

## Энциклопедия физической культуры ребенка. Подвижная игра

dovosp.ru  
«Дошкольное воспитание»

**Щербак Александр Павлович,**

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физической культуры и безопасности жизнедеятельности, ГАУ ДПО ЯО «Институт развития образования», г. Ярославль; apshch@mail.ru

*Продолжение.* Начало см.: Дошкольное воспитание. 2018. № 4–7, 9–12; 2019. № 1–12; 2020. № 1–12.

**Аннотация.** Статья посвящена феномену физической культуры ребенка – подвижной игре, так как она является и средством, и методом, и формой занятий физическими упражнениями. Представлена классификация подвижных игр. Описан алгоритм проведения подвижной игры: выбор, непосредственная подготовка, проведение и анализ игры.

**Ключевые слова:** алгоритм проведения, классификация, подвижная игра, физическая культура.

**П**одвижная игра – это феномен физической культуры ребенка, так как она и средство, и метод, и форма занятий физическими упражнениями.

Подвижная игра является средством достижения целей физической культуры, решая задачи:

- физического воспитания (например, воспитание личностных качеств);
- физической подготовки (например, развитие общей выносливости);
- физического развития (например, профилактика плоскостопия).

*Игровой метод*, будучи ведущим в обучении и воспитании детей дошкольного возраста, определяет применение физических упражнений в условиях и прави-

лах подвижной игры. Этот метод обеспечивает достижение целевых ориентиров ФГОС дошкольного образования:

- развитие способности контролировать движения и управлять ими;
- проявление ребенком инициативы и самостоятельности;
- активное взаимодействие со сверстниками;
- развитие воображения;
- развитие способности различать условную и реальную ситуации, подчиняться социальным правилам и нормам.

Подвижная игра – форма занятий физическими упражнениями, под которой понимают способы организации образовательного процесса с определенным типом взаимодействия педагога и детей, а также соответствующими условиями занятий (например, на прогулке) [5].

В системе дошкольного образования используют различные классификации подвижных игр (табл. 1).

Таблица 1

### Классификация подвижных игр

Признак	Примеры игр
Степень сложности	Самые простые («Догони меня») и более сложные игры (например, имитация игры в футбол)
Возраст детей	Игры для детей младшего («Зайка серый умывается»), среднего («Мыши в кладовой») и старшего («Ловишки с приседанием») дошкольного возраста
Половой признак	Игры для мальчиков («Разведчики»), для девочек («Тряпичная кукла»), общие игры («Всадники»)
Основной вид движений	Игры на основе ходьбы («Идем по мостику»), бега («Цветные автомобили»), прыжков («Удочка»), ползания («Толкаем головой»), лазанья («Медведи и пчелы»), метания («Кто дальше бросит»)
Направленность на развитие физических качеств	Игры, преимущественно способствующие развитию силы («Бой петухов»), быстроты («Кто быстрее до флага»), выносливости («У медведя во бору»), гибкости («Дотянись до предмета»), ловкости («Не оставайся на полу»)
Частота сердечных сокращений (ЧСС)	Игры низкой (до 130 уд./мин), средней (130–160 уд./мин), большой (160–180 уд./мин), высокой (180–200 уд./мин) интенсивности
Моторная плотность	Игры с большой («Хвостики»), средней («Прятки») и малой («Ладушки») подвижностью
Вид спорта	Игры для знакомства с отдельными видами спорта (лыжные гонки «Кто дальше пройдет», плавание «Караси и щука», волейбол «Мяч через сетку» и др.)
Время года	Летние («Солнышко и дождик»), зимние («Два Мороза») игры

## Алгоритм проведения подвижной игры [1, 2]

### ▶ Выбор игры

**Соответствие задачам занятия.** Подвижные игры используются для закрепления и совершенствования навыков выполнения упражнений и развития физических качеств ребенка (табл. 2).

Таблица 2

#### Примеры подвижных игр в соответствии с задачами физкультурного занятия

Задача занятия	Название игр
<b>Закрепление и совершенствование навыков выполнения физических упражнений</b>	
Строевые упражнения	«Быстро по местам», «Карусель»
Общеразвивающие упражнения	«Запрещенное движение», «Делай как я»
Ходьба	«Спасти котенка», «Ходим в шляпах»
Бег	«Бегите к флагу», «Не оставайся на полу», «Ловишки-перебежки»
Прыжки	«Скок, скок, скок», «Идет коза по лесу», «Волк во рву»
Ползание	«Кошечка», «Котята и щенята», «Ловишки зверят»
Лазанье	«Позвони в колокольчик», «Охотники и обезьяны», «Пожарные на учении»
Метание	«Катание мячей», «Рыбки», «Перестрелки»
<b>Развитие физических качеств</b>	
Сила	«Кто дальше за три прыжка», «Мяч через сетку», «Перетягивание каната»
Быстрота	«Слушай сигнал», «Ловишки», «Перемена мест»
Выносливость	«Гуси-лебеди», «Пятнашки»
Гибкость	«Танцевальные движения», «Сквозь обруч»
Ловкость	«Пустое место», «Кто больше перебросит»

В ходе игры можно решать одну из перечисленных задач или обеспечить их комплексное решение.

**Соответствие возрасту и уровню физической подготовленности.** В младшем возрасте наиболее часто встречаются некомандные, сюжетные игры, игры с речитативами. По мере взросления детей они уступают место командным играм с усложняющимися правилами и содержанием, повышенной интенсивностью. Учитыв-

ваются степень организованности, дисциплинированности детей, их двигательный опыт, функциональные возможности.

**Соответствие условиям проведения.** Необходимо учесть размеры площадок, наличие нужного инвентаря и оборудования. К сожалению, во многих детских садах проведение полноценной подвижной игры в помещении практически невозможно (например, нет отдельного физкультурного зала), что значительно снижает моторную плотность занятия.

**Учет числа участников.** Проблемы возникают как при большом числе детей (например, отсутствие соответствующего пространства), так и при малом числе.

**Включение в структуру физкультурного занятия.** В подготовительную и заключительную части занятия включают игры со строевыми упражнениями, на внимание [3]. Игры, обуславливающие формирование двигательных навыков, – в основную часть занятия.

### ▶ **Непосредственная подготовка к игре**

**Разметка площадки.** В тех случаях, когда это требует много времени, ее делают до начала занятия. Если разметка простая (начертить лицевую линию, круг), то ее проводят непосредственно перед игрой, одновременно с объяснением.

**Подготовка инвентаря и оборудования.** Инвентарь должен быть красочным, ярким, хорошо заметным в игре; размер и вес – соответствовать силам детей. Инвентарь раздается после объяснения правил игры. К расстановке оборудования необходимо привлекать самих участников.

Составляется план-конспект подвижной игры (табл. 3).

### ▶ **Проведение игры**

**Объяснение игры** в последовательности: название, цель, роли детей и места их расположения, правила поведения и способ определения победителя. Если игра знакомая, то подробнее следует остановиться только на сложных моментах и правилах безопасности.

#### **Распределение на команды:**

- педагог обеспечивает равный по силам состав;
- путем расчета на первый–второй с последующим перестроением;
- по сговору (дети самостоятельно образуют команды);
- по назначению капитанов (два капитана по очереди набирают себе в команду участников).

#### **Определение водящего:**

- назначение педагогом наиболее подготовленного ребенка;
- пожелание какого-нибудь участника;
- коллективный выбор детей;
- жеребьевка;
- использование считалки;
- учет результатов предыдущей игры.

## План-конспект подвижной игры

Название игры		
Возраст детей		
Задачи игры		
Инвентарь		
<b>Описание игры</b>	<b>Дозировка</b>	<b>Организационные приемы</b>
1. Схема или рисунок исходного положения и роли детей перед игрой: ☺ – ребенок; ☹ – водящий; ◆ – педагог; — линия площадки; → перемещение игроков	Объяснение – 1 мин	Использовать способы перестроения, известные детям
2. Ход игры – описание последовательности игровых действий: 1) ... п) ...	Проведение игры – 5–10 мин	Сочетать рассказ с показом. Уточнить, какие игровые действия обязательны, а какие можно варьировать
3. Определение победителей	Подведение итогов – 1 мин	Обосновать выбор победителя и дать рекомендации проигравшим на будущее

### Руководство игрой

Необходимо затратить минимальное время на подготовку, дать четкий сигнал к началу игры, внимательно следить за ее ходом, поведением детей, точностью выполнения игровых действий и правил. В процессе игры педагог может указать наиболее рациональный способ решения игровой задачи или выполнения двигательного действия, исправить ошибки (с остановкой игры или по ее ходу), если нужно – делать замечания и указания участникам, стимулировать их активность. При необходимости взрослый сам включается в игру. Степень контроля игры зависит от ее содержания, новизны, возраста детей, их эмоционального состояния.

**Регулирование физической нагрузки** [4]. Педагог обязан учитывать степень утомления детей, о которой можно судить:

- объективно по частоте сердечных сокращений (ЧСС);
- субъективно по внешним признакам утомления.

Нагрузка регулируется изменением:

- продолжительности активных действий и пауз отдыха;
- правил и условий игры (например, упрощая или усложняя ролевые действия);
- определения для отдельного ребенка пассивных действий (например, роли судьи).

**Окончание игры и подведение итогов.** Необходимо помнить, что затягивание игры приводит к снижению интереса и (или) излишнему утомлению детей. Подводит итоги в основном педагог, будучи главным судьей. Для детей старшего возраста важно фиксировать ошибки и нарушения правил для объективной оценки победителя.

### ▶ Анализ проведения подвижной игры

Педагогу (особенно начинающему) целесообразно оценить качество проведения игры (табл. 4).

Таблица 4

#### Протокол анализа проведения подвижной игры

Действия педагога	Оценка действий	
	«+»	«-»
1. Подготовка места к проведению игры		
2. Размещение педагога и детей на площадке, соблюдение исходного положения		
3. Четкость объяснения игры (название, роль детей и их месторасположения, ход игры, цель, правила)		
4. Правильность и целесообразность выбора капитанов, водящих		
5. Успешность распределения детей на команды		
6. Соблюдение дозировки игровых действий		
7. Включенность детей в игру		
8. Объективность судейства		
9. Своевременность окончания игры		
10. Подведение итогов (сообщение результатов, определение победителей и разбор игры)		
Итого (количество оценок)		

Таким образом, подвижная игра является формой, средством и методом формирования физической культуры ребенка. Она укрепляет здоровье, дает возможность добиться улучшения показателей комплексного психофизического развития детей.

*(Продолжение следует.)*

## Источники

1. Гриженя В.Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учеб.-метод. пособие. М.: Советский спорт. 2005.
2. Смирнова Т.В., Щербак А.П. Взаимодействие педагога, родителей и детей при организации подвижных игр // Инструктор по физкультуре. 2014. № 7.
3. Щербак А.П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Строевые упражнения // Дошкольное воспитание. 2020. № 5.
4. Щербак А.П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Физическая нагрузка // Дошкольное воспитание. 2020. № 4.
5. Щербак А.П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Формы занятий физическими упражнениями // Дошкольное воспитание. 2020. № 2.

## Encyclopedia of physical culture of the child. Active game

Alexander P. Shcherbak,  
Yaroslavl, Russia

**Abstract.** The article is devoted to the phenomenon of a child's physical culture – an active game, since it is both a means, and a method, and a form of physical exercises. The classification of active games is presented. An algorithm for conducting an active game is described: selection, direct preparation, conducting and analysis of a game.

**Keywords:** conducting algorithm, classification, active game, physical education.

