

**Горячих Мария Витальевна,**  
**инструктор по физической культуре**  
МАДОУ детский сад № 45, г. Екатеринбург

## **МАСТЕР -КЛАСС ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «ВЕСЕЛО ИГРАЕМ, ЗДОРОВЬЕ УКРЕПЛЯЕМ!»**

*Цель:* создание условий для полноценного проявления и развития педагогического мастерства участников, приобщение детей к здоровому образу жизни посредством игровой деятельности.

*Задачи:*

- формирование основ здорового образа жизни детей;
- приобщение педагогов к играм, влияющим на формирование здорового образа жизни;
- передача опыта путём прямого и комментированного показа последовательности действий, методов и приёмов педагогической деятельности;
- помощь участникам в определении задач саморазвития и самосовершенствования;
- рефлексия собственного профессионального мастерства участниками мастер-класса.

*Для чего же нужны игры на прогулке и как они влияют на детский организм?*

- игры способствуют повышению выносливости и устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям;
- позволяют развиваться физически;
- способствует закаливанию;
- вырабатываются двигательные умения и навыки;

- укрепляется мышечная система;
- повышается жизненный тонус;
- усиливается обмен веществ, улучшается аппетит;
- игры способствуют умственному развитию;
- дети становятся более подвижными, ловкими и выносливыми;
- снимается умственное напряжение от занятий;
- дети получают массу впечатлений.

#### ***Общие правила организации игры:***

- Игра не должна включать даже малейшую возможность риска, угрожающего здоровью ребёнка.
- Игра требует чувства меры и осторожности и не должна быть излишне азартной.
- Поддерживайте активный творческий подход к игре.
- Не будьте занудами. Не отвлекайте ребёнка, не критикуйте, не ругайте и не прерывайте. Добровольность - основа игры.
- Заканчивайте игру ярко, эмоционально, результативно — победа, поражение, ничья.
- Помните, что состязательность в игре — это не самоцель, а лишь средство индивидуального самовыражения каждого ребёнка.

#### ***Виды игр:***

- |                  |                                   |
|------------------|-----------------------------------|
| 1. Подвижные     | 8. Игры забавы                    |
| 2. Малоподвижные | 9. Народные игры                  |
| 3. Словесные     | 10. Коммуникативные               |
| 4. Адаптационные | 11. Игровые упражнения            |
| 5. Дидактические | 12. Спортивные игры               |
| 6. Строительные  | 13. Игры с водой, песком и ветром |
| 7. Игры-эстафеты | 14. Сюжетно-ролевые игры          |

## *Примеры некоторых игр:*

### 1) Подвижные

*для младшего возраста* : «Птички», «Кот и воробышки», «Поймай комара», «Паутинка», «По ровненькой дорожке», «Лягушки-попрыгушки»...  
*для среднего возраста*: «Лиса в курятнике», «Через ручеёк», «Кошка и мышка», «Лошадки», «Найди себе пару», «Цветные автомобили»....  
*для старшего возраста*: «Мышеловка», «Удочка», «Классики», «Охотник и зайцы», «Допрыгни до цели, сделав как можно меньше прыжков», «Третий лишний», «На одной ножке по дорожке», «Быстро возьми», «Мы команда», «Мяч водящему».

### 2) Спортивные игры и эстафеты

*для младшего возраста*: добеги до цели и вернись обратно, попрыгай на двух ногах до цели и обратно, перекажи мяч друг другу;  
*для среднего возраста*: добеги до цели, преодолевая различные препятствия и вернись обратно, кидаем и ловим мяч парами, отбиваем об пол двумя руками;

*для старшего возраста*: добеги до цели, преодолевая различные препятствия и вернись обратно, обязательно передавая эстафету, либо предмет; переброски мяча друг другу различными способами (через верх, ударом о землю, одной рукой и двумя), отбивание мяча об землю, ведение мяча, заброс мяча в кольцо с расстояния 2 метров, футбол, игры с ракеткой и теннисным мячом, метание в цель.

В конце статьи хотелось бы напомнить вам, дорогие коллеги, что ребёнок подобен сосуду, который мы должны заполнять разнообразными видами игр для всестороннего и гармоничного развития личности дошкольника. Иными словами, взрослые должны осознавать, что игра вовсе не пустое занятие, она не только доставляет максимум удовольствия ребёнку, но и является мощным средством его развития, средством формирования полноценной личности.