***МДОУ №26 «Ветерок» ЯМР***

***Мастер класс для педагогов***

**«Использование игровых технологий в системе физического воспитания в дошкольной образовательной организации»**



***Выполнил:***

***инструктор по физической культуре***

***Колесникова В.А.***

***2019г***

**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 снимает напряжение, способствует эмоциональной разрядке, помогает ребёнку изменить отношение к себе и другим, изменить способы общения, психическое 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, основанная 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 себя достаточно обширную группу методов и приёмов организации педагогического процесса в форме различных игр.

***Игровая технология*** имеет чёткую **последовательность действий**:

-отбор материала;

-разработка и подготовка игры;

-включение детей в игровую деятельность;

-осуществление самой игры;

-подведение итогов;

***Игровые технологии* используются:**

-для развития физических качеств,

-для обучения двигательным действиям,

-для формирования умений и навыков в выполнении физических упражнений

-для активизации и совершенствования основных психических процессов

-для увеличения положительных эмоций от занятий физической культурой

-для повышения интереса к занятиям физической культурой и спортом.

***Игровая технология*** **используется** в следующих случаях:

-в качестве самостоятельных технологий для освоения движений определённого вида;

-как элементы более обширной технологии;

-в качестве занятия или его части;

-как дополнительное образование.

Характерные **признаки** игровых технологий:

-присутствие соперничества и эмоциональность в двигательных действиях;

-непредсказуемая изменчивость, как условий, так и действий самих игроков;

-проявление максимальных физических усилий и психического воздействия;

-применение разнообразных двигательных навыков, целесообразных 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 эти виды игровых технологий и опробуем некоторые из них.

**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 суставов, укрепление мышц без нагрузки на позвоночник, мягкая растяжка -все это прекрасно осуществляется с помощью мяча. Упражнения на мяче укрепляют все основные группы мышц, способствуют развитию выносливости, силы, координации движений. Формируют правильную осанку, 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, смелость, 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.

*(Упражнения на мяче сидя, наклоны в сторону, круговые движения тазом, сидя ноги отрывая от пола ставим в стороны, лежа на животе, прокатываемся вперед-назад, лежа на животе сгибаем ноги к попе, прыгаем на мяче вокруг себя, ноги на фитболе все мячи в середине поднимаем ногу правую-левую. также можно выполнять упражнения на фитболе с различными предметами, сидя на пятках мяч впереди отдых)*

**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, увеличивая потребность организма в кислороде, улучшают психологическое и эмоциональное состояние ребёнка.

*(танец, который учим с детьми)*

**Танцевально-ритмическая гимнастика**

Представляет собой образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Суть танцевально-ритмической гимнастики состоит в единстве воздействия на организм и личность ребенка движений, музыки и сюжета, как основы, которая представляет интегрированную систему активной двигательной деятельности детей, направленную на формирование физической культуры личности.

*(Все лето мы выполняем утреннюю гимнастику в виде танцевально-ритмической гимнастике)*

**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.

**Игровой стретчинг**

Основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Образно-подражательные движения развивают творческую, двигательную деятельность, творческое мышление, двигательную память, быстроту реакции, ориентировку в движении и пространстве, внимание.

Упражнения стретчинга носят имитационный характер и выполняются в ходе физкультурного занятия. Упражнения выполняются в медленном, а значит, безопасном ритме. Начинать занятия с детьми игровым стретчингом лучше всего со старшего дошкольного возраста. К 5 годам у ребенка формируется наглядно-образное мышление, что позволяет с наибольшей эффективностью выполнять имитационные движения, наиболее точно и эмоционально выразительно. Ребенок способен контролировать свои действия по словесному указанию взрослого. Каждое упражнение повторяется 4-6 раз.

*(Лодочка, черепашка, бабочка, кошка. С подготовительной группой, я буду использовать круговую силовую тренировку с элементами стретчинга)*

**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 другим средствам музыкальной выразительности. Многократное 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. Современные 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.

*(игры под музыку)*

**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.

***(Упражнения****: - «выразительная ходьба» (ходьба с закрытыми глазами; с концентрацией внимания на телесных ощущениях при вхождении в образ: «усталость», «бодрость», «напряженность», «страх», «расслабленность»).*

*- «создай образ предмета» (имитация движения неодушевленных предметов (паровоз, башенный кран, ножницы, циркуль).*

*- «пробеги как…» (вхождение в образ различных животных).*

*- «придумай свой прыжок».*

*- «проползи как …» (змея, жук, следопыт).*

*- игровые задания: «сад скульптур», «театр поз»)*

**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.

При **игровом самомассаже** для частей тела используем следующие приемы:

1. Поглаживание

2. Растирание

3. Пиление

3. Разминание

4. Поколачивание

5. Пощипывание

*Массаж шариком (выполняем движения шариком, в соответствии с текстом)*

*Сказка про «Маленького Ёжика»*

*Катится колючий ёжик, нет ни головы, ни ножек*

*По ладошке он бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.*

*(шарик между ладошками)*

*Мне по пальчикам бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.*

*Бегает туда-сюда, мне щекотно, да, да, да.*

*(движения по пальцам)*

*Уходи колючий ёж в тёмный лес, где ты живёшь!*

*(пускаем по столу и ловим подушечками пальцев)*

**Пальчиковая 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 сопровождении 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.

**Музыкально-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 для достижения поставленной цели.

*(Пока музыка играет бегаем, праыгаем…, как закончилась замереть или в домик зайти)*

**Спортивные игры**

Используются 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.

*(Футбол, баскетбол)*

**Игры-путешествия**

Они включают все виды подвижной деятельности, используя средства всех разделов программы. Данный 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 эмоциональным фоном, способствующим развитию мышления, воображения, эмоционально-двигательной сферы и творческих способностей детей.

Преимущества физкультурных занятий с использованием игровых технологий в целях здоровьесбережения по сравнению с традиционными занятиями в том, что:

-повышается двигательная активность и степень участия в занятии каждого

ребенка;

-у старших дошкольников формируется устойчивый интерес к двигательной активности, развивается двигательное творчество;

-ненавязчиво формируется культура здоровья, которая позволяет ребёнку творить самого себя в той деятельности, которая приносит ему наибольшее удовлетворение и удовольствие;

-физическая нагрузка воспринимается детьми легко и с интересом (они не испытывают усталости);

-создается и поддерживается оптимальный психологический комфорт.

Вышеперечисленные технологиииспользуют на занятиях следующим образом:

в вводной части физкультурного занятия необходимо не только разогреть мышцы и суставы, но и «настроить» чувства, т.е. подготовить детей эмоционально к предстоящему занятию припомощи «эмоциональной разминки». Проводя «эмоциональную разминку», моя задача

-научить воспитанников «вслушиваться» в ощущения, возникающие в мышцах при выполнении физических упражнений, наслаждаться этими ощущениями, запоминать их. В этом мне помогают упражнения, которые дают образное представление о формах движения, выражающих эмоциональное состояние души (например, «Грустный и веселый», «Гномы и великаны», «Холодно –жарко» и т.д.). А это, по существу, слово, ставшее видимым в жесте, мимике, движениях тела.

В зависимости от того, в каких формах проявляются движения - пластически-округлые, плавные или, наоборот, резкие, угловатые, прямолинейные, можно судить о состоянии души. Поэтому на физкультурных занятиях, проводимых под музыкальное сопровождение, использую красочные рисунки, световые и цветовые эффекты, подчеркивающие сущность выполняемых упражнений и вызывающие эмоциональныйподъем. Все это помогает гармоническому развитию личности