

Особенности проведения игровых упражнений

Игровые упражнения и подвижные игры открывают широкие возможности для воспитательной работы с детьми, создают благоприятные условия для совершенствования основных движений, способствуют умственному и физическому развитию ребенка. Игровые упражнения не имеют сюжета (включены простые двигательные задания: дойти до игрушки, перешагнуть палку и т. д.) и могут быть использованы не только на занятиях, но и повседневно, в процессе самостоятельной деятельности.

С помощью игровых упражнений взрослый создает условия для выполнения движений, стимулирует двигательную активность ребенка, регулирует ее. Воспитателям важно творчески подходить к проведению физкультурных занятий детей второго года жизни и при необходимости самостоятельно составлять игровые задания, содержащие такие виды движений, в которых ребенок особенно нуждается в данный момент.

В этих упражнениях, в отличие от подвижных игр, нет правил, регулирующих темп, предусматривающих быструю смену движений, реакцию ребенка на определенный сигнал, но они позволяют малышам выполнить задание самостоятельно. Например, в игровом упражнении «Перешагни через палку» дети от 1 года 2 месяцев до 1 года 3 месяцев переступают лежащую на полу палку; постарше, от 1 года 4 месяцев до 1 года 6 месяцев, могут перешагнуть палку, приподнятую на 3—5 см от пола; более старшие смогут переступить через несколько палок, расположенных на высоте 10—15 см.

Задание должно быть объяснено ребенку просто и ясно. Это повышает заинтересованность к данному виду движения. Малыш стремится правильно его выполнить.

После освоения какого-либо движения взрослый изменяет ситуацию, повышая требования, т. е. создает благоприятные условия для развития, формирования, закрепления и использования еще недостаточно закрепившихся двигательных умений. Например, вначале малышам предлагается пройти прямо 2—3 м: «Иди ко мне», потом идти дальше и выполнить задание «Принеси игрушку», затем оно усложняется — «Бегите ко мне» и т. д. Ходьба во всех ее видах остается в основе каждого упражнения.

Следует поощрять самостоятельность действий детей. Выполняя упражнение впервые, ребенок все делает медленно, неуверенно, требует помощи взрослого. Осваивая это движение при многократном повторении, он действует уже самостоятельно, сохраняя при этом индивидуальный темп и ритм. Постепенно увеличивается объем движений ребенка второго года жизни, обогащается его самостоятельная двигательная деятельность.

Игровые упражнения в этом возрасте пока не требуют умения согласовывать свои движения с движениями других, они лишь помогают постепенному переходу от индивидуальных действий к совместным. Поэтому сюжетные подвижные игры, даже с самыми простыми правилами, не предусмотрены в работе с детьми второй группы раннего возраста.

Постоянный контакт ребенка со взрослым, его непосредственное участие в игровых упражнениях, интерес; помощь, эмоциональный дружеский тон активизируют малыша, положительно влияют на восприятие речи (повторение названий предметов и действий). Постепенно дети начинают выполнять задание самостоятельно без помощи взрослого.

СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Идите (бегите) ко мне

Задачи. Упражнять детей в ходьбе в прямом направлении без остановки.

Описание упражнения. Дети сидят на стульчиках или на скамейке. Воспитатель становится на противоположную сторону комнаты на расстоянии 5—8 м от детей и зовет их к себе, называя по именам. При повторении упражнения воспитатель переходит на другую сторону комнаты.

Принеси игрушку

Задачи. Упражнять детей придерживаться указанного направления, самостоятельно ориентироваться в пространстве.

Описание упражнения. Дети сидят на стульчиках. Перед ними на расстоянии 3—5 м стоит стул, на нем игрушка. Воспитатель зовет к себе кого-либо из детей и предлагает ему принести игрушку: «Ты видишь, Леночка, там курочка сидит, принеси мне ее, пожалуйста!» Ребенок идет, берет игрушку и приносит ее. Воспитатель благодарит ребенка, называет еще раз игрушку и просит отнести ее на место. Затем это задание выполняет другой ребенок.

Если упражнение проводится с детьми от 1 года до 1 года 6 месяцев, то все задание вместе с ребенком выполняет воспитатель: берет ребенка за руку, идет с ним за игрушкой и также относит обратно.

Когда дети освоят это задание, упражнение можно провести с подгруппой. Воспитатель раскладывает игрушки (по количеству участников) на расстоянии 4—6 м от детей. Затем предлагает детям пойти и принести по одной игрушке, а затем отнести на место. Воспитатель помогает лишь тем, кто затрудняется в выполнении задания. Каждую игрушку кладут на отдельный стул.

Перешагни палку

Задачи. Упражнять детей во время ходьбы не шаркать ногами, поднимать их. Развивать умение перешагивать встречающиеся на пути предметы и при этом не терять равновесия.

Описание упражнения. Положить на середину коврика палку. В конце коврика поставить стул и на сиденье положить игрушку (матрешку, зайку и т. п.).

Воспитатель предлагает ребенку пройти по коврику, перешагнуть палку, подойти к стулу, взять игрушку и шагом вернуться на свое место. Затем задание выполняет другой ребенок.

Когда дети научатся самостоятельно выполнять упражнение, можно повторить задание сразу со всей подгруппой (они идут друг за другом). Можно также усложнить упражнение: положить на пол параллельно 2—3 палки (обручи) на расстоянии 1 м. При этом надо следить, чтобы дети не наступали на палку (ставили ногу в центр обруча).

Пройди по дорожке

Задачи. Упражнять детей в ходьбе по ограниченной площади, развивать чувства равновесия и глазомер.

Описание упражнения. Подгруппа сидит на стульях у одной из стен комнаты. Воспитатель проводит на полу две параллельные линии или кладет две веревки длиной 2,5—3 м на расстоянии 35—30 см и говорит детям, что это дорожка, по ней они пойдут к мишке (кукле, зайке), который сидит на стульчике (примерно в 1 м от конца дорожки) и ждет их. Идти надо осторожно. После того как ребенок подойдет к мишке, он может его погладить, а затем возвращается на место.

Вначале воспитатель приглашает каждого ребенка, называя его по имени; дети идут по дорожке по одному. По необходимости воспитатель подает ребенку руку и обращает внимание, чтобы он не наступал на линии или веревки. Постепенно дети упражняются в ходьбе по дорожке друг за другом, а затем возвращаются по ней обратно. Надо следить, чтобы дети не мешали друг другу и не наталкивались на идущего впереди.

Пройди по мостику

Задачи. Упражнять детей в ходьбе по ограниченной площади, развивать чувство равновесия, приучать выполнять задание самостоятельно.

Описание упражнения. Дети сидят на стульях. Воспитатель кладет перед ними на пол: доску длиной 2—3 м, шириной 30—35 см — это мостик — и предлагает пройти по нему. На расстоянии 1 м от конца мостика стоит стул, на котором сидит зайчик (или другая игрушка).

Вначале дети выполняют упражнение по одному и воспитатель помогает им, придерживая за руку. Затем это задание дети выполняют самостоятельно.

После нескольких повторений упражнения дети идут по мостику друг за другом. Воспитатель следит, чтобы они не толкали друг друга и не сходили с доски, удерживали равновесие.

Поднимай ноги выше

Задачи. Упражнять детей в ходьбе, идти, высоко поднимая ноги, перешагивать предметы высотой 5—10 см и при этом не терять равновесия.

Описание упражнения. Дети сидят на стульях перед ковриком (или ковровой дорожкой) на котором расставлены 3—4 палки на высоте 5—10 см на расстоянии 30—40 см одна от другой. Воспитатель показывает, как надо переступить через палки: высоко поднимать ноги и стараться не задеть их. При необходимости подает малышу руку и вместе с ним переступает палки, затем ребенок идет до конца коврика и возвращается на место.

После неоднократного повторения детям 1 года 6 месяцев предлагают выполнить задание самостоятельно. Можно разрешить переступать палки, идя друг за другом. При этом надо следить, чтобы каждый ребенок точно выполнил задание.

К куклам в гости

Задачи. Приучать детей идти в указанном направлении: передвигаться индивидуально и небольшими группами.

Описание упражнения. Дети сидят на стульях, расставленных вдоль одной из стен комнаты. Перед ними на расстоянии 5—6 м на стульях сидят куклы. Воспитатель показывает на кукол и спрашивает: «Что это?». Дети называют. «Правильно, это куклы», — говорит воспитатель. «Покажите, где сидят куклы?» Дети показывают. «Пойдем к куклам в гости». Самых маленьких и застенчивых воспитатель берет за руку, и все вместе идут к куклам. Воспитатель здоровается с куклами и разрешает каждому ребенку взять куклу. Затем все идут обратно к стульям и садятся. После этого детям предлагают встать и отнести кукол обратно, а самим вернуться на свои места. Игра повторяется снова.

В начале года воспитатель называет каждого ребенка по имени и предлагает ему взять куклу и вернуться на свое место. После 3—4-кратного повторения задание «К куклам в гости» выполняет одновременно вся подгруппа. Дети могут пойти в гости с мишкой, зайцем.

Принеси мяч

Задачи. Развивать умение сохранять во время ходьбы необходимое направление и изменять его в зависимости от сложившейся ситуации, идти, не наталкиваясь друг на друга, привлекать внимание.

Описание упражнения. Дети сидят на стульях. Воспитатель обращается к ребенку по имени и говорит: «Юрочка, посмотри, как покатился мяч, догони его и принеси мне», катит мяч (не очень сильно) и вместе с ребенком идет за мячом. Помогает взять мяч, отходит на расстояние 3—4 м и зовет ребенка к себе. Когда малыш принесет и отдаст мяч, воспитатель приглашает другого ребенка и так же играет с ним.

Когда каждый ребенок освоит ходьбу*за мячом, воспитатель может провести упражнение одновременно с 2—3 детьми: катит мяч каждому ребенку и говорит: «Смотри, Танечка, мяч покотился к двери! А твой мяч, Игорек, покотился к горке».

Догоните меня

Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге в указанном направлении.

Описание упражнения. Подгруппа сидит на стульях или на скамейке по одной стороне комнаты. «Догоните меня», — говорит воспитатель и бежит к противоположной стороне. Застенчивых и робких детей называет по имени. Когда дети подбегают, воспитатель говорит: «Убегайте, убегайте, догоню». Все возвращаются на свои места, и игра повторяется.

Для того чтобы игра проходила более интересно, воспитатель предлагает детям (начиная с 1 года 6 месяцев) догнать собачку, куклу или другую игрушку, которая находится у него в руках. Воспитатель не должен слишком быстро убегать от детей: им интересно поймать взрослого. Когда дети займут свои места, их надо похвалить, сказать, что они хорошо умеют бегать.

Доползи до погремушки

Задачи. Упражнять детей в ползании. Способствовать развитию самостоятельности

Описание упражнения. Дети сидят на стульях, поставленных вдоль одной из стен комнаты. Перед ними ковер или ковровая дорожка, в конце которой на гимнастической скамейке или на стуле лежит погремушка. Воспитатель показывает, как надо ползти на четвереньках до погремушки, затем выпрямиться, взять погремушку, позвонить, положить ее на стул и вернуться на свое место. Дети по очереди выполняют задание.

Воспитатель, впервые организуя упражнение, должен ползти с некоторыми малышами до погремушки. Когда дети усвоят задание, на гимнастическую скамейку можно положить несколько погремушек (по числу участников), и тогда упражнение выполняет вся подгруппа детей.

Игровое задание повторяется и с детьми третьего /ода жизни. Не следует предлагать малышам быстро передвигаться на четвереньках, это снижает качество движений.