Использование игровых технологий

на занятиях по физической культуре

Игра

–

это самая свободная, естественная форма погружения человека в

реальную (или воображаемую) действительность

с целью её изучения, проявления

собственного «Я», творчества, активности, самостоятельности, самореализации

.

Игра с

нимает напряжение, способствует эмоциональной разрядке

, п

омогает

ребёнку изменить отношение к себе и другим, изменить способы общения,

псих

ическое самочувствие

.

Игровые технологии широко применяются в дошкольном возрасте,

так как в

этот период игра является ведущей деятельностью.

Игровая форма

непосредственной образовательной деятельности создается игровой мотивацией,

которая выступает как средство побуждения, стимулирования детей

это система

деятельности,

основан

ная

на определенной идее, принципах организации и

взаимосвязи целей,

содержания

и методов образования

.

Образовательная технология

–

это система деятельности,

основанная на

определенной идее, принципах организации и взаимосвязи целей, содержания и

методов образования

.

Игровая технология

включает в

с

ебя достаточно обширную

группу методов и приёмов организации педагогического процесса

в форме

разл

ичных

игр.

Игровая технология имеет чёткую последовательность действий:

-

отбор материала

;

-

разработка и подготовка игры

;

-

включен

ие детей в игровую деятельность;

-

осуществление самой игры;

-

подведение итогов

;

Игровые технологии используются

:

-

д

ля

развития физических качеств

,

-

обучения двигательным действиям

,

-

формирования умений и навыков в выполнении физических упражнений

-

активизации и совершенствования основных психических процессов

-

для увеличения положительных эмоций от занятий физической культурой

-

повышение интереса к занятиям физической культурой и спортом

.

2

Игровая технология используется в следующих случаях

:

-

в качестве самостоятельных технологий для освоения движений

о

пределённого вида

;

-

как

эле

менты более обширной технологии

;

-

в

качестве занятия или его части;

-

как дополнительное образование.

Характерные признаки игровых технологий:

-

п

рисутствие соперничества

и эмоционал

ьность в двигательных действиях;

-

н

епредсказуемая изменчивость

,

как условий, так и действий самих игроков

;

-

п

роявление максимальных физических ус

илий и психического воздействия;

-

п

рименение разнообразных двигательных навыков, целесообраз

ных

в

конкретных условиях игры.

На данный момент в практике физического воспитания детей дошкольного

возраста существует несколько игровых технологий:

•

Фитбол

-

гимнастика

•

Степ

-

аэробика

•

Танцевально

-

ритмическая гимнастика

•

Игроритмика

•

Игрогимнастика

•

Игротанец

•

Игровой самомассаж

•

Пальчиковая гимнастика

•

Музыкально

-

подвижные игры

•

Креативная гимнастика

•

Игровой стретчинг

•

Игры

-

путешествия

Рассмотрим поподробнее виды игровых технологий.

Фитбол

-

гимнастика

Фитбол

–

это аэробика с использованием мячей диаметром от 55 до 70 см. Эти

мячи вносят игровой момент в занятие, а также создают неповторимый

эмоциональный подъем. Они имеют ярко выраженный лечебный эффект. Задача

состоит в развитие гибкости, подвижности суставо

в, укрепление мышц без

нагрузки на позвоночник, мягкая растяжка

-

все это прекрасно осуществляется с

3

помощью мяча. Упражнения на мяче укрепляют все основные группы мышц,

способствуют развитию выносливости, силы, координации движений. Формируют

правильную о

санку, заряжают энергией. Занятия в сочетании с движениями и

музыкой развивают творческие способности, раскрывают природный потенциал

детей, формируют положительные эмоционально

–

волевые качества:

саморегуляцию, настойчивость, уверенность, оптимизм, смело

сть, выдержку,

справедливость. Ребята получают приятные эмоции от общения с фитболами,

победы над своим неумением, понимания того, что они делают что

-

то очень важное

для своего здоровья.

Степ

-

аэробика

Танцевальная аэробика с применением специальных

платформ

–

степов.

Может проводиться как дополнительная образовательная услуга. Проводится под

музыку с использованием игровых упражнений. Упражнения на степах тренируют

сосудистую систему, усиливают обмен веществ в организме, влияют на сердце и

лёгкие, ув

еличивая потребность организма в кислороде, улучшают

психологическое и эмоциональное состояние ребёнка.

Танцевально

-

ритмическая гимнастика

Представл

яет собой

образно

-

танцевальные композиции, каждая из которых

имеет целевую направленность, сюжетный характер

и завершенность.

Суть

танцевально

-

ритмической гимнастики состоит в триединстве воздействия на

организм и личность ребенка движений, музыки и сюжета, как основы, которая

представляет интегрированную систему активной двигательной деятельности

детей, направл

енную на формирование физической культуры личности

Игрогимнастика

Служит основой для усвоения ребенком различных видов движений,

обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков. В раздел входят

строевые, общеразвивающие упражнения, акробатические,

направленные

на

расслабление мышц, дыхательные и укрепление осанки. разнообразные жесты,

танцевальные движения и т.д. Некоторые композиции предлагаются детям как

этюды, другие

–

как образно

-

игровые и ритмические танцы.

4

Игровой стретчинг

Основывается на

нетрадиционной методике развития мышечной силы и

гибкости занимающихся. Упражнения стретчинга носят имитационных характер и

выполняются по ходу игры, состоящей из взаимосвязанных игро

вых

ситуаций,

заданий, упражнений

, п

одобранных

таким образом, чтобы соде

йствовать решению

оздоровительных и развивающих задач. С подражания образу начинается познание

ребенком техники движений спортивных и танцевальных упражнений, игр,

театрализованной деятельности и т.д. Образно

-

подражательные движения

развивают творческую, д

вигательную деятельность, творческое мышление,

двигательную память, быстроту реакции, ориентировку в движении и

пространстве, внимание.

Игроритмика

Является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей

занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно

выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям,

характеру, метру, ритму, темпу и други

м средствам музыкальной выразительности.

М

ногократное повторение элементов в ритм музыке объединяется в музыкально

-

ритмический комплекс

.

В этот раздел входят специальные упражнения для

согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры. Современн

ые

ритмические танцы, используя ленты, мячи, флажки.

Игротанец

Игротанец

–

танец, в котором несложные движения, обозначающие какие

-

либо движение, объединены единым сюжетом. Такой танец можно включать в

праздники и развлечения даже без подготовки. Движения

его просты, порядок их

запоминается благодаря сюжету, их легко комментировать, вместе с детьми его с

удовольствием будут танцевать все.

Креативная гимнастика

Это

–

музыкально

-

творческие игры, образно

-

игровые движения (упражнения

с превращениями),

специальные задания, способствующие развитию выдумки,

творческой инициативы, для развития созидательных способностей детей, их

познавательной активности, мышления, свободного самовыражения.

5

Игровой самомассаж

Является основой для закаливания и оздоровления

детского организма.

Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и

хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка

сознательного стремления к здоровью, развитие навыков собственного

оздоровления.

Пальчико

вая гимнастика

Пальчиковая гимнастика для детей

–

это пассивные или активные движения

пальцами рук. Этот метод развития детей может быть представлен несколькими

видами: массаж, пальчиковые упражнения с предметами и материалами, детские

пальчиковые игры

в

с

опровождени

и

рифмованных текстов движениями.

Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только

обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие

на улучшение памяти, мышления, развивает фантазию

и речь

.

Музыкаль

но

-

подвижные игры

Содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и

являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы

имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования

–

все

то, что требуется д

ля достижения поставленной цели.

Спортивные игры

И

спользуются лишь некоторые элементы техники спортивных игр, доступные

и полезные детям дошкольного возраста. На основе этих, разученных детьми,

элементов, могут быть организованы и игры, которые проводятся

по упрощенным

правилам.

Спортивные игры укрепляют крупные группы мышц, развивают

психофизические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость.

Игры

-

путешествия

Они включают все виды подвижной деятельности, используя средства всех

разделов программы. Да

нный материал служит основой для закрепления умений и

навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать,

кем мечтаешь, побывать, где захочешь и увидеть что пожелаешь. Такие занятия

отличаются от классических

высоким эмоциональн

ым фоном, способствующим

развитию мышления, воображения, эмоционально

-

двигательной сферы и

творческих способностей детей.