Мастер – класс по физической культуре для воспитателей

 «Спортивные игры как средство повышения

 двигательной активности детей дошкольного возраста»

Подготовила:

 инструктор по физической культуре

 Устьянцева И.Г

Екатеринбург 2024

Форма работы с педагогами направлена на практическое освоение игровых упражнений, элементов спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол), соревнований, эстафет.

**Цель:** Повысить профессиональную компетентность коллег в вопросах внедрения спортивных игр как средства повышения двигательной активности детей младшего и среднего возраста, направленной на сохранение и укрепления здоровья детей.

**Задачи:** Систематизировать знания по приоритетному направлению деятельности, внедрить в режим новые игровые задания, игры, упражнения.

Как видно из цели спортивные подвижные игры используются мной в первую очередь как средство активности детей.

Здравствуйте, уважаемые коллеги!

Темой нашего мастер – класса является «Спортивные игры как средство повышения двигательной активности детей младшего и старшего возраст. И прежде чем начать, я хочу рассказать Вам одну притчу.

Давным-давно, на горе Олимп жили–были боги.

Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля.

Стали думать: Каким должен быть человек?

 Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным».

А один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам».

И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье.

Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А самый мудрый из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека. Пусть он его поищет!».

Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье.

Только вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!

А помочь ребёнку найти этот дар, сохранить и укрепить должен воспитатель! И слова Сухомлинского актуальны сегодня как никогда: Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь и мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.
 В. А. Сухомлинский

И по этой причине выбрана тема моего мастер-класса

Спортивные игры и игровые движения – естественные спутники жизни ребёнка, обладающие великой воспитательной силой, формирующие физические и личностные качества ребёнка.

Применение спортивных игр как на физкультурных занятиях, так и во всех режимных моментах способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма: нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной, а также улучшает физическое развитие детей, воспитывает морально-волевые качества. Практика показывает, что дети дошкольного возраста с большим удовольствием занимаются физкультурой.

Большой интерес у них вызывают спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол, а также настольный теннис, хоккей.

Спортивные подвижные игры включают также образовательные задачи – это совершенствование техники выполнения движений, формирование осознанного использования приобретённых навыков в различных условиях, целенаправленное развитие физических качеств, побуждение детей к проявлению морально-волевых качеств, развитие самоконтроля и самооценки в процессе организации различных форм двигательной активности, поддержка стремления детей к улучшению результатов выполнения физических упражнений.

О важности спортивных подвижных игр в ДОУ написано много пособий, таких авторов, как: Адашкявичене Э. И. «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Конторович М. М., Михайлова Л. И. «Подвижные игры в детском саду», Волошина Л. Н. «Играйте на здоровье. Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет».

 **Практическая часть**

Музыка «Я люблю играть в футбол». Отгадайте загадку и вы узнаете, с каким спортивным инвентарём сегодня мы будем работать.

Очень любят молодца,

А бьют, колотят без конца.

Для того, чтобы начать работать с мячом, нам нужна разминка.

**Разминка:** Участники мастер-класса встают в круг, под музыку выполняют имитационные движения, будто набивают, перекатывают, пасуют мяч. Игровые упражнения, игры с мячом выполняли индивидуально, парами и коллективно, используя мячи разных диаметров.

 **Игры (для освоения элементов спортивных игр с мячом)**

 **Подвижная игра «Мяч в кругу» для детей 3-4 лет**

**Цель.**Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве, развивать фиксацию взора, активизировать прослеживающую функцию глаза.

Участники сидят на корточках на полу, образуя круг. Участник (взрослый) дает одному из участников игры мяч-Колобок (на нем нарисованы или приклеены глаза, нос, рот) и читает стихотворение.

Колобок, Колобок,

У тебя румяный бок.

Ты по полу покатись

И Катюше (ребятам) улыбнись!

По просьбе инструктора («Катенька, покати мячик Диме»), игрок прокатывает мяч двумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребенку, которого назвали по имени, и т.д.Мяч нужно отталкивать посильнее, что бы он докатился до другого участника игры, а также подавать выкатившийся из круга мяч.(2-3р)

 **Подвижные игры для детей 4-7 лет**

**«Задержи мяч».** (Элемент футбола) Участники делятся на пары, у каждой пары по футбольному мячу. По сигналу участник с мячом перекатывает мяч внешней стороной стопы партнёру. Также по сигналу участник, у которого оказался мяч, должен остановит его, поставив на него стопу.

**«Передал - садись».** (Элемент волейбола) Участники делятся на две колонны, выбирается капитан. Капитан бросает мяч стоящему впереди участнику, он перебрасывает его капитану, а сам присаживается. Так с каждым участником команды. Получив мяч от последнего участника команды, капитан поднимает его вверх, а вся команда вскакивает. Победила та команда, которая быстрее всех вскочила.

 **«Десять передач».** (Элемент баскетбола) Участники делятся на пары, у одного из участников мяч, он должен передать его партнёру разными видами передач, чем больше передач выполнит пара, та и победила.

**Спортивная игра - эстафета «Пройди - не урони»** участвуют 2 команды. Участвуют 2 команды (Элемент настольного тенниса).

Участники делятся на команды, капитанам выдаются обручи на голову с большими детскими бантами и предлагается выбрать название команды. Игра- эстафета проходит согласно правилам: двигаться до ограничителя, обойти ограничитель, отбивая теннисный мяч ракеткой одной рукой.

**Итог:** В играх с мячом моей целью было научить детей согласовывать свои действия с действиями товарищей на основе дружеских взаимоотношений и сплоченности. В играх с мячом у детей выработалась привычка поступаться личными интересами ради достижения общей цели.

Практическая часть нашего мероприятия подошла к концу и в конце нашего мастер - класса я хочу предложить Вам игровое упражнение.

Игра с педагогами, ведущий бросает мяч, задавая вопросы участникам.

Мяч участнику – какое сегодня у вас настроение?

Мяч участнику – ваше мнение о тематике мастер-класса?

Мяч участнику – что для вас было интересным и полезным для самообразования?

 Мяч участнику – что нового вы сегодня узнали?

Мяч участнику - кому вы помогли узнать что-то новое?

Мяч участнику – чего сегодня вы достигли сами?

Мяч участнику – тот опыт, который вы сегодня получили, вам пригодится?

Мяч участнику – ваши пожелания?

Так что, мячик не просто игрушка, играя в которую, можно весело провести время. Это очень полезная игрушка. А во сколько разнообразных игр с мячом можно поиграть! И эти игры на самом деле обладают неоценимыми и весьма широкими развивающими возможностями! Наше мероприятие подошло к концу. Мне с вами было хорошо, надеюсь, и вам со мной тоже!