в подвижных играх детям приходится непрерывно переключаться от одних движений к другим, заранее не обусловленным; быстро, без всякого промедления решать сложные двигательные задачи, сообразуясь с действиями своих сверстников.

Ловкость развивается при выполнении упражнений, проводимых в усложненных условиях, требующих внезапного изменения техники движения (бег между предметами, подъемы на горку и спуски с нее, лазание между кеглями и др.), с использованием различных предметов, физкультурного инвентаря, оборудования; с дополнительными заданиями, при коллективном выполнении упражнений с одним предметом (обруч, шнур).

 Подвижные игры в основном - коллективные, поэтому у детей вырабатываются элементарные умения ориентироваться в пространстве, согласовывать свои движения с движениями других играющих, находить свое место в колонне, в кругу, не мешая другим, по сигналу быстро убегать или менять место на игровой площадке или в зале и т. п.

Совместные действия маленьких детей создают условия для общих радостных переживаний, общей активной деятельности. В коллективных подвижных играх дети приучаются играть дружно, уступать и помогать друг другу.

 Мы постоянно проявляем заботу о создании благоприятных условий для организации двигательной активности детей. Мебель и оборудование в группе размещены так, чтобы была достаточная площадь для бега, игр с мячами и других движений. Дети обеспечены в достаточном количестве игрушками и пособиями, стимулирующими двигательную деятельность. Расположение игрушек и пособий также строго продумано.

Для определения сформированности основных движений у детей провели мониторинг.

Оказалось, что запас двигательных навыков и умений у детей небольшой. Играя, они ходили, бегали, приседали, наклонялись, ползали, подлезали, а такие движения, как лазание, бросание, прыжки, совершали очень немногие и редко. При прокатывании шаров теряли заданное направление, мяч бросали только вниз.

В играх с прыжками не все дети при подпрыгивании умеют одновременно отрывать ноги от пола.

В среднем каждое движение было освоено группой на 52%. Но был отмечен некоторый дисбаланс в освоении детьми необходимых основных движений. Например, прыжки на 2 ногах на месте, слегка продвигаясь вперед, освоили 88 % детей, а метание предметов на дальность всего 35 % детей.

Также отметились большие расхождения в индивидуальных достижениях детей. В группе выявились дети, которые справлялись почти со всеми заданиями, но некоторые дети показали очень слабые результаты. Большое количество детей выполнило задания весьма посредственно. Средний процент освоения каждым ребенком необходимых движений был 47%.

Поэтому при составлении плана работы на год мы решили более эффективно использовать подвижные игры, которые не только стимулируют двигательную деятельность ребенка, но и способствуют развитию, совершенствованию основных движений.

Наиболее приемлемы для малышей игры с простым и доступным сюжетом, а также игровые упражнения, основанные на выполнении конкретных двигательных заданий. Эти задания в играх и игровых упражнениях мы подбирали с таким расчетом, чтобы они соответствовали возможностям маленьких детей. Прежде всего это такие движения, как ходьба, бег, подпрыгивание, спрыгивание с невысоких предметов, подлезание и ползание. Весь игровой материал старались распределить в определенной последовательности, с учетом сложности движений. За основу взяли тот объем игр, который рекомендован программой воспитания для детей младшего дошкольного возраста. (приложение 1)

В период адаптации малышей с новой обстановкой подвижные игры позволяли научить их играть вместе, дружно, во время бега не наталкиваться друг на друга, ориентироваться в пространстве. Игры, основанные на простых заданиях, такие, как «Бегите ко мне», «Бегите к флажку», «Догони мяч», проводили вначале с небольшой подгруппой (8--10 детей). При такой организации дети чувствовали себя свободнее, увереннее, а нам было легче научить их координации движений.

Постепенно в играх усложняли задачу. Например, в усложненном варианте игры «Бегите ко мне» дети не просто бежали, а, изображая птичек, махали руками. В игре «Догони мяч» сначала мяч бросал воспитатель, а затем и сами дети.

Так, например, учиться спрыгивать с предметов дети начали в игровом упражнении «Спрыгни на дорожку». Затем повторяли это движение в подвижных играх «Воробушки и кот», «Воробушки и автомобиль».

 При обучении действий с мячом первые игровые упражнения мы проводили с целью привить детям навыки определенной непринужденности в движениях с мячом. Учили прокатывать мяч друг другу, между предметами, через ворота, попадать мячом в предметы, скатывать мяч по доске. С этой целью использовали такие игровые упражнения, как «Прокати мяч». Самое сложное в этом упражнении - не дать мячу укатиться в сторону, вовремя его поймать.

Особенно детям нравилось упражнение «Поймай шарик сачком». По сдвинутым двум столам воспитатель прокатывает шары поочередно каждому ребенку, а они сачком их ловят. Постепенно это упражнение усложняли: одновременно прокатывали не один, а два шарика, а ловили их те дети, которых называл воспитатель. Затем дети ловили шары не сачком, а руками. Иногда воспитатель прокатывал шар не прямо на ребенка, а немного в сторону, что заставляло его сходить с места, протягивать руки к катящемуся шару.

Дети выполняли и такие упражнения, как «Сбей кегли», «Попади мячом в корзину», «Скати мяч с горки» и т. д.

Только после того как дети научились свободно действовать в играх с мячом, мы начали их учить бросать и ловить мяч.

Большое место в работе с малышами занимают сюжетные подвижные игры. В этих играх, наряду с развитием и совершенствованием движений, мы приучаем детей действовать в соответствии с правилами игры.

Выполнение этих задач, прежде всего, зависит от нас, воспитателей, от того, насколько мы сумели заинтересовать малышей игрой. Поэтому объяснить игру мы старались эмоционально и выразительно и принимали непосредственное участие в игре, проявляли заинтересованность действиями детей. Все это помогало создавать хорошую эмоциональную атмосферу в игре, побуждало детей к активным действиям, вызывало желание повторять движения снова и снова. Выполняя ту или иную роль в игре, мы не только подсказывали, как нужно двигаться, но и показывали образец правильного выполнения движений.

На формирующем этапе эксперимента при проведении подвижных игр широко использовали такие методические приемы, как показ и объяснение того, как надо выполнять движение. Так, в игре «Мой веселый, звонкий мяч», показывая, как подскакивает мячик, предлагали детям подпрыгивать повыше, поощряя при этом малышей, наиболее удачно выполняющих движение.

Малыши хорошо играют в знакомые подвижные игры. Однако наблюдения показали, что интерес детей к игре, двигательная активность заметно снижаются, если знакомую игру проводить в течение длительного времени в одном и том же варианте, ничего не изменяя. Это обстоятельство заставило нас более серьезно подходить к варьированию игр.

При разработке вариантов подвижных игр мы старались предусмотреть использование различных пособий и оборудования: шнуров, кубов, обручей, скамеек и т. д., что позволило, с одной стороны, усложнить двигательные задания, с другой - сохранить интерес к их выполнению.

Так, в игре «Воробушки и автомобиль» дети-воробушки, улетая от автомобиля, занимали гнезда-обручи. Во втором варианте они могли использовать в качестве гнезда любой предмет, приподнятый от земли.

При обучении основным движениям мы воспитывала у детей умение действовать сообща, слушать воспитателя, начинать и заканчивать действия в соответствии с указаниями.

**Перспективное планирование подвижных игр на прогулке**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **тема** | **Программное содержание** | **оборудование** |
| Догонялки | Учить детей двигаться по сигналу воспитателя, не наталкиваясь друг на друга, согласовывая движения в соответствии словесной инструкции | Ленточки разноцветные |
| Еле-еле, еле-еле | Учить детей совместному выполнению движений в соответствии с текстом |  |
| По узенькой дорожке | Учить детей одному из способов ходьбы: перешагиванию из круга в круг | мел |
| Найди деревце | Учить детей дифференцировать и называть деревья: береза, рябина, кленРазвивать быстроту реакции, выносливость к двигательным упражнениям | деревья |
| Беги к тому, что я назову | Учить детей совместно передвигаться по заданному направлению «стайкой»Учить детей ориентироваться на заданной местностиОбогащать словарь детей | Различные предметы на детской площадке |
| Мы в кружочек встали | Продолжать учить детей повторять стих. текст, согласовывать свои движения с содержанием текстаСодействовать поднятию настроения, развитию двигательных умений |  |
| Солнышко и дождик | Продолжать учить детей двигаться по сигналу воспитателя, не наталкиваясь друг на друга, согласовывая движения в соответствии словесной инструкции (дождик - дети прячутся в домик, солнышко - идут гулять) | Солнышко и тучка на палочке. |
| Крепкий круг | Продолжать обучать детей совместному выполнению движений в соответствии с текстом |  |
| Птичка | Продолжать учить детей двигаться по сигналу воспитателя, не наталкиваясь друг на друга, согласовывая движения в соответствии словесной инструкцииУчить движениям, способствующим снятию мышечного напряжения (махи руками) | Маски птичек |
| Пузырь | Учить детей по сигналу воспитателя организовываться в кругПродолжать учить детей повторять стих. текст, согласовывать свои движения с содержанием текстаСодействовать поднятию настроения |  |
| Лохматый пес | Продолжать учить детей двигаться по сигналу воспитателя, не наталкиваясь друг на друга, согласовывая движения в соответствии словесной инструкцииРазвивать умение воспроизводить контрастные темпы движения: спокойный - быстрыйУчить детей исполнять движения выразительно, «входить» в образ персонажа | Маска собаки |
| Воробушки и автомобиль | Способствовать ДА детейЗакреплять умения детей двигаться по сигналу воспитателя, не наталкиваясь друг на друга, согласовывая движения в соответствии словесной инструкцииРазвивать воображение детей: имитация движений «машина едет», «крутить руль», «летают птицы» | Руль, маски птичек (по желанию) |
| Снежок | Способствовать ДА детейЗнакомить с движениями снимающими мышечное напряжение: топать ногами, хлопать в ладоши, прыгать на 2 ногахПродолжать учить детей повторять стих. текст, согласовывать свои движения с содержанием текста |  |
| Зайка беленький сидит | Закреплять умения детей двигаться по сигналу воспитателя, не наталкиваясь друг на друга, согласовывая движения в соответствии словесной инструкцииРазвивать умение воспроизводить контрастные темпы движения: спокойный - быстрыйУчить детей исполнять движения выразительно, «входить» в образ персонажа |  |
| Паровозик | Учить детей двигаться совместно в разных направленияхСпособствовать сплочению детского коллектива |  |
| Ледяные горки | Учить детей кататься с горкиПродолжать развивать ДА детейСпособствовать формированию положительного настроя к движениям |  |
| Догонялки | Закреплять умения детей двигаться по сигналу воспитателя, не наталкиваясь друг на друга, согласовывая движения в соответствии словесной инструкции |  |
| Игра в снежки | Учить детей метать в цельПродолжать развивать ДА детейСпособствовать их общему физическому развитию |  |
| Ручейки | Учить детей прыжкам на двух ногах, соблюдать очередность при выполнении упражненийСодействовать поднятию настроения, развитию двигательных умений | Мелки или гимнастические палки |
| Солнечные зайчики | Продолжать учить детей двигаться в разных направлениях, ориентироваться в пространствеЗакреплять умения детей прыгать на двух ногах, не наталкиваться на сверстников, предметыФормировать представления о сезонных изменениях в природе (солнышко пригревает, становиться тепло) | зеркальце |
| Цыплята и собачка | Совершенствовать физическую подготовку детейУчить детей лазанью по гимнастической лесенке, прохождению под шнуромПродолжать согласовывать движения в соответствии словесной инструкции | Гимнастическая лесенка на участке, веревка |
| Кот Васька | Продолжать активизировать детей к движениямЗакреплять умения детей повторять стих. текст, согласовывать свои движения с содержанием текста | Маска Кошка |
| Матрешки | Продолжать учить детей вслушиваться в речь воспитателя, повторять стих. текст, согласовывать свои движения с содержанием текстаРазвивать игровое взаимодействие, побуждая детей «отвечать» движением на движение (взрослого)Продолжать знакомить с культурой русского народа | платок |
| Игра с флажками | Учить детей играть в подвижные игры соревновательного характераПродолжать учить детей, выполнять движения соблюдая очередность и быстроту реакции на сигнал воспитателя | Флажки разноцветные |

|  |
| --- |
|  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |