

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Подвижная игра – это путь ребенка к познанию мира, источник радостных эмоций, обладающих великой воспитательной силой. Игра вызывает активную работу мысли, способствует расширению кругозора, уточнению представления об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.

В процессе игры создаются благоприятные условия для развития и совершенствования моторики детей. Дети приучаются к согласованным действиям в коллективе: учатся выполнять простейшие правила игры, начинать игру по установленным правилам. Они приучаются правильно оценивать свои возможности, сопоставляя их с действиями товарищей.

В основе подвижных игр лежат физические упражнения, которые дают большой оздоровительный эффект, благотворно влияя на сердечно-сосудистую, дыхательную, сенсорную системы. Подвижные игры укрепляют мышцы всего тела, улучшают обмен веществ, повышают общую работоспособность организма, вырабатывают у детей элементарные умения ориентироваться в пространстве, формируют точность и согласованность двигательных действий.

Используемые в подвижных играх стихотворные тексты позволяют нормализовать темп речи детей, добиваться большей ее плавности, ритмичности, укреплять артикуляционный аппарат ребенка, развивать фонематический слух, формировать культуру речи. Дети учатся вслушиваться в слова, звуки.

Все свои жизненные впечатления и переживания дети отражают в условно-игровой форме, способствующей конкретному перевоплощению в образ. Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности.

Материал данного пособия систематизирован по темам с указанием возраста детей, позволяющий наиболее полно реализовать задачи сохранения и укрепления их здоровья, повышение интереса к подвижным играм.

Педагоги дошкольных образовательных организаций могут использовать предлагаемые подвижные игры при проведении физкультурных занятий, во время прогулок, а также включать в праздники и досуги, с целью предоставления каждому ребенку возможности наиболее полно проявить себя, реализовать свои способности. Родители (законные представители) воспитанников могут организовать игры во время летнего отдыха, например на даче.

Подвижная игра «Догони собачку»

Цель игры: упражнять в умении ориентироваться в пространстве, двигаться, меняя направление движения, не наталкиваясь друг на друга.

Атрибуты к игре: собачка (игрушка или би-ба-бо).

Возрастная категория: дети раннего возраста от 2 до 3 лет.

Описание игры

Взрослый держит в руках игрушечную собачку, предлагает догнать ее. Предварительно дети садятся на стулья или на скамейку.

По сигналу «Догоните собачку!» взрослый начинает передвигаться по комнате или площадке в разных направлениях, дети догоняют его, когда большинство детей подбегут к взрослому, он говорит: «Теперь вы убегайте, а собачка будет вас догонять!». Дети убегают и садятся на свои места.

Взрослый следит за тем, чтобы дети ориентировались в помещении или на площадке, меняли направление движения, не наталкивались друг на друга.

Подвижная игра «Кот и мыши»

Цель игры: развитие ловкости, внимания, чувства ритма, словесной памяти, коллективного взаимодействия, стремления к взаимовыручке.

Атрибуты к игре: маска кота.

Возрастная категория: дети раннего возраста от 3 до 4 лет.

Описание игры

Дети сидят на скамейке или стульчиках – это мыши в норках. В противоположной стороне комнаты или площадки сидит кот, роль которого исполняет взрослый.

Кот засыпает (закрывает глаза), а мыши разбегаются по всей комнате, но вот кот просыпается, потягивается, мяукает и начинает ловить мышей.

Мыши быстро убегают и прячутся в норках (занимают свои места). Пойманных мышек кот уводит к себе, когда остальные мыши спрячутся в норки, кот еще раз проходит по комнате, затем возвращается на свое место и засыпает.

Мыши могут выбегать из норок только тогда, когда кот закроет глаза, а возвращаться, когда кот проснется и замяукает.

Подвижная игра «Кролики»

Цель игры: развитие ловкости, внимания, чувства ритма, словесной памяти, коллективного взаимодействия, стремления к взаимовыручке.

Возрастная категория: дети раннего возраста от 3 до 4 лет.

Описание игры

В одной стороне комнаты полукругом расставлены стулья, сиденьями внутрь полукруга – это клетки кроликов. На противоположной стороне – дом сторожа. Посередине – лужайка, на которую кроликов выпускают гулять.

Два – три ребенка встают сзади стульев, по указанию взрослого присаживаются на корточки – кролики сидят в клетках. Сторож (взрослый) подходит к клеткам и выпускает кроликов на лужок: дети один за другим проползают под стулом, а затем прыгают, продвигаясь вперед по всей лужайке.

По сигналу взрослого «Бегите в клетки!» возвращаются на свои места, снова проползая под стульями.

Взрослый следит за тем, чтобы дети, проползая под стулом, не задевали его спиной. Вместо стульев можно использовать дуги для подлезания или палки, рейки, положенные на сиденья стульев.

Эстафета «Лошадки»

Цель: развитие ловкости, внимания, чувства ритма, словесной памяти, коллективного взаимодействия, стремления к взаимовыручке.

Атрибуты: обручи.

Возрастная категория: дети раннего возраста от 4 до 5 лет.

Описание эстафеты

Игроки стоят парами, каждая пара берет один обруч – «упряжку».

Один игрок в паре – «лошадка», второй – «наездник». Лошадка стоит в обруче, удерживая его двумя руками на уровне пояса, наездник стоит за обручем и держит его двумя руками.

По команде «Поехали в лес за дровами» наездники говорят: «Но!» и скачут галопом в паре с лошадкой.

По команде «Приехали в лес. Наездники, отпустите лошадок отдохнуть!» лошадки выходят из обруча и передвигаются по полу в упоре на коленях («щиплют травку», «пьют водичку»), а наездник ходит рядом.

По команде «Поехали дальше, запрягайте лошадей!» пары едут дальше.

Затем игроки меняются ролями. В процессе игры согласовывать движения в паре, не тянуть друг друга.

Подвижная игра «Поросята и волк»

Цель: развитие ловкости, внимания, чувства ритма, словесной памяти, коллективного взаимодействия, стремления к взаимовыручке.

Атрибуты: гимнастическая скамейка, маски поросят и волка.

Возрастная категория: дети раннего возраста от 4 до 5 лет.

Описание игры

Игроки – «поросята» сидят в «домике» за гимнастической скамейкой.

На противоположной стороне площадки находится «дверь» - дуга, за ней сидит водящий - «волк».

Со словами: «Никакой на свете зверь не откроет эту дверь, волк из леса никогда не ворвется к нам сюда!», дети перешагивают через гимнастическую скамейку и передвигаются по площадке в упоре на коленях.

По команде «Волк!» поросята встают и убегают в домик, а волк подлезает под дугой, догоняет и пятнает поросят.

Подвижная игра «Лежебока кот проснулся»

Цель: развитие ловкости, внимания, чувства ритма, словесной памяти, коллективного взаимодействия, стремления к взаимовыручке.

Атрибуты: гимнастическая скамейка или стул, маски птичек и кота.

Возрастная категория: дети раннего возраста от 5 до 6 лет.

Описание игры

Перед началом игры выбирают «кота». Остальные дети – «птички».

«Кот» садится на стул (скамейку) и делает вид, что спит.

«Птички» встают друг за другом. По сигналу взрослого: «Полетели птички» ребята начинают бежать по кругу в медленном темпе. Через 10 – 15 секунд взрослый произносит:

«Лежебока кот проснулся,
Он лениво потянулся».

Ребенок – «кот» открывает глаза, потягивается – поднимает руки вверх, опускает их через стороны и произносит:

«На охоту пора, начинается игра!»

«Кот» ловит «птичек», пойманная «птичка» выбывает из игры.