

Консультация для родителей и воспитателей.

Подвижные игры в жизни детей младшего дошкольного возраста

1. Значение подвижных игр для дошкольников.

По мнению В.В. Гориневского, Е.А. Аркина подвижная игра – незаменимое средство физического воспитания ребенка, пополнения его знания и представления об окружающем мире, развития мышления, ловкости, глазомера, быстроты реакции, подвижности, пластичности, формирования личностных морально-волевых качеств. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, закрепление их, совершенствование, но и формирование новых физических и познавательных умений.

В играх у детей **развивается** интеллект, фантазия, воображение, память, речь. Сознательное выполнение правил игры формирует волю, развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре **формируется** такие личностные качества, как, активность, честность, дисциплинированность, справедливость. В процессе игры происходит всестороннее гармоничное развитие ребенка.

Являясь важным средством физического воспитания, подвижная игра одновременно оказывает **оздоровительное воздействие** на организм ребенка. Оздоровительный эффект подвижных игр усиливается при проведении их на свежем воздухе; в игре дети **упражняются** в самых разнообразных **движениях: беге, прыжках, лазании, метании, бросании, ловле.** Большое количество движений активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы, оказывает благотворное влияние на психическую деятельность.

2. Характеристика и этапы развития подвижной игры.

Подвижная игра – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами.

По определению П.Ф. Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Развивающий эффект подвижных игр заключается в том, что увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждают ребенка к определенным умственным и физическим усилиям. Таким образом, подвижные игры представляют собой важное средство решения задач физического воспитания дошкольников.

Подвижные игры классифицируются по разным параметрам:

- по возрасту (игры для детей младшего дошкольного возраста, среднего дошкольного возраста, старшего дошкольного возраста);
- по степени подвижности ребенка в игре (игры с малой, средней, большой подвижностью);
- по видам движений (игры с бегом, с метанием, с прыжками, с лазанием и т.д.);
- по содержанию (подвижные игры с правилами).

К подвижным играм с правилами относятся сюжетные и несюжетные игры.

Сюжетные подвижные игры отражают в условной форме жизненный или сказочный эпизод. Ребенка увлекают игровые образы, он творчески воплощается в них, изображая кошку, воробышка, автомобиль, волка и т.д.

Несюжетные подвижные игры содержат интересные детям двигательные игровые задания, ведущие к достижению цели. Эти игры включают игры типа: перебежек, ловишек; игры с элементами соревнования («Кто скорее добежит к своему флажку?» и т.п.); игры с предметами (мячи, обручи, кегли и т.п.); игры-забавы («Ладушки», «Коза рогатая» и др.).

Игры с элементами соревнования требуют правильного педагогического руководства ими, которое предполагает соблюдение ряда условий: каждый ребенок, участвующий в игре, должен хорошо владеть двигательными навыками (лазанием, бегом, прыжками, метанием и т.д.), в которых он соревнуется. Игры с элементами соревнования используются преимущественно, в работе с детьми старшего дошкольного возраста.

Важными характеристиками подвижной игры являются:

- цель игры;
- содержание игры;
- правила игры;
- игровые роли.

П.Ф. Лесгафт указывал на наличие в подвижной игре определенной цели. Форма игры должна отвечать цели. Действия в игре должны соответствовать умениям ребенка управлять собой, выстраивать свое поведение согласно поставленной цели.

Содержание игры включает в себя движения, используемые в игре, которые предварительно усваиваются ребенком в систематических упражнениях.

Важной характеристикой игры являются игровые правила. П.Ф. Лесгафт рекомендовал постепенно усложнять содержание и правила игры. Для этого создаются новые упражнения, условия, действия, т.е. вводятся варианты игр. Использование разнообразных игровых вариантов позволяет повторять знакомые ребенку действия, с более, повышенными требованиями, способствует сохранению у него интереса к игре. В ходе игры педагог обращает внимание на выполнение ребенком правил. Он тщательно анализирует причины их нарушения.

Ребенок может нарушить правила игры в следующих случаях: если не понял достаточно точно объяснение педагога; очень хотел выиграть; был недостаточно внимателен и т.д.

Руководство воспитателя подвижной игрой состоит в распределении ролей в играх. Водящего педагог может назначить, выбрать с помощью считалки, может предложить детям самим выбрать водящего и попросить затем объяснить, почему они поручают роль именно этому ребенку; он может взять ведущую роль на себя или же выбрать того, кто желает быть водящим. *В младших группах* роль водящего выполняет вначале сам воспитатель. Он делает это эмоционально, образно. Постепенно ведущие роли поручаются детям.

Этапы развития подвижной игры:

1. Разучивание игры.
2. Повторение подвижной игры.
3. Усложнение подвижной игры.

Любая игра начинается с ее **разучивания**. Воспитатель объясняет детям игровую цель, правила игры, содержание игры (ход игры), распределяет игровые роли. Разучивание игры с детьми *младшего возраста дошкольного возраста* отличается от разучивания игры с детьми старшего дошкольного возраста тем, что проводится на основе сюжетного рассказа с использованием большего количества атрибутов для игры. Оно основано на эмоциональных образах героев игры, которые позволяет вызвать у ребенка непосредственный интерес. В процессе разучивания используется эффект подражания ребенка движениям взрослых.

Следующим этапом развития игры является ее **повторение**, закрепление. На этом этапе происходит упражнение в основных движениях, тренировка движений. Более, высшим уровнем развития игры считается **усложнение правил, условий** игры, игровых целей, а так же основных движений,

используемых в игре. Игры с усложнением правил, целей и движений используются в основном с детьми старшего дошкольного возраста.

4. Методика проведения подвижной игры с детьми дошкольного возраста.

Для проведения игр с детьми младшего дошкольного возраста необходимо создание правильной предметно-пространственной среды. В играх детей старше полутора лет можно заметить признаки подражания взрослым. Учитывая это, воспитатель вовлекает детей в игры с помощью игрушки, старается разбудить в них интерес эмоциональным образным объяснением. В младших группах наиболее часто используются сюжетные игры и простейшие несюжетные игры типа «Ловишек», а также игры-забавы.

У детей второго года жизни велика потребность в движениях. Для удовлетворения их потребности в движении необходимы: горку, скамейки, ящики и другие предметы. Должно быть предоставлено достаточно места, чтобы бегать, подниматься на ступеньки, сползать по скату горки и т.д., играть в прятки, догонялки. Благодаря развитой способности к имитации большинство подвижных игр детей младшего дошкольного возраста носят сюжетный характер.

При проведении сюжетных игр рекомендуется пользоваться методикой, которая обращена к воображению ребенка. С этой целью используют образные возможности сюжетного рассказа. Для младшей группы рекомендуются игры с текстом.

Важно научить ребенка действовать точно по сигналу, подчиняться простым правилам игры. Успех проведения игры в младшей группе зависит от воспитателя. Он должен заинтересовать детей, дать образцы движений. Ведущие роли в игре педагог выполняет сам или поручает наиболее активному ребенку, иногда готовит к этому кого-то из старших групп. Важно помнить, что водящий только делает вид, что ловит детей: этот

педагогический прием используется для того, чтобы не испугать детей и чтобы у них не пропал интерес к игре.

На пятом году жизни характер игровой деятельности детей меняется. Их начинает интересовать результат подвижной игры, они стремятся выразить свои чувства, желания, осуществить задуманное, творчески отобразить в воображении и поведении накопленный двигательный и социальный опыт. Однако подражательность и имитация продолжают играть важную роль и в старшем дошкольном возрасте.

Как и в младшей группе, воспитатель, проводя сюжетную игру, использует образный рассказ. Сказочные игровые образы побуждают ребенка комбинировать реальные черты воспринимаемого сюжета в новые сочетания. Воображение ребенка 5-го года жизни носит воссоздающий характер, поэтому воспитатель должен все время направлять его развитие.

5. Проведение подвижных игр с детьми младшего дошкольного возраста.

В работе с детьми используются игры рекомендованные программой, затем добавляю игры из других источников, либо из своего опыта. Часто преобразую игру, видоизменяю правила игры, усложняю их: увеличиваю расстояние для бега, метания, высоту прыжков. Выбираю игры, развивающие комплексно у детей, как психофизические качества и основные движения, так и познавательные процессы.

При подборе игр для детей младшего дошкольного возраста руководствуйтесь тем, что подвижные игры должны способствовать **следующим задачам:**

1. Развитию психофизических качеств детей: скоростных, силовых, гибкости, выносливости, моторных координаций.
2. Накоплению и обогащению двигательного опыта детей, овладению основными движениями.
3. Формированию у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Преимущественно провожу сюжетные подвижные игры. Хотя несюжетные подвижные игры («Подбрось – поймай», «Мяч через сетку», «Кто ушел?») так же использую в работе. Проводя сюжетную игру, использую образный рассказ, развивающий воображение детей. Рассказываю детям о зайцах и волке (игра «Зайцы и волк»), о медведе («У медведя во бору»), о лисе и курицах (игра «Лиса в курятнике»), стараюсь вызвать интерес детей к игровым образам, игровым ролям.

Объясняйте, как ходит, переваливаясь, медведь, как крадется лиса или волк, как прыгают зайцы. Дети, как правило, с удовольствием за мной повторяйте показанные движения, входя в роль зайцев, или волка, медведя, лисы, или кур. Сказочные игровые образы побуждают ребенка более старательно выполнять то, или иное движение.

Часто, в играх мы используем атрибуты для лучшего вхождения ребенка в роль – маски животных для водящего (лисы, волка, кота, зайца и др.), дополнительные предметы для исполнения ролей (корзинки, муляжи ягод, грибов для игры «У медведя во бору», шляпу и кнут для пастуха в игре «Пастух и стадо»). Использование атрибутов всегда радует детей больше, чем игра без атрибутов, вызывает у детей больший азарт к игре, большее желание играть.

Проводя игру, старайтесь, чтобы каждый ребенок побыл в роли ведущего или водящего, для того, чтобы у детей не возникло чувства разочарования. В связи с этим, каждая игра проводится многократно и детям это не надоедает, так как у них велика потребность в движениях и играх.

У многих детей в группе развито стремление к лидерству, доминированию. Каждый ребенок в моей группе стремится побывать в роли ведущего (водящего), поэтому роли распределять довольно трудно. При распределении ролей **старайтесь:**

1. Помочь неавторитетным детям укрепить свой авторитет; недисциплинированным – стать организованными; неактивным – проявить активность; необщительным – сдружиться со всеми.
2. Объяснить значимость не только командных, но и второстепенных ролей.
3. Учитывать индивидуальные особенности и интересы детей.

Для детей активных, подвижных, склонных к перевозбуждению подходят игры со сложными действиями, например «Цветные автомобили», или простые игры, в которых от точности и аккуратности зависит результативность игры – «Городки», «Сбей булаву», «Водонос». При проведении игр необходимо показать дошкольникам важность соблюдения правил и постараться, чтобы они получили удовольствие от их выполнения.

Для детей осторожных и робких будут интересны игры с простыми действиями, в которых результат зависит от сосредоточенности и ловкости («Кошки-мышки», «Перелет птиц»), от концентрации внимания («Птичка и кошка», «Найди себе пару»). Часто дети этого типа бывают психологически не готовы к выполнению ведущих ролей, стесняются, не решаются начать игру. Тем не менее, при постепенном включении в игру во второстепенных ролях, при проявлении двигательной активности в игре, а так же, получив одобрение воспитателя, в дальнейшем хорошо справляются с главными ролями.

Для детей вялых пассивных и астеничных я выбираю игры, не требующие сложных действий, особой ловкости и быстроты движений («Котята и щенята», «Зайка серый умывается»).

Для развития бега использую игры: «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки». В ходе проведения данных игр я добиваюсь закрепления и развития умения бегать легко, согласовывая движения рук и ног. Развиваю у детей умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

В группе много детей гиперактивных, неусидчивых со сниженным самоконтролем и вниманием, для которых трудно согласовывать движения рук и ног, соблюдать дистанцию в игре но, с повышенной потребностью в движениях. Поэтому я стараюсь, прежде всего, приучить их к выполнению действий по сигналу, а так же обучаю детей соблюдать дистанции во время передвижения, не наталкиваться друг на друга вовремя ходьбы или бега.

Для развития прыжков мы играем в следующие игры: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается». В данных играх закрепляется умение прыгать на двух ногах на месте, на одной ноге на месте.

Для развития ползания и лазанья используйте подвижные игры: «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята». В этих играх у детей закрепляется умение ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы, умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вверх, вниз, вправо, влево).

В играх на бросание и ловлю: «Подбрось – поймай», «Сбей кеглю», «Мяч через сетку» закрепляется умение принимать правильное исходное положение при метании, в бросании и ловле мяча кистями рук, не прижимая их к груди.

В играх: «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки» развиваются двигательная активность детей, потребность детей в движениях, ориентировка в пространстве, внимание, выдержка.

В работе с детьми используйте следующие народные игры: «У медведя во бору», «Салки».

Разучивание игры с детьми отличается от проведения знакомой тем, что оно начинается с образного рассказа. Например: «Жила-была мама-коза с крутыми рогами, ласковыми и добрыми глазами, гладкой серой шерсткой. У козы были маленькие козлята. Мама любила своих козлят, играла с ними. Козлята весело бегали, прыгали по двору. Когда мама уходила пощипать травку, она наказывала детям сидеть в домике и никому дверь не открывать, особенно злому

волку: «Когда я вернусь, то постучу в дверь и спою песенку: «Козлятушки, ребятушки, отворитесь, отопритесь, ваша мама пришла, молока принесла». Огромный серый волк очень хотел поймать маленьких козлят. Он подслушал песенку мамы-козы и решил обмануть козлят. Только мама-коза за порог, а серый волк тут как тут. Стучит он в дверь и приговаривает грубым голосом: «Козлятушки, ребятушки, отворитесь, отопритесь, ваша мама пришла, молока принесла». Спел он песенку и ждет. А козлята услышали грубый голос и догадались, что это волк. «Слышим, слышим, — закричали они, — не мамин голосок, уходи, злой волк, не откроем тебе дверь!» Так и ушел волк обратно в лес. А тут и мама пришла и запела ласковым, нежным голосом: «Козлятушки, ребятушки, отворитесь, отопритесь, ваша мама пришла, молока принесла». Открыли козлята дверь маме. Рассказали, что приходил серый волк, но они его в дом не пустили. Мама похвалила послушных детей, потом напоила их молоком. И стали они на дворе бегать, прыгать и играть».

В ходе объяснения игры перед детьми ставьте игровую цель, способствующую активизации мысли, осознанию игровых правил, формированию и совершенствованию двигательных навыков. При объяснении игры использую краткий образный сюжетный рассказ. Он изменяется в целях лучшего перевоплощения ребенка в игровой образ, развития выразительности, красоты, грациозности движений; фантазии и воображения.

Объясняя несюжетную игру, раскрывайте последовательность игровых действий, игровые правила и сигнал, указываю местоположения играющих и игровые атрибуты, использую пространственную терминологию с ориентиром на предмет. С помощью вопросов проверяю, как дети поняли игру.

Выводы:

1. Подвижная игра имеет огромное значение для всестороннего развития ребенка: физического, умственного, эмоционального, социального.
2. Подвижная игра – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами.
3. В подборе игр необходимо опираться на требования и рекомендации основной образовательной программы, по которой работает ДООУ.
4. В разучивании игры с детьми младшего дошкольного возраста целесообразно опираться на сюжетные игровые образы, на образное мышление и воображение детей.
5. При проведении подвижных игр нужно учитывать:
 - возрастные и психолого-педагогические особенности детей;
 - направленность на развитие основных движений и психофизиологических качеств дошкольников;
 - сферу интересов и потребностей ребенка;
 - постепенное поэтапное усложнение игровых целей, задач, правил и условий игры.

Подготовила:

инструктор по физической культуре,

высшей квалификационной категории:

САМАРИНА С.

Картотека подвижных игр для детей младшего дошкольного возраста. Подвижные игры для детей II младшей группы.

«Беги к флажку!».

Воспитатель раздает детям флажки двух цветов: красного и синего. Держа в одной руке красный, в другой - синий флажок, он разводит руки в стороны; дети свободно группируются напротив флажка соответствующего цвета. Затем воспитатель предлагает малышам погулять - побегать по площадке. Пока они гуляют, педагог переходит на другую сторону, говорит: "Раз, два, три - скорей сюда беги!" - при этом он разводит руки с флажками в стороны. Дети бегут к нему и собираются возле флажка соответствующего цвета. Когда соберутся все, воспитатель предлагает поднять флажки вверх, помахать ими. Игра повторяется 3-4 раза.

Указания. Нельзя разбежаться по площадке раньше сигнала воспитателя. Он переключается флажки из одной руки в другую, чтобы дети собирались то справа, то слева то него. Можно ввести в игру добавочные сигналы и задания. Например, по сигналу "стой" все игроки должны остановиться и закрыть глаза или поплясать, а воспитатель в это время незаметно уходит в другое место. По сигналу дети снова бегут к педагогу. Вместо флажков малышам можно дать платочки или кубики соответствующего цвета или повязать на руки цветные ленточки.

«Бегите ко мне».

Дети сидят на стульях, поставленных вдоль одной из сторон площадки. Воспитатель стоит у противоположной стороны. Он говорит: "Бегите ко мне, все, все бегите ко мне!" Дети бегут к воспитателю, который, разведя руки широко в стороны, делает вид, что хочет всех обнять. После того как дети соберутся около воспитателя, он уходит на другую сторону площадки и снова говорит: "Бегите ко мне!" Игра повторяется 4-5 раз. На слова воспитателя "Бегите домой!" малыши бегут к стульям, садятся и отдыхают. По правилам игры бежать к воспитателю можно только после слов "Бегите ко мне!", нельзя толкаться и мешать друг другу.

Указания . Желающих играть, можно разделить на 2 небольшие группы; пока одна группа играет, другая смотрит, затем они меняются ролями. Вначале ребенок может занимать любой стул, постепенно дети приучаются находить свои места. При повторении игры стулья можно расставить в разных местах комнаты.

«Воробышки и кот».

Дети стоят на скамеечках или на больших кубиках, разложенных на полу по одному сторону площадки. Это воробышки на крыше. В стороне сидит кот (воспитатель или кто-нибудь из детей). Кот спит. "Воробышки полетели", - говорит воспитатель. Воробышки спрыгивают с крыши, расправив крылья, разлетаются во все стороны. Но вот просыпается кот. Он произносит "мяу-мяу" и бежит ловить воробышков, которые прячутся на крыше. Пойманных кот отводит к себе в дом. Игра повторяется 5-6 раз.

Указания. Следить, чтобы дети мягко приземлились, спрыгивая на носки и сгибали колени.

«Зайка».

(игра с пением, слова и музыка народные)

Дети вместе с воспитателем становятся в круг. Воспитатель поет песенку и показывает детям движения.

*Зайка, топни ножкой,
Серенький, топни ножкой,
Вот так, этак топни ножкой!
Вот так, этак топни ножкой!*

Дети топают ножкой, руки на поясе.

*Зайка, бей в ладоши,
Серенький, бей в ладоши,
Вот так, этак бей в ладоши! (2 раза)*

Дети хлопают в ладоши.

*Зайка, повернись,
Серенький, повернись,
Вот так, этак повернись! (2 раза)*

Дети поворачиваются 1-2 раза. Руки на поясе.

*Зайка, попляши
Серенький, попляши,
Вот так, этак попляши! (2 раза)*

Дети подпрыгивают на двух ногах кто как может.

*Зайка, поклонись,
Серенький, поклонись,
Вот так, этак поклонись! (2 раза)*

Дети наклоняются, разводя руки в стороны.

Указания. Количество куплетов песенки можно сокращать, особенно на первых порах. Вначале можно взять только первый, второй, четвертый куплеты. При повторении можно исполнять все куплеты. Кроме того, когда малыши будут хорошо знать содержание песенки, можно выбрать ребенка-зайку, который становится в середину круга и выполняет все движения по тексту песни. На роль зайки выбирают более смелого и активного малыша,

который не будет смущаться, выполняя движения. При следующем водящем можно добавить еще один куплет:

*Зайка, выбирай,
Серенький, выбирай,
Вот так, этак выбирай! (2 раза)*

Ребенок выбирает другого зайку, и игра повторяется. Песню воспитатель должен петь так, чтобы пение соответствовало темпу движений маленьких детей.

«Зайцы и волк».

Играющие изображают зайцев, кто-то из детей - волк. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе домики. Волк прячется на противоположной стороне - в овраге.

Воспитатель произносит:
*Зайки скачут скок, скок, скок
На зеленый на лужок,
Травку щиплют, слушают,
Не идет ли волк.*

В соответствии с текстом зайцы выпрыгивают из домиков, разбегаются по площадке, то прыгают на двух ногах, то присаживаются и щиплют травку. Как только воспитатель произнесет слово "волк", волк выскакивает из оврага и бежит за зайцами, стараясь поймать их (коснуться). Зайцы убегают в свои домики, где волк их уже не может ловить. Пойманных зверюшек волк уводит к себе в овраг. Игра возобновляется. В зависимости от предварительной договоренности, после того как волк поймает 2-3 зайца, на роль волка выбирается другой ребенок. Игра повторяется 3-4- раза.

Указания. Каждый заяц занимает только свой домик. У зайцев может быть и общий дом. Вначале волка может изображать воспитатель.

«Лохматый пес».

Один из детей изображает пса. Он ложится на пол, положив голову на вытянутые вперед руки. Остальные малыши гурьбой тихонько подходят к нему под чтение стихов:

*Вот лежит лохматый пес,
В лапы свой уткнувши нос.
Тихо, смирно он лежит,
Не то дремлет, не то спит.
Подойдем к нему, разбудим.
И посмотрим, что-то будет.*

Дети начинают будить пса, наклоняются к нему, произносят его кличку, хлопают в ладоши, машут. Пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются. Пес гонится за ним, старается схватить кого-нибудь. Когда все разбежались и

спрячутся, пес опять ложится на землю, и игра возобновляется. Игра повторяется 3-4 раза.

Указания. Если пса изображает воспитатель, то он засыпает сидя на стуле или скамейке.

«Мыши в кладовой».

Дети изображают мышей. Они стоят или сидят на стульях (скамейках) на одной стороне площадки (мышки в норках). На противоположной стороне на высоте 50-40 см натянута веревка, за ней кладовая. Сбоку от играющих сидит воспитатель, исполняющий роль кошки. Кошка засыпает, а мыши бегут в кладовую. Проникая в кладовую, они нагибаются, подлезая под веревку. В кладовой мыши присаживаются на корточки и грызут сухари. Кошка внезапно просыпается и бежит за мышами. Мыши выбегают из кладовой и прячутся в норки. (Кошка не ловит мышей, она только делает вид, что хочет поймать их.) Затем кошка возвращается на место и засыпает. Игра продолжается. Повторяется игра 5-6 раз.

Указания. Подлезая под веревку, ребенок должен наклоняться пониже, чтобы не задевать ее.

«Найди свое место».

Каждый играющий выбирает себе домик. Это могут быть стул, гимнастическая скамейка, круг, начерченный на земле или полу, обруч и др. По сигналу воспитателя дети выбегают на площадку, легко и тихо бегают в разных направлениях. На сигнал "найти свое место (домик)" они возвращаются на свои места.

Указания. Дети должны бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, подальше от своего места, не подбегать к нему до сигнала.

«Найди свой цвет».

Воспитатель раздает детям флажки 3-4 цветов: красные, синие, желтые, зеленые. Дети собираются в разных углах комнаты, обозначенных воспитателем заранее флажком определенного цвета. По сигналу "идите гулять" малыши расходятся по комнате в разные стороны. Когда воспитатель скажет: "Найди свой цвет!" - дети собираются возле флажка соответствующего цвета. Педагог отмечает, какая группа раньше собралась. Затем игра повторяется (5-6 раз).

Указания. После нескольких повторений, когда малыши хорошо усвоят игру, педагог может предложить им во время прогулки остановиться, закрыть глаза, а сам тем временем переставит флажки в углах комнаты.

«По ровненькой дорожке».

Дети свободно группируются или строятся в колонну и идут гулять.

Воспитатель ритмично, в определенном темпе произносит следующий текст:

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки.

Раз-два, раз-два,

По камешкам, по камешкам,

По камешкам, по камешкам...

В яму - бух!

При словах "По ровненькой дорожке" дети идут шагом. Когда воспитатель говорит: "По камешкам, по камешкам" - они прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед. На слова "В яму - бух!" присаживаются на корточки.

"Вылезли из ямы", - говорит воспитатель, и дети поднимаются. Воспитатель снова повторяет стихотворение. После нескольких повторений он произносит другой текст:

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке.

Устали наши ножки,

Устали наши ножки.

Вот наш дом -

Здесь мы живем.

По окончании текста малыши бегут в дом (заранее договариваются, где будет дом - на скамейке, за проведенной чертой и т.д.).

Указания. Движения можно разнообразить, но они должны соответствовать тексту стихотворения (например, перепрыгивать по камешкам с одной ноги на другую или на одной ноге и т.п.). Воспитатель произвольно удлиняет или укорачивает двигательное задание, повторяя каждую строчку стихотворения большее или меньшее число раз.

«Поезд»

Дети строятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый - паровоз, остальные - вагоны. Воспитатель дает гудок, и поезд начинает двигаться вперед, вначале медленно, потом быстрее, быстрее и наконец дети переходят на бег. "Поезд подъезжает к станции", - говорит воспитатель. Дети замедляют постепенно шаг, и поезд останавливается. Малыши выходят погулять: разбегаются по полянке, собирают ягоды, грибы, шишки. Услышав гудок, они снова собираются в колонну, и движение поезда возобновляется. Игра повторяется 4-5 раз.

Указания. Вначале дети строятся в колонну в любом порядке, а к концу года привыкают запоминать свое место- находить свой вагон. Можно изменить сюжет игры, например поезд останавливается у речки, тогда дети изображают катание на лодках, ловлю рыбы и т.п.

«Птичка и птенчики».

Дети делятся на группы по 5-6 человек. Каждая группа имеет свой домик - гнездышко (начерченный мелом круг, положенный на пол большой обруч или связанная за концы веревка и т.п.). Малыши, сидя на корточках, изображаются птенчиков в гнездышках, воспитатель - птичку. На слова "Полетели - полетели!" птенчики выпархивают из гнездышек и стараются улететь за кормом подальше. На слова воспитателя "Полетели домой!" птенчики возвращаются в свои гнездышки. Игра повторяется 3-4 раза.

Указания. Педагог следит, чтобы дети-птенчики действовали по сигналу, напоминает, что нельзя залетать в чужое гнездышко, улетать надо подальше от дома - там больше корма.

«Трамвай»

Дети стоят в колонне парами (держась за руки). Свободными руками они держатся за шнур (концы его связаны), т.е. одни держатся за шнур правой рукой, другие - левой. Это трамвай. Воспитатель стоит в одном из углов комнаты с тремя цветными флажками: желтым, красным, зеленым. Он объясняет, что на зеленый сигнал надо двигаться, на красный и желтый останавливаться. Педагог поднимает зеленый флажок - трамвай едет, дети бегут вокруг комнаты (площадки). Добежав до воспитателя (светофора), дети смотрят, не сменился ли цвет. Если цвет по-прежнему зеленый, то движение трамвая продолжается, если поднят красный или желтый флажок, малыши останавливаются и ждут, когда появится зеленый, чтобы снова можно было двигаться.

Указания. Во время игры детей знакомят с правилами уличного движения. При небольшом количестве участников можно ставить их не парами, а в одну колонну. Сюжет игры можно развернуть: на пути устраивать остановку. Пассажиры сидят и ждут прихода трамвая; подъезжая к остановке, трамвай замедляет ход и останавливается. Одни пассажиры выходят, другие входят. Для того чтобы войти в трамвай и выйти из него, дети приподнимают шнур. На конце шнура привязан колокольчик. Ребенок, стоящий последним (кондуктор), дает звонок, трамвай трогается.

«Что спрятано?»

Дети стоят по кругу или в шеренге. Воспитатель кладет на пол перед детьми 3-5 предметов (кубик, флажок, погремушки, мячик и др.) и предлагает их запомнить. Затем играющие по сигналу воспитателя поворачиваются спиной к центру круга или лицом к стене. Педагог прячет 1 или 2 предмета и говорит: "Посмотрите!" Дети поворачиваются лицом к центру круга и

внимательно присматриваются к предметам, вспоминают, каких нет. Воспитатель подходит по очереди к некоторым детям, и те шепотом говорят, какие предметы спрятаны. Когда большинство играющих правильно назовут спрятанные предметы, воспитатель говорит о них вслух. Игра повторяется 4–5 раз.

Указания. Если в игре используются игрушки, то лучше подбирать однотипные, изображающие либо животных, либо птиц, либо деревья. В игре можно закреплять умение различать основные цвета (красный, синий, зеленый, желтый). Для этого подбирают кубики, флажки, колечки разного цвета. Игру можно провести и так: когда воспитатель убирает предметы, отворачивается только один ребенок, потом он определяет, какой предмет спрятан. Остальные играющие не должны ему подсказывать.

Птички и кошка.

Из числа играющих выбирается водящий — «кошка», которая идет в «свой домик». Это круг диаметром до 1 м, нарисованный в центре игровой площадки. Остальные играющие дети — «птички». Они сидят на «деревьях» — любых возвышенностях на игровой площадке (кочки, пеньки, кубики, скамейки и т. д.).

По сигналу воспитателя «птички» «слетают» с деревьев, «летают» по игровой площадке, машут руками-«крыльями», присаживаются на корточки и «клюют корм».

Через некоторое время воспитатель подает команду: «Кошка!» или другой сигнал (хлопок в ладоши, свисток и т. п.). По сигналу все птички спешат «улететь» на «деревья». «Кошка» старается догнать и «осалить» (коснуться рукой). Пойманная «птичка» выбывает из игры.

«Птички», которые стоят на возвышенности, не могут быть пойманы «кошкой».

После того, как «кошка» поймала 3—4 «птички», все «птички» возвращаются снова в игру. Воспитатель назначает новую «кошку», и игра начинается сначала.

Воробушки и кот

На игровой площадке проводятся две параллельные линии на расстоянии 5—10 м (в зависимости от возраста играющих детей). За первой линией находится «дом воробушков».

Воспитатель стоит за другой линией, выбрав из числа играющих детей одного, выполняющего роль «кота». Кот сидит рядом с воспитателем и «спит».

Воспитатель говорит: «Кот спит. Воробушки, полетели!..» После этих слов воспитателя «воробушки» покидают свой «домик», бегают по игровой площадке между двумя линиями, машут руками-«крылышками», изображая полет птички, останавливаются и снова бегают...

Воспитатель говорит: «Кот идет!..» Эти слова служат для «кота» сигналом ловить «воробушков», а для «воробушков» они означают, что необходимо немедленно спастись и скрыться за чертой в своем «домике».

Пойманного «воробушка» кот отводит в свой «домик», а игра начинается сначала, но уже без участия пойманного.

Вариант игры: вместо проведенной линии «домиками» для «воробушков» могут служить начерченные на игровой площадке круги, а также скамеечки, кубы или большие обручи.

Смену «кота» воспитатель проводит после 3—5 пойманных им «воробушков».

Курочки и горошинки.

Цель игры: развитие основных видов движения, ловкости координации движений, умения играть в коллективе.

Из числа играющих детей выбирают две «курочки» и 4—6 «горошин». Остальные дети, взявшись за руки и растягивая круг, образуют «клетку». Внутри клетки находятся «горошины», а снаружи — «курочки».

По сигналу воспитателя «клетка» начинает движение вправо или влево по кругу, а «курочки» ходят вокруг движущейся «клетки», машут руками-крыльями, кудахчут.

По сигналу воспитателя: «Стой!» (свисток, хлопок в ладоши и т. п.) «клетка» прекращает движение и останавливается. Дверцы «клетки» открываются, дети поднимают руки вверх, давая «курочкам» дорогу». «Курочки» вбегают в «клетку» и стараются поймать «горошины». Пойманную «горошину» «курочка» отводит в свой «домик». Побеждает самая ловкая «курочка», поймавшая больше «горошин», но отмечается и самая ловкая «горошина», которую поймали последней.

Коршун и наседка.

Цель игры: обучение в игровой форме основным видам движения, развитие ловкости.

В игре принимают участие 8—12 детей, из которых выбирают двоих: «коршуна» и «наседку». Остальные дети — «цыплята».

Сбоку игровой площадки чертится круг диаметром 1,5—2 м. Это «гнездо» «коршуна». Он отходит к своему гнезду, а «наседка» выводит гулять «цыплят» на игровую площадку. Они идут цепочкой: держатся друг за друга (за руки или за пояс).

По сигналу воспитателя из гнезда вылетает «коршун» и пытается схватить последнего в цепочке «цыпленка». «Наседка», расставив руки, не подпускает «коршуна» к «цыплятам».

Сороконожки.

Цель игры: обучение в игровой форме передвижению на корточках (в приседе), развитие координации движений.

На игровой площадке проводят две параллельные линии на расстоянии 5—8 м (в зависимости от возраста играющих). Это линии «старта» и «финиша». В зависимости от числа играющих детей делят на 2—3 команды с равным числом игроков.

По команде воспитателя дети выстраиваются в колонны на линии старта. Затем все присаживаются на корточки и берут за пояс впереди находящегося игрока. Так получаются команды «сороконожек».

По сигналу воспитателя команды начинают движение к финишу, стараясь не только прийти первыми, но и не упасть. Побеждает команда, первая пересекшая линию «финиша» в полном составе.

Кто быстрее перенесёт предметы.

Цель игры: развитие навыков бега, укрепление опорно-двигательного аппарата, обучение командной игре в эстафете.

На игровой площадке проводят две параллельные линии на расстоянии 5—10 м (в зависимости от возраста играющих детей). С каждой стороны на расстоянии 1,5—2 м друг от друга ставят по два стула. На стулья у второй

черты (на каждый) кладут по 5—6 предметов: мячик, кубик, флажок, игрушку и т. п., которые удобно взять в руки.

Дети по двое становятся у противоположной линии рядом с пустыми стульями. Воспитатель подает сигнал: «Раз, Два, три — бери!..» После этого дети устремляются к стоящим напротив стульям, берут какой-нибудь предмет и переносят его на пустой стул. Потом бегут за другим предметом. Каждый раз можно брать только по одному предмету. Побеждает тот ребенок, кто быстрее перенесёт все предметы с одного стула на другой. Затем в игру вступает другая пара детей.

Вариант игры: создаются две команды из 5—6 человек (по числу предметов, находящихся на стуле). Игра начинается по сигналу воспитателя и проводится в виде эстафеты: каждый играющий приносит только один предмет. Побеждает та команда, которая первой перенесет все предметы.

Перебежки.

На игровой площадке чертятся кружки диаметром 50 см. Это «домики» для играющих. Их число должно быть на одно меньше, чем количество играющих. Из числа играющих выбирается водящий, который остается без «домика». Все дети занимают свои кружки-«домики», а водящий становится в центре между кружками и громко говорит: «Раз, два, три — беги!..»

После слова водящего «беги» дети начинают меняться своими кружками-«домиками», а водящий в это время старается занять любой из освободившихся «домиков». Ребенок, не успевший занять свободный кружок-«домик», становится водящим и идет в центр игровой площадки. Игра начинается сначала.

Ручеек.

Цель игры: обучение в игровой манере ходьбе, внимательности, игре в коллективе.

Играющие дети стоят попарно, взявшись за руки. Поднятые вверх руки образуют коридор между парами. В зависимости от размеров игровой площадки играющие пары идут ровным уверенным шагом прямо или по кругу. По сигналу воспитателя (хлопок в ладоши, свисток) первая пара, пригнувшись, входит в «коридор» из рук и устремляется против хода колонны. Достигнув конца, первая пара становится последней, взявшись за руки и подняв их.

По следующему сигналу за ними следуют вторая, третья и другие пары. Игра продолжается до тех пор, пока все пары не пройдут «коридор» один или несколько раз.

Великаны и карлики.

Цель игры: в игровой форме развивать внимательность детей.

На игровой площадке проводится линия или чертится круг. Дети встают в одну шеренгу по линии или в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга.

Перед шеренгой или в центре круга стоит воспитатель и начинает игру под рифмовку:

*Чудеса у нас на свете:
Стали карликами дети.
А потом все дружно встали —
Великанами мы стали.*

Произнося слова «великаны» и «карлики», ведущий сопровождает их движениями рук: при слове «великан» — поднимает руки вверх, а при слове «карлик» — опускает их ладонями вниз. Дети при слове «великан» должны встать и поднять руки вверх, а при слове «карлик» присесть, положив ладони на колени.

Учитывая, что игра рассчитана на внимательность детей, слова и жесты воспитателя могут не совпадать: при слове «великан» — руки могут быть опущены, а при слове «карлик» — подняты. Поэтому дети должны внимательно слушать слова и не попадаться на ложный жест.

Проведя игру несколько раз, воспитатель отмечает самых внимательных детей, не допустивших ни одной ошибки.

Вариант игры: ребенок, допустивший ошибку, выбывает из игры, а игра заканчивается, когда половина играющих допустила ошибки.

Найди свой домик.

На игровой площадке каждый ребенок, в зависимости от места проведения игры, выбирает себе домик. Таким домиком может быть: лежащий обруч, пенек, кусок картона, плоский камень или начерченный круг. Когда дети заняли свои домики, следует команда воспитателя: «Пошли гулять!..» Вместо этого воспитатель может хлопать в ладоши или подавать сигнал свистком.

Дети по сигналу покидают свои домики и разбегаются по игровой площадке, где бегают, прыгают и т. д.

Воспитатель подает другой сигнал: «Найди свой домик!..» После этих слов каждый из играющих должен быстрее занять именно свой домик.

Игра повторяется три раза, а затем воспитатель отмечает наиболее активных и внимательных игроков, не забыв при этом похвалить всех играющих.

Угости белку орешком.

Цель игры: обучение прыжкам с разбега, развитие координации движения и глазомера.

На игровой площадке на вертикальной стойке или на горизонтально натянутом шнуре, находящемся на высоте 1,5—2 м, повесить корзиночку (можно 2—3 корзиночки) так, чтобы она находилась на 5—10 см выше вытянутой руки ребенка.

Перед началом игры воспитатель объясняет детям, что в этой корзиночке (в «гнездышке») живет белка, которая очень любит орешки. Потом каждому играющему дают камешки округлой формы или шарики для пинг-понга, которые заменяют орешки. Чтобы угостить белку орешком, ребенок должен подпрыгнуть и забросить «орешек» в корзинку.

Правила игры: по усмотрению воспитателя дети могут прыгать с места или с разбега расстояние 2—3 м) Каждый ребенок делает по 3—5 попыток положить «орех» в корзинку белочке. Воспитатель отмечает технику прыжка и приземления, а также того, кто положил больше «орешков».

Жучки.

Цель игры: обучение в процессе игры основным видам движения — ходьба, бег, ползанье, развитие воображения ребенка.

На игровой площадке дети становятся в шеренгу или в круг. Воспитатель рассказывает детям о жучках и показывает виды их движения. Затем по сигналу воспитателя дети-«жучки» сначала начинают движения по кругу («Жучки полетели!..»), постепенно переходя с ходьбы на бег, а затем разлетаются в разные стороны площадки, но не сталкиваются друг с другом. Ритм ходьбы, а затем и бега регулирует воспитатель хлопками в ладоши или другим сигналом.

По сигналу воспитателя: «Жучки ползут!..» дети перестают махать руками, останавливаются, опускаются на четвереньки и начинают ползать по кругу или в разные стороны, не мешая при этом друг другу. Скорость их ползания так же регулируется воспитателем.

По сигналу воспитателя: «Жучки упали!..» дети-«жучки» перестают махать руками, останавливаются и ложатся на спину, начиная при этом делать разнообразные движения руками и ногами, как жучки, когда стараются перевернуться.

Правила игры: весь ход игры не носит соревновательного характера, а преследует цель обучения разнообразным видам движения. «Жучки» не должны наталкиваться друг на друга, мешать друг другу, а воспитатель должен отмечать положительное в движениях у каждого ребенка.

Список литературы

1. Агапова И.А. Подвижные игры для дошкольников/И.А. Агапова, М.А. Давыдова. – М.: АРКТИ, 2008. – 124 с.
2. Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.
3. Горохова М.Ю. Развитие активности и самостоятельности детей дошкольного возраста: монография. – Самара: ГОУ СФ ГОУ ВПО МГПУ, 2011. – 104 с.
4. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.
5. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования/Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2010. – 304 с.
6. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет/Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2003. – 80 с.
7. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений . – 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 368 с.
- 8.

Подготовила:

инструктор по физической культуре,

высшей квалификационной категории:

САМАРИНА С. А.