

Рухливі ігри. Народні ігри.

ПЛАН

1. Визначення рухливої гри. її значення. Теорія розвитку рухливих ігор.
2. Класифікація рухливих ігор. Варіантність рухливих ігор та їх ускладнення.
3. Методика проведення рухливих ігор: вибір гри, збір дітей на гру, зацікавлення, організація дітей, пояснення, розподіл ролей, розміщення дітей, роздача інвентаря, атрибутів, команди й сигнали до початку дій, темп проведення, дозування фізичного навантаження; музичний супровід.
4. Особливості методики проведення рухливих ігор в різновіковій групі.
5. Особливості проведення рухливих ігор на ділянці в різні пори року.
6. Методика проведення ігор-естафет, атракціонів. Ігри-хороводи.

Література:

1. Вільчковський Е. С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. Суми: ВТД «Університетська книга», 2008. 428 с.
2. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Фізичне виховання дітей у дошкільному закладі. – К., 2001. 216 с.
3. Денисенко Н. Ф., Аксьонова О. П. Через рух - до здоров'я дітей. Навчально – методичний посібник. Тернопіль : Мандрівець, 2009. 88 с.
4. Луцик І. В. Рухливі ігри в дитячому садку. Харків : «Основа»; «Тріада+», 2008. 110 с.
5. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у світі» (нова редакція). У 2 ч. Ч. I. Від народження до трьох років / О. П. Аксьонова, А. М. Аніщук, Л. В. Артемова та ін.; наук. Кер. О. Л. Кононко. Київ : ТОВ «МЦФЕРУкраїна», 2014. 204 с.
6. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у світі» (нова редакція). У 2 ч. Ч. II. Від народження до трьох років / О. П. Аксьонова, А. М. Аніщук, В. Артемова та ін.; наук. Кер. О. Л. Кононко. Київ : ТОВ «МЦФ

1. Оздоровче і виховне значення рухливих ігор

У дошкільній педагогіці гра розглядається як історично сформоване соціальне явище, особливий вид діяльності дитини, де творчо прямо або опосередковано відбиваються явища навколишньої дійсності (праця і побут людей, імітація рухів тварин та ін.). Ігри, в яких яскраво виявлена роль рухів, мають загальну умовну назву рухливих ігор. Рухливі ігри є одним із важливих засобів фізичного виховання дітей дошкільного віку. Вони сприяють формуванню та вдосконаленню життєво необхідних рухів, всебічному фізичному розвитку та зміцненню здоров'я дитини, вихованню позитивних моральних і вольових якостей. Підкреслюючи універсальність цього засобу виховання, А. С. Макаренко писав: «Гра має важливе значення в житті дитини, має те саме значення, яке в дорослого має діяльність, робота, служба. Яка дитина в грі, такою з багатьох поглядів вона буде в роботі, коли виросте. Тому виховання майбутнього діяча відбувається насамперед у грі». Правильно підібрані рухливі ігри активно впливають на розвиток організму дошкільників. Різноманітні рухи та ігрові дії дітей під час гри, при вмілому керівництві ними, позитивно впливають на серцево-судинну, дихальну та інші системи організму, збуджують апетит і сприяють міцному сну. Рухливі ігри задовольняють потребу організму дитини, який зростає в русі, сприяють збагаченню її рухового досвіду. За допомогою ігор у дошкільнят закріплюються та вдосконалюються різноманітні вміння і навички з основних рухів (ходьби, бігу, стрибків, рівноваги та ін.). Швидка зміна обставин під час гри привчає дитину користуватися своїми рухами відповідно до тієї або іншої ситуації. Все це позитивно впливає на вдосконалення рухових навичок. Цінність рухливих ігор полягає також у тому, що вони сприяють розвитку у дітей таких важливих фізичних якостей, як швидкість, спритність, витривалість тощо. Для розвитку швидкості проводять ігри, які потребують негайних рухових відповідей в обставинах, що швидко змінюються, ускладнених додатковими завданнями, а також ігри з подоланням певної відстані за найкоротший час («Біжіть до прапорця», «Хто перший», «Квач» та ін.). Для

розвитку в дошкільників спритності використовують ігри, де діти виконують більш складні за координацією рухи: «Прокоти м'яч у ворота», «Не зачепи брязкальце», «Серсо» та ін. Розвивати силу окремих м'язів рук, ніг і тулуба можна в іграх, які потребують короткочасного силового напруження: «Хто далі кине», «З купинки на купинку», «Ведмідь і бджоли». Витривалість розвивається в іграх з інтенсивною руховою діяльністю, але оптимальною в часі для кожної вікової групи («До жени свою пару», «Рибалки і рибки», «Вудочка» та ін.). Досвід передових вихователів, а також спеціальні наукові дослідження (А. І. Викова, Т. І. Осокіна, Е. А. Тимофєєва, М. К. Шейко, О. Л. Богініч та ін.) показують, що рухливі ігри мають значний вплив на виховання моральноволевових якостей у дошкільників. Свої дії учасники гри підпорядковують її правилам. Правила регулюють поведінку, сприяють вихованню свідомої дисципліни, привчають відповідати за конкретні вчинки, розвивають почуття товарищескості. У колективних іграх у дитини формується поняття про норми громадської поведінки, виробляються організаційні навички, виховується прагнення до перемоги, сильна воля, стійкість, витримка. Спільний інтерес, викликаний грою, об'єднує дітей в дружний колектив. Відомий російський педагог П. Ф. Лєсгафт писав, що завдання фізичного виховання полягає в тому, щоб навчити дітей «Свідомо ставитися до своїх рухів». Він високо оцінював виховне значення ігор, обґрунтував, що під час гри здійснюється єдність фізичного і психічного розвитку дитини. Особливу роль при цьому він відводив рухливим іграм з правилами. Дотримання правил виховує в дошкільнят чесність, рішучість, сміливість, культуру поведінки в колективі, вміння керувати і регламентувати свої рухи, виявляти самостійність та ініціативу. Кожна гра, зазначає Л. Ф. Лєсгафт, повинна мати певну мету, а форми гри - відповідати цій меті. Рухові дії під час гри мають відповідати вмінням дітей, а сама гра – викликати «почуття задоволення». Рухливі ігри ефективно впливають на розумовий розвиток дитини, допомагають уточнити уявлення про навколишній світ, різні явища природи, поширюють кругозір. Виконуючи різноманітні ролі, імітуючи дії птахів, тварин, комах, діти на практиці застосовують здобуті знання про життя, поведінку,

способи пересування цих тварин. Під час ігрової діяльності у дошкільнят створюються позитивні умови для розвитку уваги, сприймання, уточнення певних понять, творчої фантазії, пам'яті. У процесі гри діти обмірковують, що і як краще зробити, розмовляють між собою, підраховують кількість влучень у ціль, поквачених гравців. Усе це сприяє розвитку мови, швидкості мислення, творчості та кмітливості. Ігри широко використовуються як засіб естетичного виховання тому, що діти відображають навколишній світ через ігровий образ, певну роль. До змісту багатьох ігор входять знайомі їм вірші або пісні. Все це дозволяє поглиблювати естетичні переживання дошкільнят. Чітке й швидке виконання рухів, погодженість дій під час гри, особливо коли вони проводяться під музику, формують естетичні почуття дітей, привчають помічати красу рухів. Різноманітні шиккування та перешикування: в коло, шеренгу, колону – вимагають точності рухів, дотримання правильної постави, уваги та розвивають у дітей почуття прекрасного. Сприймання краси гри значною мірою сприяє однакової фізкультурна форма гравців. Участь у грі, з одного боку, тісно пов'язана з емоційними, в тому числі естетичними почуттями дітей, а з іншого боку, під керівництвом вихователя контролюється їх свідома поведінка. Тому необхідно так спрямовувати ігрову діяльність, щоб вона, торкаючись естетичних почуттів, дозволяла старшим дошкільникам правильно оцінювати її. Підкреслюючи важливість ігор для всебічного розвитку дошкільників, Н. К. Крупська зауважувала, що для дитини гра — це навчання, праця і водночас серйозна форма виховання. Не випадково дошкільний вік називають «ігровим віком». Однак рухлива гра як засіб фізичного виховання корисна лише тоді, коли вихователь обізнаний з анатомо-фізіологічними та психічними особливостями дошкільнят кожної вікової групи, з методикою проведення ігор, а також дбає про дотримання відповідних санітарно-гігієнічних умов.

2. Організація та методика проведення рухливих ігор

З дітьми дошкільного віку проводять три види рухливих ігор: сюжетні ігри, ігрові вправи (несюжетні ігри) та ігри з елементами спорту (городки, настільний теніс, бадмінтон, баскетбол, футбол, хокей). В основу сюжетних рухливих ігор покладено життєвий досвід дитини, її уявлення про

навколишній світ (дії людей, тварин, птахів). Наприклад, з оповідей дорослих, телепередач, спостережень за навколишнім життям діти дізнаються про поведінку тварин і птахів (як стрибає зайчик, як він ховається від лисички, як дзьобає зернятко горобчик), а потім під час гри відтворюють рухи, характерні для того чи іншого образу. Рухи, які виконують діти під час гри, тісно пов'язані з її сюжетом. Наприклад, зайці стрибають у лісі, а мисливці полюють на них; бджілки літають, сідають на квіточки, збирають мед. Більшість сюжетних ігор – колективні, і дитина привчається в них погоджувати свої дії з діями інших гравців, не вередувати, діяти організовано, як вимагають правила. Для ігрових вправ (несюжетних ігор) характерна конкретність рухових завдань відповідно до вікових особливостей і фізичної підготовки дітей. Якщо в сюжетних іграх основну увагу гравців спрямовують на створення образів, досягнення певної мети і точне виконання правил, що часто призводить до ігнорування чіткості у виконанні рухів, то під час ігрових вправ дошкільнята повинні бездоганно виконувати основні рухи (влучити м'ячем у ціль, підлізти під мотузку, не доторкнувшись до неї, та ін.). Такі вправи застосовують здебільшого для вдосконалення в дітей певних рухів. Дозування вправ в цих іграх, на відміну від сюжетних ігор, визначають конкретніше, що також є однією з їхніх позитивних сторін. З несюжетних ігор у старших дошкільників дуже популярні ігри з використанням різних предметів: кеглі, кільцекид, більбоке, школа м'яча та ін. Рухові завдання в цих іграх конкретні: влучити кулькою в кеглю, накинути кільце на палицю та ін. їх часто проводять у вигляді змагань між окремими дітьми або підгрупами (дві, три, чотири пари). Правила цих ігор вказують на порядок розташування предметів для гри, як їх використовувати, черговість дій гравців та ін. Ці ігри можуть проводитися як забави під час прогулянок, у дні здоров'я, на фізкультурному святі, коли діти виявляють свої вміння, спритність, швидкість у виконанні різноманітних рухових завдань. Оскільки ігрові вправи та сюжетні ігри застосовують в усіх вікових групах, то організація і методика їх проведення мають багато спільного. Досвід показує, що оптимальні умови для досягнення позитивних результатів у розвитку рухів дошкільнят створюються при поєднанні

конкретних рухових завдань у формі ігрових вправ, які спрямовано здебільшого на чіткіше виконання певних рухових дій та сюжетних ігор, у процесі яких рухи, засвоєні дітьми раніше, вдосконалюються в різних умовах. Проведення ігор з елементами спорту вимагає чіткого пояснення правил, які обумовлюють процес змагань між окремими дітьми або командами. Обов'язковим є оволодіння кожною дитиною руховими навичками (технікою рухів), які визначають результат змагань. За ступенем фізичного навантаження ігри бувають великої, середньої і малої рухливості. До ігор великої рухливості відносять ті, зміст яких становлять інтенсивні рухи: стрибки, біг у поєднанні з метанням, подоланням перешкод (пролізання в обруч, перестрибування через кубики та ін.). Ігри середньої рухливості передбачають активну участь в них дітей. Характер рухової діяльності учасників гри відносно спокійний (метання предметів у ціль, ходьба в поєднанні з іншими рухами: підлізання під дугу, переступання через предмети тощо). Під час ігор малої рухливості не всі діти виконують рухи одночасно. Іноді активно рухається лише частина з них, інші перебувають у статичному положенні і спостерігають за діями тих, хто грає, рухи, які становлять зміст гри, виконуються у повільному темпі. Більшість рухливих ігор доступні й корисні дітям різних вікових груп. Перед тим як вибрати гру, треба визначити мету, врахувати вікові можливості дітей, їхні інтереси та фізичну підготовленість, місце і час проведення, а також погодні умови. Якщо вихователь, наприклад, ставить завдання вдосконалювати у дітей вміння метати м'яч у ціль, тоді він добирає ігри, де цей рух основний («Влучи в коло», «Цілься краще», «Влучи м'ячем» та ін.). Залежно від підготовленості дітей правила можна спростити або ускладнити. Наприклад, у грі «Вовк у рові» відстань між лініями «рову» можна трохи збільшити або, навпаки, зменшити; у грі «У ведмедя у бору» в старшій та підготовчій до школи групах замість одного «ведмедя» призначити двох. Це ускладнить дії гравців, буде вимагати більшої уваги, швидкого бігу. Повторення вивчених рухливих ігор проводиться з деякими ускладненнями правил. Наприклад, у грі «Квач» застосовують варіанти, що поступово ускладнюють основне ігрове завдання – не піддатися квачу: діти ховаються від квача в певному

місці – «будиночку»; щоб квач не спіймав, потрібно стати за ким-небудь з гравців у пари; коли квач наближається, діти швидко присідають (того, хто присів, квачити не можна). Усі ці варіанти правил спрямовано на розвиток швидкої реакції, спритності, на вдосконалення навички бігу. Визначаючи гру, слід врахувати її місце в режимі дня і дотримуватися певної послідовності в діяльності дітей. Навесні, влітку та восени до сніданку краще проводити нетривалі ігри середньої або малої рухливості. У цей час діти здебільшого граються невеликими групами, а вихователь здійснює тільки загальне керівництво. На заняттях з фізичної культури плануються ігри великої рухливості. Вони входять в основну частину, проводяться з усією групою і мають навчальний характер, бо діти вдосконалюють, а іноді, особливо в молодших групах, розучують нові рухи. У заключній частині використовуються ігри малої рухливості, щоб зменшити фізичне навантаження і привести організм дітей у відносно спокійний стан. На прогулянках, за годину до денного сну та після нього, проводяться ігри будь-якої рухливості. Враховуються пора року і температура повітря. Особливої уваги потребує добір ігор у холодну пору року і в несприятливу погоду. У цей час краще проводити ігри з нескладними рухами (ходьбою, бігом у повільному темпі). Влітку ігри зі швидким бігом і стрибками краще давати на початку денної прогулянки або після полудня, коли знизиться температура повітря. Перед денним і нічним сном (у цілодобових групах) проводити ігри великої рухливості не рекомендується, бо діти збуджуються і не зможуть швидко заснути. З дітьми всіх вікових груп під час ранкової та післяобідньої прогулянок проводиться не менше п'яти-чотирьох рухливих ігор. Бажано, щоб у кожній грі брали участь всі вихованці. Влітку кількість рухливих ігор збільшується до п'яти-шести. У теплу пору року більшу частину дня дошкільники перебувають на свіжому повітрі, і можливості для організованої та самостійної ігрової діяльності в цей період значно збільшуються. Під час прогулянок доцільно проводити ігри з тими видами рухів, які розучувалися на заняттях з фізичної культури. Це дає дітям можливість удосконалювати їх в різноманітних ігрових ситуаціях. Добір ігор залежить також від місця їх

проведення. У невеликому вузькому залі або груповій кімнаті можна проводити ігри із шикунням у колони й шеренги, а також ігри, у яких діти беруть участь по черзі («Передайстань», «М'яч капітану», «Влучи в обруч»). У великому залі та на майданчику можна проводити ігри будь-якої рухливості: з бігом врозтіч, метанням м'яча, естафети з елементами змагань. Під час прогулянок у теплу пору року для ігор широко використовують природні умови. Наприклад, у грі «Зайці та вовк» гравці ховаються за дерева, кущі, підлазять під низькі гілки. У грі «Переліт птахів» стають на колоду або пеньки і зістрибують з них. Для проведення ігор на свіжому повітрі треба підготувати майданчик: утрамбувати землю, посипати її піском, розмітити постійні лінії. Велике значення мають зелені насадження, які захищають його від вітру й куряви, збагачують повітря киснем, дають тінь. Взимку ділянку потрібно очистити від снігу, втоптати, огородити сніговим валом, за участю старших дітей зробити снігові фігури, гірки. Майданчик для проведення рухливих ігор обмежують добре помітними лініями, оскільки дітям, які захоплені грою, важко стежити за умовними або нечіткими лініями. Тимчасову розмітку в середині майданчика роблять для кожної гри окремо. Використовують палички, прапорці, булави. Взимку лінії розмічають темним порошком (дрібним вугіллям, золою) або синькою. Щоб запобігти травмам, особливо в іграх з бігом і ловленням, лінії проводять на відстані 1,5-2 м від стін, парканів та інших предметів. Для проведення багатьох ігор потрібний різноманітний інвентар: м'ячі, прапорці, обручі, скакалки, булави. Бажано, щоб він був яскравим (кольоровим), добре помітним у грі. Приладдя та інвентар готують заздалегідь, щоб на його розміщення й роздачу не затратити багато часу. Дрібний інвентар доцільно роздати після пояснення правил гри, інакше діти будуть неуважними. У старших групах для роздавання та розміщення інвентарю вихователь залучає дітей, спостерігаючи, щоб вони робили це організовано й швидко. До проведення гри треба добре підготуватися: вивчити її зміст, правила, вірші та пісні, що її супроводжують, відпрацювати рухи, які він показуватиме дітям. Перед тим як розпочати гру, бажано зацікавити нею, щоб діти краще виконували рухи, які становлять її зміст. Наприклад,

готуючись до проведення гри «Птахи у клітці», вихователь може під час прогулянки звернути увагу дітей на пташок, які стрибають по землі, дзьобають зернятка, шукають собі їжу, швидко літають. Під час пояснення змісту гри дошкільнят розміщують так, щоб кожний добре бачив і чув вихователя.

Найкраще розставити їх у те положення, з якого вони починатимуть гру. В іграх із шикунням у коло («Спіймай комара», «Відгадай по голосу») вихователь стає разом з дітьми стає у коло. Якщо гра починається з руху врозтіч («Гуси-лебеді», «Рибалки і рибки»), дітей зручніше шикувати в шеренгу або зібрати їх біля себе в півколо, щоб усім було добре чути й видно, що їм показуватимуть та про що розповідатимуть. Під час пояснення гри не рекомендується ставити дітей обличчям до сонця або іншого джерела світла, бо це негативно впливає на зір і розпорошує увагу. Пояснювати зміст гри треба виразно, дохідливо, коротко, щоб не стомлювати дітей. Розповідь повинна викликати у дитини яскраве уявлення про дійових осіб, яких вони зображатимуть. Емоційно-образне повідомлення сюжету гри допомагає дошкільнятам краще уявити ігрову ситуацію й виразніше виконувати характерні для даного образу рухи. У ході гри правила роз'яснюються і уточнюються. Для кращого засвоєння гри рекомендується, особливо у молодших групах, найскладніші моменти пояснювати жестом і показом деяких рухів. Перед цим бажано нагадати дітям, як треба бігати, стрибати, кидати м'яч тощо. Іноді основний рух можна виконати кілька разів до початку гри.

Наприклад, у грі «Снайпери» з метанням м'ячів у ціль діти спочатку виконують кидок м'яча, а потім починають гру. Пояснюючи правила, виконання яких викликає труднощі у дітей, треба показати, як вони виконуються. Так, у грі «Зроби фігуру» можна для прикладу показати який-небудь рух – «маятник годинника», «зайчик з довгими вушками» та інше. Правила гри пояснюють докладно лише в тому разі, коли вона проводиться вперше. Повторюючи гру, тільки нагадують основний її зміст. Коли вводяться ускладнення, тоді потрібно пояснити додаткові правила і способи виконання ігрових дій. Пояснивши гру в старших групах, вихователь перевіряє, чи всі діти зрозуміли її, ставить їм кілька запитань щодо змісту і правил. Гра проходить злагоджено й чітко, якщо діти

зрозуміли правила та ігрові дії, які вони повинні виконувати. Важливий момент у проведенні гри – вибір одного або кількох ведучих, їхні ролі можуть бути різні: відгадати за голосом, хто підходив; наздогнати того, хто тікає; влучити м'ячем та ін. Виконання обов'язків ведучого має виховне значення: сприяє активності, формує організаторські навички. Бажано, щоб у ролі ведучого протягом року були всі діти. Є кілька способів визначення ведучого. Так, проводячи нову гру, вихователь може призначити ведучим ту дитину, яка краще за інших справиться з цією роллю, а потім призначати інших дітей. Ведучого можуть вибирати й самі діти, що має позитивне значення, оскільки дошкільнята колективно висловлюють бажання обрати на цю роль найбільш гідного товариша. Іноді ведучий може обрати собі заміну. Можна також визначити ведучого за допомогою короткої лічилки:

На кого припаде останнє слово лічилки, той стає ведучим або, навпаки, виходить з кола. Всі згадані способи вибору ведучого застосовують залежно від характеру гри, місця її проведення та кількості дітей. Обов'язковою умовою проведення командних ігор у старших групах є правильне комплектування команд (підгруп). Вони мають бути рівні за силами й складом. У практиці є кілька способів поділу гравців на команди: за допомогою рахунку або фігурного марширування, а також за призначенням капітанів команд. При розподілі дітей за допомогою рахунку вони шикуються в шеренгу, а потім розраховуються на таку кількість номерів, скільки має бути у грі. Внаслідок цього способу команди не завжди формуються рівні за силами. ведучого протягом року були всі діти. Є кілька способів визначення ведучого. Так, проводячи нову гру, вихователь може призначити ведучим ту дитину, яка краще за інших справиться з цією роллю, а потім призначати інших дітей. Ведучого можуть вибирати й самі діти, що має позитивне значення, оскільки дошкільнята колективно висловлюють бажання обрати на цю роль найбільш гідного товариша. Іноді ведучий може обрати собі заміну. Можна також визначити ведучого за допомогою короткої лічилки.

2. Керівництво рухливими іграми в різних вікових групах

Проведення рухливих ігор з дітьми різних вікових груп має свою специфіку, яка залежить від анатомо-фізіологічних і психологічних особливостей дошкільнят. Для дітей молодших груп підбирають ігри з нескладним змістом. Правил у цих іграх небагато – одне, два. Невелика й кількість ролей (усі діти «миші», а вихователь «кіт»; усі діти «горобчики», а вихователь «автомобіль»). Важливо також враховувати й те, що в цьому віці дитина погано володіє своїми рухами: часто втрачає рівновагу, падає, докладає багато зусиль під час виконання фізичних вправ. Тому ігри добираються з обов'язковим чергуванням руху й відпочинку. Спочатку ведучим має бути вихователь. Він регулює рухи дітей, щоб вони занадто не збуджувалися і не втомлювалися. Цікаво проведена вихователем роль ведучого створює бадьору, емоційну атмосферу, сприяє залученню всіх вихованців до гри, активізує їхні дії. Поступово, коли діти другої молодшої групи засвоять правила гри та звикнуть до організованих дій, їх можна залучити й до виконання ролі ведучого. Молодші дошкільнята в колективних іграх виконують одні й ті самі рухи (ходять, бігають, стрибають тощо). У них ще немає зацікавленості в результатах гри, їх приваблює сам процес руху: бігати, наздоганяти, лазити, кидати предмети в ціль та на дальність тощо. Цю особливість вихователь і повинен враховувати, плануючи роботу з дітьми. У своїй науково обґрунтованій методиці проведення рухливих ігор педагог А. І. Бикова пропонує умовно виділити три періоди в плануванні та організації рухливих ігор з дітьми молодшого дошкільного віку. Завдання першого періоду (вересень-жовтень) - привчати малят гратися разом (невеликими групками), використовуючи різноманітні іграшки, м'ячі, обручі. Водночас можна починати проводити й колективні рухливі ігри, об'єднуючи 10-12 дітей. Ігри добирають прості за змістом і характером рухів. Діти виконують цікаві та нескладні завдання: підбігти до вихователя («Біжіть до мене»), наздогнати м'яч («Дожені м'яч»), знайти предмет («Знайди прапорець») тощо. У цих іграх кожна дитина діє в своєму темпі. Її рухи ще не пов'язані з рухами інших дітей. Після одного-двох повторень вони повністю оволодівають правилами гри. Наступний період – з

листопада по квітень. Він охоплює пізню осінь, зиму і ранню весну. Завдання вихователя в цей період – підвищити активність дошкільнят, привчити їх пристосовуватися до сезонних явищ. Тому в цей час добирають ігри, в яких діти можуть рухатися без особливих труднощів, навіть у теплому одязі. Це ігри з бігом і ходьбою по всьому майданчику («Поїзд», «Знайди свій будинок»), з катанням м'ячів, кульок («Влучи у ворітця»), проводяться в приміщенні. Рухливі ігри, що їх організовує вихователь у цей період, поступово ускладнюються. У літній період (травень-серпень) легкий одяг дітей і рівень їхньої підготовки дають змогу використовувати різноманітні рухи (підлізання, стрибки, ловлення м'яча тощо). Завдання вихователя в цей період – збагатити руховий досвід дошкільнят, удосконалити набуті ними рухові навички. Вводять нові ігри, а вивчені раніше проводять в ускладненому варіанті. Наприклад, у грі «Трамвай» діти проходять не по рівному майданчику, а між предметами (кубиками, кеглями), які поставлено на землі. Діти цього віку особливо емоційно сприймають образи гри. Тому, стимулюючи правильне виконання рухів, враховують саме цю властивість їхньої психіки. Наприклад, радять пострибати, як «зайчики», пройти тихо, як «мишка» або «лисичка» тощо. Нестійка поведінка та швидка збуджуваність дошкільнят потребують від вихователя спокійного, бадьорого тону. Гру треба проводити весело і жваво. Тривалість гри для дітей першої молодшої групи становить у середньому 5-7 хв з повторенням кожної з них 3-4 рази. У дітей другої молодшої групи відповідно 6-8 хв, кількість повторень 3-5 разів. У середній групі діти починають цікавитися результатами своїх дій: точно влучити м'ячем у ціль, перестрибнути через «струмок»; пролізти в обруч, не торкнувшись його. Збільшення рухових вмінь дає змогу проводити різноманітні ігри з метанням («Збий булаву», «М'яч через сітку»), стрибками («Зайці і вовк», «Не замочи ніг»), лазінням («Переліт птахів», «Діти і вовк»). Протягом року зміст ігор, рухові завдання, правила і взаємодії дітей поступово ускладнюються. Якщо гра становить певні труднощі, під час прогулянок її краще проводити з меншою кількістю учасників. Коли правила засвоюють усі діти, гра проводиться з усією групою. Надмірна рухливість дітей цього віку та їхнє

невміння раціонально використовувати свої сили вимагають особливого підходу в дозуванні ігор. Вихователь стежить, щоб рухи чергувалися з короткочасним відпочинком. Навіть коротка пауза (півхвилини-хвилина) дає змогу дітям відновити свої сили і заспокоїтися після бігу або стрибків. У цей час діти обмінюються враженнями. Загальна тривалість рухливої гри дошкільнят цієї групи 8-10 хв, кількість повторень 3-5 раз. У дітей старшої групи руховий досвід багатший порівняно з малятами 3-4 років, і це дає можливість ширше використовувати в іграх більш складні рухи. Наприклад, біг зі зміною темпу («Ми веселі діти», «Квач»), кидання та ловлення м'яча («Підкинь і злови», «Не давай м'яч»), стрибки («Снігурі та кіт», «Вудочка»). У цьому віці велике значення мають ігри із застосуванням різноманітних предметів (м'ячів, обручів, скакалок). Вони подобаються дітям конкретністю та наочністю оцінки досягнень; впіймав м'яч або влучив ним у рухому ціль, прокотив обруч до визначеного місця і т.д. З великою зацікавленістю діти грають в ігри, в яких передбачається розподіл на підгрупи (команди). В іграх «Садіння картоплі», «Чия ланка швидше збереться?» та ін. вони привчаються в інтересах своєї команди добиватися перемоги, виявляти рішучість, спритність, витримку. Вихователь підбирає ігри відповідно до мети, яку поставив: формування певних рухових навичок, виховання витримки, сміливості, організованості тощо. Визначення й конкретизація загальної мети запобігають випадковості у доборі ігор. Одна й та сама мета може ставитися в різних іграх. Наприклад, рухові навички у метанні в ціль удосконалюються в різних іграх: «Серсо», «Влучи в обруч», «Мисливці і зайці», але конкретизуються у вигляді різних зрозумілих і цікавих завдань. У грі «Влучи в обруч» пропонується влучити м'ячем у нерухому горизонтальну ціль, а у грі «Мисливці і зайці» - у ціль, що рухається. По суті, удосконалюється одна й та сама рухова навичка, але умови виконання різні. Успіх гри значною мірою визначається правильною організацією дітей. Перед тим як пояснювати нову гру, слід повторити з дітьми найскладніші для них рухи. Наприклад, перед початком гри «Хто швидше до прапорця» діти повторюють підлізання під дугу, а потім уже вихователь розповідає правила гри. Важливий момент у керівництві грою –

дозування рухів, особливо в іграх з бігом, лазінням, стрибками. Тривалість безперервного бігу зі швидкістю вище середньої для дошкільнят цієї групи становить 30-35 с за одне повторення гри. Кількість повторень залежить від її змісту, але не повинна перевищувати 4-6 разів. Між повтореннями – короткі паузи для відпочинку. Дуже важливо регулювати навантаження в рухливих іграх взимку, коли одяг заважає рухам. Потрібно стежити, щоб діти не перегрівалися і не втомлювалися. Загальна тривалість рухливої гри 10-12 хв. У підготовчій до школи групі активність дітей збільшується. Вони стають сміливими, винахідливими, рішучими, люблять, коли в іграх виникають різні несподівані ситуації, ускладнення, прагнуть долати їх, виявляючи при цьому позитивні моральні якості. Враховуючи це, вихователь ставить перед ними конкретні завдання, пояснює, що і в якій послідовності слід робити, що забороняється, Наприклад, за одним умовним сигналом потрібно бігти або швидко зайняти своє місце в колоні, за іншим – присісти, після третього сигналу – зупинитися або кинути м'яч («До свого прапорця», «Передай – стань», «М'яч середньому»). У цій віковій групі дітей цікавить не тільки зміст гри і роль у ній, а й результати (швидше всіх пробігти, влучити в ціль та ін.). Тому ігор, у яких були б елементи змагання на спритність, влучність, швидкість рухів, бажано проводити якомога більше. Наприклад, у грі «Хто перший.» виграє команда (ланка), яка швидше пробіжить, пройде по колоді, та ін. Проводячи ігри з елементами змагань, дітей привчають бути стриманими, уникати сварок, прагнути до того, щоб ігри сприяли вихованню в них позитивних рис характеру. Важливо також навчити дітей самостійно розповідати зміст знайомої їм гри, пояснювати її правила, аналізувати. Вони повинні вміти самі організувати і провести рухливу гру з нескладними правилами.

4. Рухливі ігри під музику

Рухлива гра сюжетного характеру, яка проводиться з музичним супроводом, викликає у дітей більшу зацікавленість і проходить значно жвавіше. Музика піднімає настрій дитини, вимагає її рухатися енергійніше, красиво,

відповідно до характеру і форми музичного твору. Використання музики під час проведення рухливих ігор є одним з активних спілкувань дитини з музикою. При цьому одночасно вирішуються завдання фізичного і музичного виховання дошкільників. Добираючи музику до гри, потрібно враховувати вік дітей, особливості сприйняття, рівень музичної підготовленості, а також анатомо-фізіологічні можливості рухового апарату. Кожний рух у грі має своєрідний характер, тому важливо знайти для нього відповідний музичний супровід. Наприклад, біг, стрибки на місці або з просуванням вперед потребують легкої, бадьорої музики; плавні рухи руками, повільна ходьба – наспівної, спокійної. Музичні твори для ходьби та бігу в різному темпі, підскоків, стрибків підбирають яскраві, виразні, з чітким фразуванням контрастного характеру. Не можна довільно змінювати темп музики, підстроювати його під рухи дітей, доповнювати акорди, робити купюри. Це порушує характер музики, негативно впливає на її правильне сприйняття. У рухливих іграх основна роль відводиться руховим завданням, і музика повинна сприяти їх виконанню. В іграх, складених з вправ, що виконують в індивідуальному темпі (стрибки в гору, лазіння, метання в ціль), а також в іграх естафетного характеру – музика зайва. В усіх вікових групах дитячого садка завдяки музиці підвищується рухова активність дітей (кількість локомоцій у ходьбі, бігу в середньому підвищується на 10-15%). Рухлива гра з музичним супроводом ефективніше сприяє формуванню правильної постави, координації рухів та їх удосконаленню. Радіючи музиці та відчуваючи красу своїх рухів, дитина емоційно збагачується, переживає піднесення, стає життєрадісною. Перед тим як розпочати гру, дітям дають прослухати музичний твір, щоб вони зрозуміли його зміст, звертають їхню увагу на характер твору та на яскраві засоби музичної виразності, що відбиваються в рухах. Так, наприклад, говорять: «Послухайте, діти, як ходить, перевалюючись, клишоногий ведмедик і реве низьким голосом». Музика повільна, у низькому регістрі. Або: «Послухайте, діти, яка весела, швидка музика, у високому регістрі. Це зайчики весело стрибають на галявині, шукають грибочки, щавель, бігають з місця на місце».

Методика проведення ігор спортивного характеру

Дані досліджень (Е.І. Адашкявичене, Е.С. Вільчковський, Л.В. Карманова, Т.І. Осокіна, О.І. Курок та ін.), а також практика роботи дитячих садків свідчать про те, що діти старшої та підготовчої до школи, груп опановують елементи ігор спортивного характеру: бадмінтоні городки, настільний теніс, баскетбол, хокей, футбол. Ці ігри сприяють зміцненню здоров'я, підвищенню рівня рухової підготовки, комплексному розвитку фізичних якостей дошкільнят. Застосування елементів спортивних ігор у дошкільному віці закладає у дитини основу для систематичних занять одним з видів спорту у наступні шкільні роки.

Українські національні народні ігри

Характеристика народних ігор

Народні ігри створені народом так само, як казки, приказки, загадки, вони передаються з покоління в покоління. Із їх змісті відбито національну психологію кожного народу: «У всіх народів існує чималий запас ігор, котрі якоюсь мірою відбивають побут народу».

Ігри та забави становлять чималий розділ народної дидактики й охоплюють найрізноманітніші її аспекти: народознавчий, мовленнєвий, математичний, природничий, пізнавальний, розважальний, оздоровчий тощо. Народні ігри супроводжують свята та національні обряди, у їх змісті відбиті сезонні явища, звичаї, пов'язані з хліборобською та землеробською працею.

Народні ігри - це історія народу, оскільки вони відображають соціальне життя кожної епохи.

У вступі до збірки ігор «Літала сорока по зеленім гаю» український письменник Василь Довжик називає ігри народним мистецтвом: «Та й хитра ж штука, оця народна гра! Ви думали - такі собі пустощі, коли робити нема чого, то в креймахи грають, аби збавити час, а вона, ота забавка, - мистецтво. А вона має свій

погляд на людину, батьківщину, добро, уявлення про тебе і світ. Бо мистецтво - це метод пізнання себе і світу, а гра записала в собі і закодувала в генах дії не лише народні знання, а нас із вами, наш національний характер».

З допомогою народних ігор діти опановують перші елементи грамотності, вивчаючи напам'ять вірші, скоромовки, лічилки. Окремі ігри розвивають і математичні здібності (класики, деркач, цурка, клітка та ін.).

Переважає більшість «абеткових істин дитинства» народжувалась у середовищі простого народу й виконувала певні функції людського співжиття. Ігри відкривали дітям живу історію свого народу, вчили любити народних героїв і ненавидіти кривдників.

Вуличні ігри були і своєрідним «дитячим садком». Батьки багатодітних родин постійно були в полі, і діти об'єднувались для ігор у самотійні осередки.

Класифікація народних ігор

Народні ігри можна класифікувати за такими групами:

- дидактичні,
- рухливі з обмеженим мовленнєвим текстом,
- рухливі хороводні ігри,
- ігри мовленнєвої спрямованості,
- обрядові та звичаєві ігри;
- ігри історичної спрямованості;
- ігри з відображенням трудових процесів та побуту народу.