

Валянціна ШЫШКІНА,  
кандыдат педагагічных навук,  
дацэнт Магілёўскага  
дзяржаўнага ўніверсітэта  
імя А. Куляшова

# РУХ — ГУЛЬНІ АСНОВА

ДЫДАКТЫЧНЫЯ ГУЛЬНІ  
ПА ФІЗІЧНЫМ  
ВЫХАВАННІ  
ДЛЯ ДЗЯЦЕЙ  
СТАРЭЙШАГА  
ДАШКОЛЬНАГА ЎЗРОСТУ

## ДЫДАКТЫЧНЫЯ ГУЛЬНІ НА ЗАМАЦАВАННЕ ВІДАЎ І СПАСАБАЎ РУХАЎ

### 1. «Хто больш ведае рухаў»

**Дыдактычная задача:** удакладніць назвы відаў і спосабаў хадзьбы, бегу, скачкоў, лажання, кідання.

**Гульнявыя дзеянні:** назваць і паказаць рухі.

**Правілы:** дакладна назваць і правільна паказаць рухі; нельга паўтараць рухі, названыя іншымі дзецьмі.

#### Матэрыялы:

1. Пяць картачак, на кожнай адлюстраваны чалавек, які выконвае адзін з асноўных рухаў (хадзьбу, бег, скачкі, лажанне, кіданне).

2. Фізікультурныя дапаможнікі: мячы, абручы, гімнастычная лаўка, плоскасная дарожка.

3. Стацыянарнае фізікультурнае абсталяванне (выкарыстоўваецца тады, калі гульня праводзіцца паблізу яго).

**Метадычныя ўказанні.** Дзеці дзеляцца на дзве каманды. Адзін з ігракоў першай каманды ператасоўвае картачкі, другі (з іншай каманды) выцягвае адну з картачак. Гульня пачынаецца з руху, які адлюстраваны на картачцы. Так, калі на ёй адлюстравана хадзьба, дзеці

*Асноўнае прызначэнне дыдактычных гульняў — умацаванне адукацыйнай накіраванасці ў навучанні дзяцей рухамі. Сам рух застаецца абавязковым кампанентам гульняў, але выступае ўжо не толькі як канкрэтнае рухальнае дзеянне, дзе трэба атрымаць вызначаны колькасць і якасныя паказчыкі, але і ў якасці пазнавальнага аб'екта. Праз гульні дзеці знаёмяцца з разнастайнасцю рухаў, іх прызначэннем: вучацца дыферэнцыраваць рухі па відах і спосабах выканання; суадносіць, параўноўваць выконваемыя рухі з рухальнымі эталонамі; практыкуюцца ў прымяненні рухаў у незвычайных абставінах.*

*З дапамогай дыдактычных гульняў арганізуецца дадатковае ўспрыманне, распазнаванне рухаў не толькі па знешнім дзеянні, але і па апісанні словамі. Такім чынам дзеці вучацца рабіць абагульненні, групуваць рухі па вызначаных уласцівасцях.*

*Дыдактычныя гульні можна выкарыстоўваць на занятках па фізікультуры, а таксама ў паўсядзённым жывіцці ў час самастойнай рухальнай дзейнасці дзяцей пяці — сямі гадоў. Працягласць гульняў складае 7 — 10 хвілін.*

*Гульні патрабуюць папярэдняй падрыхтоўкі на фізікультурных занятках і ў час самастойнай дзейнасці дзяцей.*

ўспамінаюць усе яе віды і спосабы. Першая каманда дамаўляецца, які з відаў або спосабаў руху будзе выконваць, а потым паказвае яго (па магчымасці сінхронна), другая ж каманда называе віды руху. Затым выконвае які-небудзь з відаў або спосабаў задазенага руху другая каманда, а першая яго называе.

Гульня працягваецца да тае пары, пакуль дзеці не ўспомняць усе віды і спосабы руху, адлюстраваныя на картачцы. Каманда, якая не змагла своечасова паказаць патрэбны рух або назваць яго, атрымлівае штрафное ачко. Пераможчай з'яўляецца тая каманда, у якой менш штрафных ачкоў. Вынік можна падлічыць не па штрафных ачках, а па колькасці выкананых рухаў.

Пры жаданні дзеці могуць працягваць гульні, выцягнуўшы другую картачку.

**Заўвага.** Каб выклікаць у дзяцей гульнявы азарт, можна выкарыстаць спецыяльныя фішкі. Напрыклад, за кожны паказаны рух каманда атрымлівае чырвоную фішку, за правільную назву — сінюю. У канцы гульні ў камандах падлічваецца колькасць фішак. Па выніках вызначаецца каманда-пераможца.

**Папярэдняя работа.** На занятках па фізікультуры і ў час самас-

тойнай дзейнасці выкарыстоўваюць:

✓ гульнявыя заданні тыпу: «Успомнім, дзеці, як можна па-рознаму хадзіць па гімнастычнай лаўцы або па звычайнай маснічыне?» Такія ж заданні выкарыстоўваюцца і для іншых асноўных рухаў;

✓ дыдактычная гульня «Калі вы...». Выхавальнік ставіць умову, а дзеці выконваюць яе патрэбным рухам. Напрыклад: «Калі вы ідзецца па глыбокім снезе...» (па гразі, лужынах, уздоўж высока нацягнутага вярэйкі і г.д.).

Упачатку некалькі разоў гульнію праводзіць сам выхавальнік, а потым дзецям ствараюцца ўмовы для самастойнай гульні.

### 2. «Перадай мяч»

**Дыдактычная задача:** развіваць уменне прымяняць вядомыя рухі ў канкрэтных абставінах; дакладна называць спосаб руху.

**Гульнявое дзеянне:** перадача мяча адзін аднаму з дапамогай розных рухаў (бегу, скачкоў, кідання).

**Правілы:** выкарыстоўваць розныя рухі. Адным і тым жа рухам карыстацца нельга. Пачынаць перадачу мяча трэба толькі па сігнале выхавальніка або каго-небудзь з дзяцей. Рухі выконваць правільна, папярэдне іх назваўшы.

**Матэрыял:** мяч (любога памеру) на кожную пару ігракоў.

**Метадычныя ўказанні.** У гульні прымаюць удзел дзве каманды (па тры — пяць чалавек), якія выстройваюцца адна насупраць другой на адлегласці 2 — 2,5 м. Мячы знаходзяцца ў руках дзяцей адной з каманд. Па сігнале выхавальніка дзеці перадаюць мяч з дапамогай любога руху іграку іншай каманды, які стаіць насупраць (кідаюць мяч, удараючы аб падлогу, падбягаюць і аддаюць, пракочваюць і г. д.). Розныя спосабы кідання — ад грудзей, знізу, з-за галавы і г. д. — трэба лічыць рознымі рухамі. Каманда, якая паўтарыла выкарыстаны рух, атрымлівае штрафное ачко. Перамагае каманда, якая атрымала меншую колькасць ачкоў (гл. гульню 1).

Магчыма ацэнка вынікаў гульні па фішках.

**Заўвага.** Калі дзеці няправільна называюць або выконваюць рух, выхавальнік спыняе гульню і прапановуе каму-небудзь з дзяцей правільна паказаць патрэбны рух і паўтарыць яго назву.

### 3. «Спаборніцтва»

**Дыдактычная задача:** развіваць у дзяцей уменне трансфармаваць вядомыя рухі ў патрэбным накірунку для рашэння пастаўленай задачы.

**Гульнявое дзеянне:** успомніць знаёмыя рухі і выканаць іх на адным прыстасаванні.

**Правілы:** выканаць як мага больш розных рухаў, дакладна называючы парадкавы нумар кожнага новага руху. Калі ўсе рухі будуць выкананы, гучна назваць агульную колькасць выкананых рухаў (напрыклад: «Пяць!», «Сем!» і г. д.). Калі рух выконваецца другі раз, то дзіця, якое яго выконвае, спыняе дзеянне, называе колькасць выкананых рухаў і ўступае месца іншаму іграку. Той не павінен выкарыстоўваць рухі, якія ўжо выканаў першы іграк.

**Матэрыял:** драўляны цурбан дыяметра 15 — 20 см, вышыняй 15 — 20 см.

**Прыкладныя рухі:** агульнаразвіваючыя практыкаванні з выкарыстаннем цурбана, скрынкі без дна, крэсла, гімнастычнай лаўкі і г. д.

**Метадычныя ўказанні.** У адной гульні, калі ігракоў двое-трое,

рэкамендуецца выкарыстоўваць не больш 3 — 4 прадметаў і 1 — 2 прадметы, калі ў гульні ўдзельнічаюць не больш трох дзяцей.

Выхаванцы, якія гуляюць, па сваім жаданні могуць мяняць размяшчэнне прадметаў як на вертыкальнай, так і на гарызантальнай плоскасці.

«Раз-два, пачынаецца гульня!» — гэтыя словы, якія дружна гавораць дзеці, з'яўляюцца сігналам да пачатку гульні. Адзін з гуляючых пачынае выконваць рухі на любым прадмеце, перад пачаткам кожнага руху называючы яго парадкавы нумар, напрыклад: «Першы рух — саскокванне» і г. д. У канцы называе агульную колькасць выкананых рухаў і ўступае месца другому іграку, які выконвае рухі на тым жа прадмеце. Калі ніхто з гуляючых ужо не можа выканаць новага руху, падводзіцца вынік. Затым гульня можа працягвацца з іншымі прадметамі.

Агульны вынік падводзіцца па колькасці выкананых рухаў на ўсіх дапаможніках.

### 4. «Турысты»

**Дыдактычная задача:** развіваць у дзяцей уменні прымяняць розныя рухі дзеля дасягнення мэты.

**Гульнявое дзеянне:** прайсці паспяхова «турыцкі» маршрут.

**Правілы:** кожны турыст або група праходзіць маршрут сваім спосабам, гэта значыць з дапамогай рухаў, не выкарыстаных іншымі ігракамі. Дзейнічаць у гульні трэба ўзгоднена, дружна і абавязкова дапамагаць тым, каму цяжка дасягнуць выканання рухаў.

**Матэрыял:** любое стацыянарнае фізкультурнае абсталяванне, да якога дадаткова можна прывесці гімнастычныя лесвіцы, дошкі, кубы, цурбаны і г. д. Вяроўка даўжынёю 3 — 4 м (на групу з трох-чатырох чалавек) з петлямі для надзявання на плячо (адлегласць паміж імі павінна быць 1 м). Для кожнай турыцкай групы можна падрыхтаваць спецыяльныя знакі, якія потым прышпільваюцца на грудзі.

**Метадычныя ўказанні.** Спачатку выбіраецца месца для гульні і ўстанаўліваецца дадатковае фізкультурнае абсталяванне. Так, напрыклад, можна выкарыстаць гімнастычную лаўку, тры-чатыры



кубы на адлегласці 20 см адзін ад аднаго, гімнастычную лесвіцу і замацаваную на ёй нахіленую дошку або лесвіцу.

Дзеці дзеляцца на дзве або тры групы і «распрацоўваюць» маршрут — гэта значыць рашаюць, з дапамогай якіх рухаў яны будуць пераадоўваць устаноўлены перашкоды. Затым, пры дапамозе жараб'ёўкі або лічыльніка, рашаецца пытанне аб парадку праходжання маршрутных груп.

За праходжаннем маршруту вядзецца назіранне, бо неабходна змяніць намечаныя рухі, калі яны былі ўжо выкарыстаны.

Перамагае каманда, якая дзейнічала найбольш узгоднена. У якасці суддзі выступае выхавальнік або хто-небудзь з дзяцей.

У гульні можна выкарыстаць самыя розныя віды і спосабы рухаў. Напрыклад, па лаўцы можна ісці на наскоках, пятках, звычайным крокам; можна прапаўзці на карачках або на жываце і г. д.; кубы пераадоўваць пераступаннем або пераскокваннем; гімнастычную лесвіцу можна пералезці праз верх, у сярэдзіне між рэйкамі, а таксама збоку.

**Варыянт гульні:** кожная з дзвюх-трох падгруп распрацоўвае для сябе маршрут, які пачынаецца адначасова. Перамагае тая каманда, якая першая закончыць праходжанне маршруту.

### 5. «Што лішняе»

**Дыдактычная задача:** дыферэнцыроўка відаў і спосабаў рухаў.

**Правілы:** быць уважлівым, дакладна называць рухі, якія выконваюцца, не рабіць лішніх рухаў.

**Матэрыял:** гульня можа праводзіцца без дапаможнікаў, а таксама з выкарыстаннем дробных прадметаў, такіх, як абручы, мячы, скакалкі і г. д.

**Гульнявое дзеянне:** паўтараць рухі, выкананыя выхавальнікам або кім-небудзь з дзяцей.



**Метадычныя ўказанні.** Дзеці стаяць у крузе. Выхавальнік паказвае 2 — 4 спосабы аднаго віду руху і адзін — другога (лішні рух). Напрыклад, хадзьба на насках, пятках, прыстаўным крокам і бег. Дзеці выконваюць рухі ў той жа паслядоўнасці, што і выхавальнік. Той, хто дапусціў памылку, павінен яе растлумачыць. Калі тлумачэнне правільнае, то ігрок, які дапусціў памылку, не караецца штрафам; калі ж тлумачэнне нездавальняючае, то ён павінен выканаць штрафное заданне, якое прапанувае хто-небудзь з дзяцей.

## 6. «Падбяры сябра»

**Дыдактычная задача:** дыферэнцыроўка відаў і спосабаў рухаў.

**Гульнявое дзеянне:** пошук анародных рухаў.

**Правілы:** выконваць толькі анародныя рухі. Вядучы, які не здолеў справіцца з задачай, працягвае вадзіць да тае пары, пакуль не выканае правільна заданне.

**Матэрыял:** гульня можа праводзіцца з дробным фізкультурным інвентаром (абручамі, скакалкамі, мячамі, палкамі) і без яго.

**Метадычныя ўказанні.** Колькасць дзяцей, якія гуляюць,

павінна быць не менш дзесяці чалавек. Пяцёра з іх водзяць, а кожны з астатніх выконвае розныя спосабы аднаго віду руху: хадзьбы, скачкоў, бегу, лажання, кідання.

Кожны з вядучых «адказвае» толькі за адзін з відаў рухаў: ён назірае за выкананнем рухаў дзяцей і выбірае «сваіх». Калі ўсе дзеці згрупуюцца па віду выканання рухаў, вядучыя тлумачаць, чаму яны выбралі менавіта гэтых дзяцей. Потым гульня ўзнаўляецца з іншымі вядучымі. У гульні можа атрымацца так, што ўсе або большая колькасць дзяцей выконваюць спосабы аднаго руху і хто-небудзь з вядучых не зможа ўбачыць «свой» рух; але каштоўнасць гульні з-за гэтага ніяк не губляецца.

## Магчымыя ўмовы гульні:

1. Уносяцца аднолькавыя прадметы для ўсіх дзяцей (напрыклад, абручы), але рухі дзеці павінны выконваць розныя: адзін выконвае з абручом розныя віды хадзьбы, другі — скачкоў, трэці — бегу і г.д.

2. Вядучыя не толькі выбіраюць дзяцей, якія выконваюць анародныя рухі, але і ўказваюць, хто з іх сяброў правільна выконваў рухі, а хто дапускаў памылкі.

## 7. «Што робяць з прадметам»

**Дыдактычная задача:** замацаваць уменне выконваць розныя рухі з рознымі дапаможнікамі.

**Гульнявое дзеянне:** выкананне розных рухаў, пошук варыянтаў рухаў.

**Правілы:** не паўтараць рухі, выконваемыя іншымі, «шукаць» свае.

**Матэрыял:** выкарыстоўваюцца любыя фізкультурныя дапаможнікі.

**Метадычныя ўказанні.** У розных частках пляцоўкі або пакоя расставяюцца фізкультурныя дапаможнікі. Выхавальнік гаворыць дзецям: «Пайшлі, хлопчыкі і

дзяўчынкі, гуляць. Бачыце на пляцоўцы скакалкі? Тады давайце выконваць з імі рухі. Кожны з вас няхай пастараецца прыдумаць свой рух, і так, каб ён адрозніваўся ад рухаў іншых дзяцей».

Выхаванцы пачынаюць гуляць. Калі дзіця не можа прыдумаць «свайго» руху, то выхавальнік дапамагае яму. Калі большасць дзяцей пачне выконваць розныя рухі, выхавальнік заахвочвае іх, потым прапанувае ім трошкі адпачыць і ісці далей. Такім жа чынам выконваюцца рухі яшчэ з двума-трыма відамі дапаможнікаў.

**Заўвага.** У гэтай гульні можна выкарыстаць таксама і сюжэтны расказ, падабраўшы да яго адпаведныя дапаможнікі. Калі дзеці добра засвоўваюць гульню, ролю вядучага можа выканаць хто-небудзь з іх.

## 8. «Не памыліся!»

**Дыдактычная задача:** дыферэнцыроўка відаў і спосабаў рухаў і замацаванне іх назваў.

**Гульнявое дзеянне:** паўтарэнне рухаў, якія паказвае выхавальнік або вядучы.

**Правілы:** дакладна і правільна выконваць рухі.

**Метадычныя ўказанні.** Дзеці становяцца ў круг. Выхавальнік (або хто-небудзь з дзяцей) знаходзіцца ў цэнтры круга. Выхавальнік тлумачыць, што ўсе дзеці павінны дакладна паўтараць усе тыя рухі, якія будзе выконваць ён, акрамя «забароненых». Затым тлумачыць, які рух лічыцца забароненым (напрыклад, бег з высокім падыманнем каленяў). Дзеці, якія выканалі разам з выхавальнікам забаронены рух, выбываюць з гульні або караюцца штрафным рухам.

(Працяг будзе)