

## РЕЦЕНЗИЯ

на методическое пособие «Подвижная игра как основа физического развития детей дошкольного возраста» воспитателей муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения муниципального образования город Краснодар «Детский сад № 50»  
*Дегтярёвой Майи Владимировны,*  
*Мороз Ольги Васильевны*

Физическое воспитание – это процесс целенаправленного и систематического формирования здорового, человека, его физических сил и физических качеств, обеспечивающих его приобщение к физической культуре и стремление к физическому совершенству

В дошкольном возрасте необходимо поощрять двигательную активность ребёнка, так как большие энергетические затраты способствуют не только восстановлению, но и накоплению, что является основным фактором для обеспечения роста и развития организма.

Чётко обозначены цели и задачи, дающие возможность развивать у дошкольников интерес к различным формам двигательной активности.

Представлены подвижные игры с разнообразными видами основных движений для детей с различным уровнем физических возможностей дошкольников и практических умений. Многие игры носят имитационный характер. Наряду с сюжетными и несюжетными подвижными играми представлены игры – эстафеты, спортивные игры, игры с элементами соревнований.

Подготовлены консультации для родителей «Роль подвижных игр в современной жизни дошкольников». Консультация для воспитателей «Подвижные игры как средство всестороннего развития дошкольников», в которой выделены большие группы подвижных игр: сюжетные подвижные игры, игры без сюжета, игровые упражнения, основанные на выполнении определённых двигательных заданий, игры с элементами соревнований, несложные игры – эстафеты, хороводные игры, игры спортивного характера.

Методическое пособие «Подвижная игра как основа физического развития детей дошкольного возраста» воспитателей Дегтярёвой Майи Владимировны, Мороз Ольги Васильевны соответствует требованиям к

составлению таких пособий и может быть рекомендована педагогам для работы с детьми дошкольного возраста. Это пособие может быть интересно и родителям, которые уделяют большое внимание физическому развитию своих детей.

Рецензент:

ведущий специалист отдела анализа и поддержки дошкольного образования  
МКУ КНМЦ

  
Т.Г. Соболева

Подпись Т.Г. Соболевой удостоверяю:  
Директор МКУ КНМЦ

  
Ф.И.Ваховский



№ 389 от «17» мая 2022

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД  
КРАСНОДАР «ДЕТСКИЙ САД №50»

**Методическое пособие  
для детей дошкольного возраста  
«Подвижная игра как основа физического развития  
детей дошкольного возраста»**

Выполнили:  
Воспитатели  
Дегтярева Майя Владимировна  
Мороз Ольга Васильевна

2021 год

## ***Пояснительная записка***

Игра - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственной человеку. Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания, средством спорта. Игры являются сокровищницей человеческой культуры. Огромно их разнообразие. Они отражают все области материального и духовного творчества людей. Естественно, что изучением игр занимались и занимаются многие отрасли знаний: история, этнография, антропология, педагогика, теория и методика физического воспитания и др.

Свой важный и ничем не заменимый вклад в определение и поддержание оптимального двигательного режима дошкольников с учетом индивидуальной вариативности в показателях их здоровья и развития призвана внести игровая деятельность и, в первую очередь, те ее виды, основу которых составляет свободное детское движение.

Запас двигательной энергии ребенка, особенно ребенка младшего возраста, настолько велик, что он самостоятельно реализует потребность в движении естественным путем – в игре, и это хорошо было известно с древних времен. «Многие из народов, прославившихся совершенством своего физического и духовного развития, совсем не занимались систематической гимнастикой, а, наоборот, на первом плане у них были игры», – замечает Е.А. Покровский.

У древних греков для этой цели служили главным образом: прыганье, бег, метание диска, борьба, игры в мяч, т.е. как именно те самые игры, которые и в настоящее время более всего и всюду нравятся детям. «Игры представляют собой естественный вид физических упражнений... Ни при каком другом способе физических упражнений цель эта не достигается так полно и верно, как, например, при подвижных играх... Здесь в громадном большинстве случаев посильно работает и упражняется весь организм, вследствие чего наивернее достигается желательная гармония между различными частями тела...

Игры, бесспорно составляют одно из наиболее правильных, здоровых и гигиенических упражнений...

Традиции использования подвижных игр в России имеют свою длительную историю. Рекомендации проведения подвижных игр учащихся на воздухе «всяк день» по одному часу после обеда и вечером встречаются во многих литературных памятниках старины. М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев, Н.И. Бецкой и другие известные деятели XVIII—XIX вв. высказывались о необходимости проведения подвижных игр и развлечений детей на открытом воздухе.

С.Я. Эйнгорн «разумно построенными» играми призывал педагогов бороться против двух важнейших недостатков времени – «чрезмерной впечатлительности ребенка и ослабления его воли». Он считал, что «для детского возраста не существует гимнастики, которая могла бы по своей

ценности превосходить игру; последняя соответствует физической организации ребенка и его умственным потребностям, так как она в одно и то же время приятна и полезна».

П.Ф. Лесгафт, считая игры весьма выгодной формой физической работы, в которой «проверенные общие положения и истины становятся основанием самостоятельно проводимых действий» и к тому же обладающей «возвышающим чувством удовольствия», настойчиво рекомендовал использовать их для того, чтобы научить детей «владеть собой, ...сдерживать свои расхорившиеся чувствования и приучать, таким образом, подчинять свои действия сознанию».

П.Ф. Лесгафт считал, что игра есть упражнение, с которого ребенок готовится к жизни. Игра – это сознательная деятельность, направленная на достижение условно поставленной цели. Хорошо подобранная и правильно руководимая, игра является сильным средством воспитания детей дошкольного возраста. Сила воздействия игры на всестороннее развитие ребенка заключается в эмоциональном возбуждении, интересе и увлечении, которые переживает ребенок во время игры, он способен приложить много усилий и быть очень исполнительным. Я.А. Каменский требовал старательного подбора игр с учетом их воспитательной ценности, такого, чтобы одновременно с развитием движений они способствовали воспитанию честности, любви к порядку, мужества и дружеских отношений в детском коллективе.

### ***Актуальность***

В дошкольном возрасте ведущей деятельностью является игра, она доступна и понятна детям. Поэтому с помощью игры, в данном случае подвижной, мы можем физически развивать ребенка.

Подвижная игра - это комплексное средство воспитания, т. к. она направлена на всестороннее физическое развитие, совершенствование функций организма и черт характера играющих. В процессе подвижной игры весь организм ребенка втягивается в работу, у него улучшается пищеварение, становится глубже дыхание, укрепляется нервная система, воспитываются такие черты характера как воля, дисциплинированность, сдержанность.

Физическое воспитание –это процесс целенаправленного и систематического формирования здорового, полноценного человека, его физических сил и физических качеств, обеспечивающих его приобщение к физической культуре и стремление к физическому совершенству.

Целью физического воспитания является воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка.

Физическое воспитание в дошкольном образовательном учреждении осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности, и повседневной жизни детей. Игра - самая любимая и

естественная деятельность младших дошкольников, отвечающая их жизненно важным потребностям. Игра занимает важнейшее место в жизни малыша и является главным средством воспитания и оздоровления. Подвижные игры благоприятно влияют на весь организм ребёнка в целом. Радость и удовольствие сопровождают интересную, активную и доступную для ребёнка игру, она захватывает малыша, оказывая положительное влияние на общее физическое и умственное развитие. Играя, ребёнок удовлетворяет свою потребность в движениях и одновременно с этим повторяет уже освоенный материал.

Подвижные игры проводятся ежедневно в группе или на прогулке в зависимости от погодных условий. При активной деятельности детей на воздухе усиливается работа сердца и лёгких. Это оказывает благоприятное влияние на общее состояние детей: улучшается нервная система, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям. С помощью подвижных сюжетных игр малыши легче проходят адаптацию в детском саду, учатся действовать по словесной инструкции взрослого. У них появляется интерес к занятиям, которые вызывают положительные эмоции, радостное настроение. Подвижные игры создают благоприятные условия для развёртывания активной двигательной деятельности

**Целью нашей работы считаем:** формирование интереса к подвижной игре, как основе физического воспитания детей в ДОУ.

**Задачи:**

- Способствовать развитию физических качеств, формированию двигательных умений и навыков, стремления к улучшению показателей физической активности (прыгнуть дальше, пробежать быстрее) посредством подвижных игр;
- Формировать умение прислушиваться к советам взрослого о способах улучшения результатов, и усвоив тот или иной навык, повторять постоянно в игровой деятельности;
- Развивать интерес к различным формам двигательной активности, желание приобрести специфические навыки для их осуществления;
- Закреплять способность воспитанников без жалоб относится к физической усталости, связывать ее со своими спортивными достижениями;

**Методические приемы:**

Наглядный метод, словесный метод, практический метод, наблюдения за объектом.

## **Подвижные игры их роль и значение в развитии детей дошкольного возраста**

Множественные исследования специалистов указывают на то, что уровень развития физических качеств в настоящее время находится на низком уровне, который не удовлетворяет современным нынешним 16 требованиям, предъявляемым к физическому воспитанию в дошкольном образовательном учреждении. Именно по этой причине, вопрос развития двигательной активности весьма актуален и требует дальнейшего совершенствования. К старшему дошкольному возрасту у детей возникает высокая потребность в двигательной активности, но они не всегда могут ее реализовать на должном уровне. В процессе выполнения интересного дела повышается эмоциональный тонус, что приводит к более позднему наступлению утомления даже при трудной работе. Верное решение, проблемы развития двигательных активности детей старшего дошкольного возраста обуславливается применением различных средств на занятиях физической культурой, увеличивается значимость постоянных, ежедневных занятий физическими упражнениями, подвижными играми. Средствами развития двигательной активности являются: - утренняя гимнастика, - гимнастика пробуждения; - подвижные игры, физкультминутки; - занятия физической культурой, в том числе и на улице.

У детей дошкольного возраста ведущим видом деятельности является игра, поэтому рекомендуется использовать ее для развития двигательной активности детей. В развитии разносторонне сформированной личности дошкольника подвижные игры играют особую роль. Они рассматриваются как ключевое средство физического воспитания. Являясь важнейшим средством физического воспитания, подвижная игра в то же время оказывает и оздоровительное воздействие на детский организм.

Игра – незаменимое средство совершенствования движений, развивая их, содействует развитию быстроты, выносливости, координации движений. Колоссальное число движений активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы, что в свою очередь оказывает положительное влияние на психическую деятельность. Игра существовала как спутник человека с давних лет. Прогрессивные отечественные ученые-педагоги, гигиенисты например П.Ф. Лесгафт либо А.П. Усова, выявили значимость игры как деятельности, содействующей качественным изменениям в физическом и психическом развитии малыша, способствующей многостороннему воздействию на формирование его личности.

Рассмотрим, то, что говорили о смысле подвижной игры в жизни детей известные педагоги. Д.А. Эльконин провел исследование педагогической и психологической литературы по вопросу исторического возникновения игры, он утверждал, что «вопрос об историческом возникновении игры тесно связан с характером воспитания подрастающего поколения в обществах,

стоящих на низших уровнях развития производства и культуры». Загруженность родителей и раннее включение детей в деятельность взрослых приводили к тому, что в первобытном обществе не существовало особой разницы среди возрастных категорий, и в итоге очень рано становились действительно независимыми.

Интересные исследования по вопросу происхождения игры проведены Н. Фхилитисом. Он считал, что игра - это отдых от серьезной работы для восстановления сил. По этой теории, игры существуют для того, чтобы ребенок отдыхал в привычных, радостных, легких, не требующих большой затраты сил, упражнениях, позволяющих восстановить силы для трудового порядка, необходимые для поддержания жизни. Основоположник российской системы физического воспитания. Ф.Лесгафт уделял игре особое место, определяя игру как упражнение, при помощи которого ребенок готовится к жизни. Сообразно установленному определению П.Ф. Лесгафта, «подвижная игра – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся четким и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами». Он исследовал игру как одно из основных средств физического образования и воспитания и уделял более значительное место играм на занятиях физической культуры. Он полагал, что подвижные игры представляют собой более сложное действие, нежели отдельные гимнастические упражнения и имеют огромное образовательное и воспитательное значение.

## **Картотека подвижных игр для детей младшего дошкольного возраста**

### **Подвижная игра «Бегите ко мне».**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу, выполнять бег в прямом направлении одновременно всей группой.

*Ход игры:* Дети стоят на одной стороне зала, так, чтобы не мешать друг другу. Воспитатель стоит у противоположной стороны. Он говорит: «Бегите ко мне, все-все бегите ко мне!» Дети бегут к воспитателю, который встречает их приветливо, разведя руки широко в стороны, и делает вид, что хочет всех ребят обнять. После того как дети соберутся около воспитателя, он уходит на другую сторону площадки и снова говорит: «Бегите ко мне!». Перед началом игры воспитатель напоминает, что бежать можно только после слов «Бегите ко мне!», нельзя толкаться и мешать друг другу.

Желающих играть можно разделить на две небольшие группы: пока одна группа играет, другая смотрит, затем они меняются ролями.

### **Подвижная игра «Птички».**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу педагога, бегать в разных направлениях одновременно всей группой, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* Педагог объясняет, что дети будут изображать птичек, которые готовятся к отлету в теплые края. По звуковому сигналу воспитателя все дети поднимают руки (крылья в стороны и разбегаются (разлетаются) по всему залу. По сигналу: «Птички отдыхают», дети останавливаются и приседают.

### **Подвижная игра «Кот и воробышки» (1 вариант).**

*Цель:* упражнять детей действовать в соответствии с текстом стихотворения, выполнять бег в прямом направлении одновременно всей группой, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* «Кот» располагается на одной стороне зала (площадки), а дети – «воробышки» - на другой. Дети – «воробышки» приближаются к «коту» вместе с воспитателем, который произносит: Котя, котенька, коток, Котя – черненький хвосток, он на бревнышке лежит, притворился, будто спит. На слова «Будто спит», «кот» восклицает: «Мяу!» - и начинает ловить «воробышков», которые убегают от него в свой домик (за черту).

### **Подвижная игра «Кот и воробышки» (2 вариант).**

*Цель:* упражнять детей выполнять прыжки с высоты.

*Ход игры:* Дети стоят на скамеечках, на больших кубиках, положенных на полу в одной стороне 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 воробышков кот отводит к себе в дом. Указания. Следить, чтобы дети мягко приземлялись, спрыгивали на носки и сгибали колени.

### **Подвижная игра «Быстро в домик».**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу педагога, двигаться врассыпную в разных направлениях, бегать одновременно всей группой, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* Дети располагаются в «домике» (на гимнастических скамейках или стульчиках). Воспитатель предлагает им пойти на лужок – цветочками полюбоваться, на бабочек посмотреть – ходьба врассыпную, в разных направлениях. На сигнал: «Быстро в домик, дождь пошел!» - малыши бегут занимать место в «домике» (любое место).

### **Подвижная игра «Ловкий шофер».**

*Цель:* упражнять детей действовать по цветовому сигналу, двигаться врассыпную в разных направлениях, использовать всю площадь зала. Повторить правила дорожного движения.

*Ход игры:* Дети располагаются произвольно по всему залу, в руках у каждого ребенка руль (обруч). По сигналу воспитателя: «Поехали!» - дети – «машины» разъезжаются по всему залу в разных направлениях, стараясь не мешать друг другу. Если педагог поднимает флажок красного цвета, то все машины останавливаются. Если зеленый – продолжают движение.

### **Подвижная игра «Быстрый мяч».**

*Цель:* упражнять детей прокатывать мяч в прямом направлении, действовать по сигналу педагога.

*Ход игры:* Дети становятся на исходную линию, обозначенную чертой или шнуром. В руках у каждого ребенка мяч (большой диаметр). По сигналу воспитателя дети занимают исходное положение – ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках у груди. По следующей команде дети наклоняются и, энергичным движением оттолкнув мяч, прокатывают его вперед, а затем бегут за ним. На исходную линию возвращаются шагом.

### **Подвижная игра «Зайка серый умывается».**

*Цель:* упражнять детей выполнять действия в соответствии с текстом стихотворения, прыгать на двух ногах с продвижением вперед, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* Дети становятся перед воспитателем полукругом и все вместе произносят: «Зайка серый умывается, зайка в гости собирается. Вымыл носик, вымыл хвостик, вымыл ухо, вытер сухо!». В соответствии с текстом стихотворения дети выполняют движения, прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед – «направляются в гости»

### **Подвижная игра «Поймай комара».**

*Цель:* упражнять детей выполнять прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка, не уменьшать круг во время подпрыгиваний.

*Ход игры:* Дети стоят по кругу лицом к центру на расстоянии вытянутых рук. Воспитатель находится в середине круга. В руках у него прут (длина 1—1,5 м) с привязанным на шнуре комаром из бумаги или материи. Воспитатель кружит шнур немного выше голов играющих. Когда комар пролетает над головой, дети подпрыгивают, стараясь поймать его обеими руками. Тот, кто поймает комара, говорит: «Я поймал!». Надо следить, чтобы дети не уменьшали круг во время подпрыгиваний. Вращая прут с комаром, воспитатель то опускает, то приподнимает его.

### **Подвижная игра «Мыши в кладовой».**

*Цель:* упражнять детей выполнять бег в рассыпную, подлезание под шнур, не касаясь руками пола

*Ход игры:* 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. Мыши бегут в кладовую, нагибаются, подлезая под веревку (надо стараться наклониться пониже, чтобы не задеть её). В кладовой мыши присаживаются на корточки и грызут сухари. Кошка просыпается, мяукает и бежит за мышами. Мыши убегают в норки. (Кошка не ловит мышей, она только делает вид, что хочет поймать их). Затем кошка возвращается на место и засыпает, игра продолжается.

### **Подвижная игра «По ровненькой дорожке».**

*Цель:* упражнять детей действовать в соответствии с текстом и ритмом стихотворения, выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, действовать совместно, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* 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. Игра повторяется.

### **Подвижная игра «Лягушки-попрыгушки».**

*Цель:* упражнять детей выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, перепрыгивание через лежащий на полу шнур.

*Ход игры:* На одной стороне зала на полу лежит шнур — это «болотце». Дети — «лягушки — попрыгушки» становятся на другой стороне зала в одну

шеренгу на исходную линию. Воспитатель говорит: Вот лягушки по дорожке скачут, вытянувши ножки, ква-ква, ква-ква-ква, скачут вытянувши ножки. В соответствии с ритмом стихотворения дети выполняют прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (примерно 16 прыжков) до «болотца» и прыгают через шнур, произнося: «Плюх!». После паузы игровое упражнение повторяется. Если группа детей большая, то построение производится в две шеренги и во избежание травм расстояние между шеренгами составляет примерно 1,5 – 2 м. Дети второй шеренги вступают в игру чуть позже и только по сигналу воспитателя.

### **Подвижная игра «Коршун и птенчики».**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу педагога, выполнять ходьбу, бег врассыпную, прыжки с высоты 15–20 см, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* Дети – «птенчики» сидят в «гнездышках» (на гимнастических скамейках или стульчиках). Ведущий – «коршун» располагается на дереве (стуле) на некотором расстоянии от них. Воспитатель предлагает «птенчикам» полетать, поклевать зернышек. Дети выполняют ходьбу врассыпную, не задевая друг друга, затем бег. По сигналу: «Коршун!» - птенчики быстро возвращаются в свои «гнездышки» (можно занимать любое свободное место), а «коршун» старается поймать кого-либо из них.

### **Подвижная игра «Птица и птенчики» (1 вариант).**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу, выполнять бег и ходьбу врассыпную, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* «Я буду птица, а вы – птенчики, - говорит воспитатель и предлагает детям посмотреть на большой круг (из шнура) – это наше гнездо и приглашает птенчиков в него. Дети входят в круг и присаживаются на корточки. «Полетели, полетели птенчики зернышки искать», - говорит воспитатель. Птенчики вылетают из гнезда. «Птица – мама» летает вместе с птенцами по всему залу. По сигналу: «Полетели домой, в гнездо!» - все дети бегут в круг.

### **Подвижная игра «Птица и птенчики» (2 вариант).**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу педагога, выполнять бег и ходьбу врассыпную, ориентироваться в пространстве, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* Дети делятся на группы по 5—6 человек. Каждая группа имеет свой домик — гнездышко (начерченный мелом круг, положенный на пол большой обруч или связанную за концы веревку и т.п.). Дети сидят на корточках, изображают птенчиков в гнездышках, воспитатель — птичку. По сигналу: «Полетели, полетели птенчики зернышки искать» птенчики вылетают из гнездышка и стараются улететь за кормом подальше. По сигналу воспитателя: «Полетели домой, в гнездо!» птенчики возвращаются в свои гнездышки. Воспитатель напоминает, что нельзя залетать в чужое гнездышко, улетать надо подальше от дома, там больше корма для птичек.

### **Подвижная игра «Коршун и цыплята».**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу педагога, выполнять ходьбу, бег врассыпную; использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* С одной стороны зала расположен шнур – за ним располагаются «цыплята» - это их «домик». Сбоку домика на стуле располагается «коршун» - водящий, которого назначает воспитатель. Дети – «цыплята» бегают по залу – «двору», присаживаются – «собирают зернышки, помахивают «крылышками». По сигналу воспитателя: «Коршун, летит!» - цыплята убегают в «домик» (за шнур), а «коршун» пытается их поймать (дотронуться). При повторении игры роль коршуна выполняет другой ребенок (но не из числа пойманных).

### **Подвижная игра «Найди свой цвет» (1 вариант).**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу, ориентироваться по цвету, выполнять ходьбу, бег врассыпную, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* В трех местах площадки положены обручи (5 см), в них стоят кубики (кегли) разных цветов. Дети делятся на три группы, и каждая группа занимает место вокруг кубика определенного цвета. Воспитатель предлагает запомнить цвет своего кубика, затем по сигналу дети разбегаются по всему залу. На сигнал: «Найди свой цвет!» - дети стараются занять место около обруча, в котором кубик того же цвета, вокруг которого они занимали место первоначально.

### **Подвижная игра «Найди свой цвет» (2 вариант).**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве, выполнять ходьбу, бег врассыпную, соотносить цвета, использовать всю площадь зала, действовать совместно.

*Ход игры:* Воспитатель раздает детям флажки 3—4 цветов: красные, синие, желтые, зеленые. Дети с флажками одного цвета собираются в разных углах комнаты, обозначенных воспитателем заранее флагом определенного цвета. По сигналу воспитателя «Идите гулять» дети расходятся по площадке (комнате) в разные стороны. Когда воспитатель скажет: «Найди свой цвет»,— дети собираются возле флага соответствующего цвета. Воспитатель отмечает, какая группа раньше собралась. После нескольких повторений, когда дети хорошо усвоят игру, воспитатель может предложить во время прогулки остановиться, закрыть глаза, а сам тем временем переставляет флаги, стоящие в углах комнаты.

### **Подвижная игра «Лохматый пес».**

*Цель:* упражнять детей действовать в соответствии с текстом стихотворения, выполнять ходьбу, бег врассыпную, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* Один из детей изображает пса. Он ложится на пол, положив голову на вытянутые вперед руки. Остальные дети гурьбой тихонько подходят к нему по мере произнесения следующего текста: 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 ними, старается кого-нибудь поймать. Когда все дети убегут, пес возвращается на свое место.

### **Подвижная игра «Воробышки в гнездышках».**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу, выполнять бег и ходьбу врассыпную, перешагивание через обруч, ориентироваться в пространстве, использовать всю площадь зала.

*Ход игры:* Дети – «воробышки» с помощью воспитателя распределяются на 3-4 группы и становятся внутри «гнезд» (обручей большого диаметра или кругов, образованных из шнуров или веревок). По сигналу воспитателя: «Полетели!» - «воробышки» вылетают из «гнезда», перешагивая через обруч и разбегаются по всему залу. Присаживаются на корточки – «клюют зернышки». По сигналу: «Птички, в гнезда!» - убегают в свои «гнезда».

### **Подвижная игра «Кролики» (1 вариант).**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу, выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, бег врассыпную, подлезание под шнур, не касаясь руками пола.

*Ход игры:* Дети располагаются за веревкой (шнуром), натянутой на высоте 50 см от пола, - они «кролики в клетках». По сигналу воспитателя: «Скок – поскок на лужок» - все «кролики» выбегают из клеток (подлезают под шнур, не касаясь руками пола), скачут (прыжки на двух ногах, щиплют травку. На сигнал: «Сторож!» - все «кролики» убегают обратно (но не подлезают под шнур, а забегают за стойку).

### **Подвижная игра «Кролики» (2 вариант).**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве, выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, бег врассыпную, подлезание под препятствие, не касаясь руками пола.

*Ход игры:* На одной стороне площадки мелом нарисованы круги (5— 6) — это клетки для кроликов. Перед ними ставятся дуги. На противоположной стороне — дом сторожа (стул, на котором сидит воспитатель). Между домом и клетками кроликов находится лужок, на котором кролики гуляют. Воспитатель делит всех играющих на группы по 3—4 ребенка. Каждая группа становится в один из начерченных на полу кругов. Дети присаживаются по указанию воспитателя на корточки (кролики сидят в клетках). Воспитатель подходит поочередно к клеткам и выпускает кроликов на лужок. Кролики один за другим проползают под дугой, а затем бегают и прыгают на лужайке. Через некоторое время воспитатель говорит: «Бегите в клетки». Кролики спешат домой. Каждый возвращается в свою клетку, проползая снова под дугой. Кролики сидят в клетках до тех пор, пока сторож снова не выпустит их гулять. Вместо дуги для подползания можно использовать положенную на стойки планку или натянутый шнур.

### **Подвижная игра «Автомобили» (1 вариант).**

*Цель:* упражнять детей действовать в соответствии с двумя цветовым сигналам, выполнять бег врассыпную, использовать все пространство зала.

*Ход игры:* Каждый играющий получает руль (картонный или фанерный). По сигналу воспитателя (поднят зеленый флажок) дети разбегаются врассыпную так, чтобы не мешать друг другу. На другой сигнал (поднят красный флажок) автомобили останавливаются.

### **Подвижная игра «Автомобили» (2 вариант).**

*Цель:* упражнять детей действовать по двум цветовым сигналам, выполнять бег врассыпную, использовать все пространство зала.

*Ход игры:* Каждый играющий получает руль (картонный или фанерный). По сигналу воспитателя (поднят зеленый флажок) дети разбегаются врассыпную так, чтобы не мешать друг другу. Через некоторое время воспитатель поднимает флажок желтого цвета, дети переходят на ходьбу. На поднятый флажок красного цвета – «автомобили» останавливаются.

### **Подвижная игра «Тишина».**

*Цель:* упражнять детей выполнять ходьбу в колонне по одному.

*Ход игры:* Ходьба в колонне по одному в обход площадки за воспитателем и совместное проговаривание строчек стихотворения: Тишина у пруда, не колышется трава. Не шумите, камыши, засыпайте, малыши. По окончании стихотворения дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Через несколько секунд воспитатель произносит громко: «Ква-ква-ква!» - и поясняет, что лягушки разбудили ребят, и они проснулись, поднялись и потянулись.

### **Подвижная игра «Мы топаем ногами».**

*Цель:* упражнять детей действовать в соответствии с текстом стихотворения, выполнять бег по кругу.

*Ход игры:* Воспитатель вместе с детьми становится в круг на расстоянии выпрямленных в сторону рук. В соответствии с произносимым текстом дети выполняют упражнения: Мы топаем ногами, мы хлопаем руками, киваем головой. Мы руки поднимаем, мы руки опускаем, мы руки подаем. С этими словами дети дают друг другу руки, и продолжают: И бегаем кругом, и бегаем кругом. Через некоторое время воспитатель говорит: «Стой!». Дети замедляют движение, останавливаются. При выполнении бега можно предложить детям опустить руки.

### **Подвижная игра «Огуречик, огуречик».**

*Цель:* упражнять детей выполнять бег врассыпную, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, использовать все пространство зала.

*Ход игры:* На одной стороне зала – воспитатель «мышка», на другой стороне – дети. Они приближаются к «мышке» прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит: Огуречик, огуречик, не ходи на тот кончик, Там мышка живет, тебе

хвостик отгрызет. Дети убегают за условную черту в свой «домик», а педагог их догоняет.

### **Подвижная игра «Наседка и цыплята».**

*Цель:* упражнять детей действовать по сигналу педагога, выполнять ходьбу, бег врассыпную, подлезание под препятствие, не касаясь руками пола, использовать всю площадь зала

*Ход игры:* Играющие дети изображают цыплят, воспитатель — наседку. Цыплята с наседкой находятся в доме (место, огороженное натянутой между стойками или стульями веревкой на высоте 35—40 см). В стороне живет воображаемая большая птица. Наседка подлезает под веревку и отправляется на поиски корма. Она зовет цыплят: «Ко-ко-ко-ко». По ее зову цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют, наклоняются, приседают, ищут корм. По словам воспитателя «Большая птица летит!» все цыплята быстро убегают и прячутся в доме... Когда цыплята возвращаются домой, убегая от большой птицы, воспитатель может приподнять веревку повыше, чтобы дети не задели ее.

### **Подвижная игра «Поезд».**

*Цель:* упражнять детей выполнять ходьбу, бег в колонне по одному с изменением темпа, действовать по сигналу, находить свое место в колонне.

*Ход игры:* 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. Дети выходят погулять: они расходятся по полянке, собирают цветы, ягоды, грибы, шишки. Услышав гудок, они снова собираются в колонну, и движение поезда возобновляется. ... Вначале дети строятся в колонну в любом порядке, а к концу года привыкают запоминать свое место в колонне — находить свой вагон. Можно изменить сюжет игры, например поезд может остановиться у речки, тогда дети изображают катание на лодках, ловлю рыбы и т. п.

## Картотека подвижных игр для детей среднего дошкольного возраста

### ЛИСА В КУРЯТНИКЕ

**Задачи:** Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу, упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину.

**Описание:** На одной стороне площадки отчерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест. Отводит ее в свою нору. Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.

**Правила:**

Лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!».

**Варианты:** Увеличить число ловишек – 2 лисы. Курам взбираться на гимнастическую стенку.

### ЗАЙЦЫ И ВОЛК

**Задачи:** Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

**Описание:** Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камушками, из которых выкладывают кружочки или квадраты. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок – скок – скок, на зеленый на лужок. Травку щиплют, слушают, не идет ли волк». Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настигнуть. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

**Правила:**

Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут.

Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

**Варианты:** Нельзя ловить тех зайцев, которым подала лапу зайчиха - мать. На пути поставить кубы – пенечки, зайцы оббегают их. Выбрать 2 волков. Волку перепрыгнуть через преграду – ручей.

## У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ

**Задачи:** Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу, навык коллективного движения. Упражнять в беге по определенному направлению, с увертыванием, развивать речь.

**Описание:** На одной стороне площадки проводится черта – это опушка леса. За чертой, на расстоянии 2-3 шагов очерчивается место для медведя. На противоположной стороне дом детей. Воспитатель назначает медведя, остальные дети – у себя дома. Воспитатель говорит: «Идите гулять!». Дети направляются к опушке леса, собирая ягоды, грибы, имитируя движения и хором говорят: «У медведя во бору, грибы ягоды беру. А медведь сидит и на нас рычит». Медведь в это время сидит на своем месте. Когда играющие произносят «Рычит!» медведь встает, дети бегут домой. Медведь старается их поймать – коснуться. Пойманного медведь отводит к себе. После 2-3 пойманных выбирается новый медведь.

### **Правила:**

Медведь имеет право вставать и ловить, а играющие – убежать домой только после слова «рычит!».

Медведь не может ловить детей за линией дома.

**Варианты:** Ввести 2 медведей. Поставить на пути преграды.

## ПТИЧКИ И КОШКА

**Задачи:** Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

**Описание:** На земле чертится круг или кладется шнур со связанными концами. Воспитатель выбирает ловишку который становится в центре круга. Это кошка. Остальные – птички, находятся за кругом. Кошка спит, птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички вылетают из круга. Тот, кого коснулась кошка, считается пойманным и идет на середину круга. Когда поймают 2-3 птичек – выбирается новая кошка.

### **Правила:**

Кошка ловит птичек только в кругу.

Кошка может касаться птичек, но не хватать их.

**Варианты:** Если кошка долго не может никого поймать, добавить еще одну кошку.

## ЧЕРЕЗ РУЧЕЕК

**Задачи:** Развивать у детей ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

**Описание:** Все играющее сидят на стульях, в 6 шагах от них кладутся 2 шнура, расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Дети должны по камушкам – дощечкам перебраться на другой берег не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» 5 детей перебирается через

ручеек. Тот, кто оступился, отходит в сторону – «сушить обувь». Все дети должны перейти через ручей.

**Правила:**

Проигравшим считается тот, кто вступил ногой в ручеек.

Перебираться можно только по сигналу.

**Варианты:** Увеличить расстояние между шнурами, обходить предметы, перебираясь на другой берег. Прыгать на одной ноге.

## КОШКА И МЫШКА

**Задачи:** Развивать у детей умение быстро действовать по сигналу, ходить, сохраняя форму круга. Упражнять в беге с ловлей.

**Описание:** Все играющие, кроме 2, становятся в круг, на расстоянии вытянутых рук, и берутся за руки. В одном месте круг не замыкается. Этот проход – называется воротами. Двое играющих, находятся за кругом, изображают мышку и кошку. Мышка бежит вне круга и в кругу, кошка – за ней, стараясь поймать ее. Мышка может вбегать в круг через ворота и подлезать под руки стоящих в кругу. Кошка – только в ворота. Дети идут по кругу и говорят: «Ходит Васька серенький, хвост пушистый – беленький. Ходит Васька – кот. Сядет, умывается, лапкой вытирается, песенки поет. Дом неслышно обойдет, притаится Васька – кот. Серых мышек ждет». После слов кошка начинает ловить мышку.

**Правила:**

Стоящие в кругу не должны пропускать кошку под сцепленные руки.

Кошка может ловить мышку за кругом и в кругу.

Кошка может ловить, а мышка убежать после слова «ждет».

**Варианты:** Устроить дополнительные ворота, ввести 2 мышек, увеличить количество кошек.

## ЛОШАДКИ

**Задачи:** Развивать у детей умение действовать по сигналу, согласовывать движения друг с другом, упражнять в беге, ходьбе.

**Описание:** Дети делятся на 2 равные группы. Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей. На одной стороне очерчивается конюшня. На другой – помещение для конюхов, между ними луг. Воспитатель говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей!». Конюхи с вожжами в руках, бегут к конюшне и запрягают лошадей. Когда все лошади запряжены, они выстраиваются друг за другом и по указанию воспитателя идут шагом или бегут. По слову воспитателя «Приехали!» конюхи останавливают лошадей. Воспитатель говорит «Идите отдыхать!». Конюхи распрягают лошадей и отпускают их пастись на луг. Сами возвращаются на свои места отдохнуть. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву. По сигналу воспитателя «Конюхи, запрягайте лошадей!» конюх ловит свою лошадь, которая убегает от него. Когда все лошади пойманы и запряжены, все выстраиваются друг за другом. После 2-3 повторений воспитатель

говорит: «Отведите лошадей в конюшню!». Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их и отдают вожжи воспитателю.

**Правила:**

Играющие меняют движения по сигналу воспитателя. По сигналу «Идите отдыхать» - конюхи возвращаются на места.

**Варианты:** Включить ходьбу по мостику – доске, положенной горизонтально или наклонно, предложить разные цели поездки.

## КРОЛИКИ

**Задачи:** Развивать у детей умение двигаться в коллективе, находить свое место на площадке. Упражнять в подлезании, в беге, в прыжках на 2 ногах.

**Описание:** На одной стороне площадки очерчиваются круги – клетки кроликов. Перед ними ставятся стульчики, к ним вертикально привязываются обручи или протягивается шнур. На противоположной стороне ставится стул – дом сторожа. Между домом и клетками кроликов – луг. Воспитатель делит детей на маленькие группы по 3-4 человека. Каждая группа становится в очерченный круг. «Кролики сидят в клетках!» - говорит воспитатель. Дети присаживаются на корточки – это кролики в клетках. Воспитатель поочередно подходит к клеткам и выпускает кроликов на травку. Кролики пролезают в обруч и начинают бегать и прыгать. Воспитатель говорит «Бегите в клетки!». Кролики бегут домой и возвращаются в свою клетку, пролезая снова в обруч. Затем сторож снова их выпускает.

**Правила:**

Кролики не выбегают, пока сторож не откроет клеток.

Кролики возвращаются после сигнала воспитателя «Скорей в клетки!».

**Варианты:** В каждую клетку поставить скамеечку или стульчик по числу кроликов.

## ГДЕ ПОЗВОНИЛИ

**Задачи:** Развивать у детей слух, внимание и выдержку.

**Описание:** Дети сидят по кругу или вдоль стены. Один из играющих по назначению воспитателя становится в центре круга или перед сидящими. По сигналу воспитателя он закрывает глаза. Воспитатель дает кому-нибудь из детей звоночек и предлагает позвонить. Ребенок, находящийся в центре круга, должен не открывая глаз, указать рукой направление, откуда доносится звук. Если он укажет правильно, воспитатель говорит «Пора!», играющий открывает глаза. А тот, кто позвонил – поднимает и показывает звонок. Если водящий ошибся, он снова закрывает глаза и отгадывает еще раз. Затем воспитатель назначает другого водящего.

**Правила:**

Водящий открывает глаза только после слова воспитателя «Пора!»

**Варианты:** Раскрутить водящего; вместо звоночка ввести дудочку или другой музыкальный инструмент.

## ПОПАДИ МЕШОЧКОМ В КРУГ

**Задачи:** Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании правой и левой рукой.

**Описание:** Дети стоят по кругу. В центре круга выложен из веревки кружок, концы веревки связаны, круг можно начертить. Диаметр круга – 2 метра. Дети находятся на расстоянии 1-2 шагов от круга. В руках мешочки с песком. По слову воспитателя «Бросай!», все бросают свои мешочки в круг. «Поднимите мешочки!» - говорит воспитатель. Дети поднимают мешочки, становятся на место. Воспитатель отмечает, чей мешочек не попал в круг, игра продолжается. Дети бросают другой рукой.

### **Правила:**

Бросать мешочек нужно по слову воспитателя «Бросай!»

Поднимать по сигналу «Поднимите!».

**Варианты:** Вместо мешочков бросать шишки; разделить детей на подгруппы, каждая бросает в свой круг; увеличить расстояние.

## КТО БРОСИТ ДАЛЬШЕ МЕШОЧЕК

**Задачи:** Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании в даль правой и левой рукой, в беге, в распознавании цвета.

**Описание:** Дети стоят вдоль стены. Несколько детей, названных воспитателем, становятся на одной линии перед положенной на пол веревкой. Дети получают мешочки 3 разных цветов. По слову воспитателя «Бросай!» дети бросают мешочек вдаль. Воспитатель обращает внимание детей на то, чей мешочек упал дальше и говорит: «Поднимите мешочки!». Дети бегут за своими мешочками, поднимают их и садятся на места. Воспитатель называет других детей, которые занимают места бросавших мешочки. Игра заканчивается, когда все дети бросят мешочки.

### **Правила:**

Бросать и поднимать мешочки можно только по слову воспитателя.

**Варианты:** Поставить ориентиры – кто дальше. Бросать шишки, мячики, копья.

## САМОЛЕТЫ

**Задачи:** Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге.

**Описание:** Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную, в разных направлениях. По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

### **Правила:**

Играющие должны вылетать после сигнала воспитателя «Летите!».  
По сигналу воспитателя «На посадку!» - играющие должны возвратиться в свои колонны, на те места, где выложен их знак (поставлен флажок).

**Варианты:** Пока самолеты летают, поменять местами флажки, унести на противоположную сторону. Менять ведущих в колоннах.

### **НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ**

**Задачи:** Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность.

**Описание:** Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары. Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».

#### **Правила:**

Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя. Каждый раз играющие должны иметь пару.

**Варианты:** Вместо флажков использовать платочки. Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.

## **Картотека подвижных игр для детей старшего дошкольного возраста**

### **Подвижная игра «Хитрая лиса»**

**Цель:** Развивать у детей выдержку, наблюдательность. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле.

**Описание:** Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается дом лисы. Воспитатель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит «Я иду искать в лесе хитрую и рыжую лису!», дотрагивается до одного из играющих, который становится хитрой лисой. Затем воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затем громче «Хитрая лиса, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Хитрая лиса быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, говорит «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманного лиса отводит домой в нору.

**Правила:** Лиса начинает ловить детей только после того, как играющие в 3 раз хором спросят и лиса скажет «Я здесь!»

Если лиса выдала себя раньше, воспитатель назначает новую лису. Игравший, выбежавший за границу площадки, считается пойманным.

**Варианты:** Выбираются 2 лисы.

### **Подвижная игра «Передай – встань»**

**Цель:** Воспитывать у детей чувство товарищества, развивать ловкость, внимание. Укреплять мышцы плеч и спины.

**Описание:** Игравшие строятся в две колонны, на расстоянии двух шагов одна от другой. В каждой стоят друг от друга на расстоянии вытянутых рук. Перед колоннами проводится черта. На нее кладутся два мяча. По сигналу «сесть» все садятся, скрестив ноги. По сигналу «передай» первые в колоннах берут мячи и передают их через голову позади сидящим, затем они встают и поворачиваются лицом к колонне. Получивший мяч передает его назад через голову, затем встает и тоже поворачивается лицом к колонне и т.д. Выигрывает колонна, которая правильно передала и не роняла мяч.

**Правила:** Передавать мяч только через голову и сидя. Вставать только после передачи мяча позади сидящему. Не сумевший принять мяч бежит за ним, садится и продолжает игру.

**Варианты:** Передавать мяч вправо или влево, поворачивая корпус.

### **Подвижная игра «Найди мяч»**

**Цель:** Развивать у детей наблюдательность, ловкость.

**Описание:** Все игравшие становятся в круг вплотную, лицом к центру. Один игравший становится в центр, это говорящий. Игравшие держат руки за спиной. Одному дают в руки мяч. Дети начинают передавать мяч друг другу за спиной. Водящий старается угадать у кого мяч. Он может попросить каждого из игравших показать свои руки, сказав «руки». Игравший протягивает обе руки вперед, ладонями кверху. Тот у кого оказался мяч или кто уронил его, становится в середину, а водящий на его место.

**Правила:** Мяч передают в любом направлении. Мяч передают только соседу. Нельзя передавать мяч соседу после требования водящего показать руки.

**Варианты:** Ввести в игру два мяча. Увеличить число водящих. Тому у кого оказался мяч дать задание: попрыгать, станцевать и т.п.

### **Подвижная игра «Два мороза»**

**Цель:** Развивать у детей торможение, умение действовать по сигналу (по слову). Упражнять в беге с увертыванием в ловле. Способствовать развитию речи.

**Описание:** На противоположных сторонах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются на одной стороне площадки. Воспитатель выделяет двух водящих, которые становятся посередине площадки между домами, лицом к детям. Это Мороз Красный Нос и Мороз Синий Нос. По сигналу воспитателя «Начинайте», оба Мороза говорят: «Мы два брата молодые, два мороза удалые. Я - Мороз Красный Нос. Я - Мороз Синий Нос. Кто из вас решится, в путь-дороженьку пуститься?» Все играющие отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз» и перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а Морозы стараются их заморозить, т.е. коснуться рукой. Замороженные останавливаются там, где их захватил мороз и так стоят до окончания перебежки всех остальных. Замороженных подсчитывают, после они присоединяются к играющим.

**Правила:** Играющие могут выбегать из дома только после слова «мороз». Кто выбежит раньше и кто останется в доме, считаются замороженными. Тот, кого коснулся Мороз, тотчас же останавливается. Бежать можно только вперед, но не назад и не за пределы площадки.

**Варианты:** За одной чертой находятся дети Синего Мороза, за другой дети Красного. На сигнал «синие», бегут синие, а Красный Мороз ловит и наоборот. Кто больше поймает.

### **Подвижная игра «Карусель»**

**Цель:** Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг.

**Описание:** Играющие образуют круг. Воспитатель дает детям шнур, концы которого связаны. Дети, взявшись правой рукой за шнур, поворачиваются налево и говорят стихотворение: «Еле, еле, еле, еле, завертелись карусели. А потом кругом, кругом, все бегом, бегом, бегом». В соответствии с текстом стихотворения дети идут по кругу, сначала медленно, потом быстрее, затем бегут. Во время бега воспитатель приговаривает: «По-бе-жа-ли». Дети бегут 2 раза по кругу, воспитатель меняет направление движения, говоря: «Поворот». Играющие поворачиваются кругом, быстро перехватывая шнур левой рукой и бегут в другую сторону. Затем воспитатель продолжает вместе с детьми: «Тише, тише, не спишите, карусель остановите. Раз, два, раз, два, вот и кончилась игра!». Движения карусели становятся все медленней. При словах «вот и кончилась игра» дети опускают шнур на землю и расходятся.

**Правила:** Занимать места на карусели можно только по звонку. Не успевший занять место до третьего звонка, не принимает участия в катании. Делать движения надо согласно тексту, соблюдая ритм.

**Варианты:** Каждый должен занять свое место. Шнур положить на пол, бегая по кругу за ним.

### **Подвижная игра «Мышеловка»**

**Цель:** Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражняться в беге и приседании, построении в круг и ходьбе по кругу. Способствовать развитию речи.

**Описание:** Играющие делятся на две неравные группы. Меньшая образует круг- «мышеловку», остальные «мыши» - они находятся вне круга. Играющие, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу, приговаривая: «Ах, как мыши надоели, все погрызли, все поели. Берегитесь же, плутовки, доберемся мы до вас. Вам поставим мышеловки, переловим всех сейчас». Дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее. По слову воспитателя: «хлоп», дети стоящие по кругу, опускают руки и приседают- мышеловка захлопнулась. Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Пойманные мыши переходят в круг и увеличивают размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями.

**Правила:** Опускать сцепленные руки по слову «хлоп». После того, как мышеловка захлопнулась, нельзя подлезать под руки.

**Варианты:** Если в группе много детей, то можно организовать две мышеловки и дети будут бегать в двух.

### **Подвижная игра «Угадай, кого поймали»**

**Цель:** Развивать наблюдательность, активность, инициативу. Упражнять в беге, в прыжках.

**Описание:** Дети сидят на стульчиках, воспитатель предлагает пойти погулять в лес или на полянку. Там можно увидеть птичек, жучков, пчел, лягушек, кузнечиков, зайчика, ежика. Их можно поймать и принести в живой уголок. Играющие идут за воспитателем, а затем разбегаются в разные стороны и делают вид, что ловят в воздухе или присев на землю. «Пора домой» - говорит воспитатель и все дети, держа живность в ладошах, бегут домой и занимают каждый свой стульчик. Воспитатель называет кого-нибудь из детей и предлагает показать, кого он поймал в лесу. Ребенок имитирует движения пойманного зверька. Дети отгадывают, кого поймали. После они снова идут гулять в лес.

**Правила:** Возвращаться по сигналу «Пора домой».

**Варианты:** Поездка на поезде (сидят на стульчиках, имитируют руками и ногами движения и стук колес).

### **Подвижная игра «Мы веселые ребята»**

**Цель:** Развивать у детей умение выполнять движения по словесному сигналу. Упражнять в беге по определенному направлению с увертыванием. Способствовать развитию речи.

**Описание:** Дети стоят на одной стороне площадки. Перед ними проводится черта. На противоположной стороне также проводится черта. Сбоку от детей, на середине, между двумя линиями, находится ловишка, назначенный воспитателем. Дети хором произносят: «Мы веселые ребята, любим бегать и скакать, ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три - лови!» После слова «лови», дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих. Тот, кого ловишка дотронулся, прежде чем играющий пересек черту, считается пойманным и садится возле ловишки. После 2-3 перебежек производится пересчет пойманных и выбирается новый ловишка. Правила: Перебегать на другую сторону можно только после слова «лови». Тот, до кого дотронулся ловишка отходит в сторону. Того, кто перебежал на другую сторону, за черту, ловить нельзя. Варианты: Ввести второго ловишку. На пути убегающих – преграда - бег между предметами.

### **Подвижная игра «Стадо и волк»**

**Цель:** Развивать умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в ходьбе и быстром беге.

**Описание:** На одной стороне площадки очерчиваются кружки, квадраты. Это постройки: телятник, конюшня. Остальная часть занята «лугом». В одном из углов на противоположной стороне находится «логово волка» (в кружке). Воспитатель назначает одного из играющих «пастухом», другого - «волком», который находится в логове. Остальные дети изображают лошадей, телят, которые находятся на скотном дворе, в соответствующих помещениях. По знаку воспитателя «пастух» по очереди подходит к «дверям» телятника, конюшни и как бы открывает их. Наигрывая на дудочке, он выводит все стадо на луг. Сам он идет позади. Играющие, подражая домашним животным щиплют траву, бегают, переходят с одного места на другое, приближаясь к логову волка.

«Волк» - говорит воспитатель, все бегут к пастуху и становятся позади него. Тех, кто не успел добежать до пастуха, волк ловит и отводит в логово. Пастух отводит стадо на скотный двор, где все размещаются по своим местам.

**Правила:** Волк выбегает из логова только после слова «волк». Одновременно с выбегающим волком все играющие должны бежать к пастуху. Не успевших встать позади пастуха, волк уводит к себе.

**Варианты:** В игру включить «водопой», нагибаются и как бы пьют воду.

### **Подвижная игра «Гуси-Лебеди»**

**Цель:** Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Упражняться в беге с увертыванием. Содействовать развитию речи.

**Описание:** На одном конце площадки проводится черта-«дом», где находятся гуси, на противоположном конце стоит пастух. Сбоку от дома - «логово волка». Остальное место- «луг». Одного воспитатель назначает пастухом, другого волком, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей пастись на луг. Гуси ходят, летают по лугу. Пастух зовет их «Гуси, гуси». Гуси отвечают: «Га-га-га». «Есть хотите?». «Да-да-да». «Так летите». «Нам нельзя. Серый волк под горой, не пускает нас домой». «Так летите как хотите, только крылья берегите». Гуси расправив крылья, летят через луг домой, а волк выбегает, пресекает им дорогу, стараясь поймать побольше гусей (коснуться рукой). Пойманных гусей волк уводит к себе. После 3-4 перебежек подсчитывается число пойманных, затем назначается новый волк и пастух.

**Правила:** Гуси могут лететь домой, а волк ловить их только после слов «Так летите, как хотите, только крылья берегите». Волк может ловить гусей на лугу до границы дома.

**Варианты:** Увеличить расстояние. Ввести второго волка. На пути волка преграда - ров, который надо перепрыгнуть.

### **Подвижная игра «Кто скорей снимет ленту»**

**Цель:** Развивать у детей выдержку, умение действовать по сигналу. Дети упражняются в быстром беге, прыжках.

**Описание:** На площадке проводится черта, за которой дети строятся в несколько колонн по 4-5 человек. На расстоянии 10-15 шагов, напротив колонн натягивается веревка, высота на 15 см. выше поднятых вверх рук детей. Против каждой колонны на эту веревку накидывается лента. По сигналу «беги» все стоящие первыми в колоннах бегут к своей ленте, подпрыгивают и сдергивают ее с веревки. Снявший ленту первым, считается выигравшим. Ленты снова вешаются, те, кто были в колонне первыми, становятся в конец, а остальные подвигаются к черте. По сигналу бегут следующие дети. И т.д.

Подсчитываются выигрыши в каждой колонне. **Правила:** Бежать можно только после слова «беги». Сдергивать ленту только напротив своей колонны. **Варианты:** Поставить на пути бега препятствия. Протянуть веревку на расстоянии 40 см., под которую нужно подлезть, не задев ее. Провести две линии на расстоянии 30 см., через которые надо перепрыгнуть.

### **Подвижная игра «Быстрее по местам»**

**Цель:** Развивать ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в быстром беге, ходьбе, подпрыгивании.

**Описание:** Дети стоят в кругу на расстоянии вытянутых рук, место каждого отмечается предметом. По слову «бегите», дети выходят из круга, ходят, бегают или прыгают по всей площадке. Воспитатель убирает один предмет. После слов «по местам», все дети бегут в круг и занимают свободные места.

Оставшемуся дети хором говорят «Ваня, Ваня, не зевай, быстро место занимай!»

**Правила:** Место в кругу можно занимать только после слов «По местам». Нельзя оставаться на месте после слова «бегите».

**Варианты:** В начале игры не прятать кубик, чтобы никто не оставался без места. Убрать 2 или 3 кубика. Зимой втыкают в снег флажки.

## **Консультация для родителей «Роль подвижных игр в современной жизни детей дошкольников»**

С давних времен и по сей день дети дошкольного возраста постоянно нуждаются в движении. Ежедневно среднестатистический дошкольник тратит массу времени и сил на образовательную деятельность в ДОУ. Дома, как правило, большинство родителей, мало уделяют времени подвижному образу жизни своих детей. Большинство детей в основном занимаются просмотром мультфильмов, увлекаются компьютерными технологиями или предоставлены сами себе. Хотя достоверно известно, что дети, которые постоянно находятся в движении, значительно меньше болеют, крепче спят и быстрее развиваются физически.

Что же поможет улучшить физическое, а вместе с тем и эмоционально-умственное развитие ребенка? Конечно же, подвижные игры.

В педагогике подвижные игры являются методом всестороннего развития индивидуальности ребенка, ведь в играх воспитывается коллективизм. Проявляются такие ценные качества, как сила, выносливость, ловкость, сообразительность, честность, правдивость, выдержка, самообладание, самоконтроль. В игре дети лучше познают окружающий их мир, у них развивается пространственное воображение, дети получают много положительных эмоций, ощущение радости, восторга.

В подвижные игры включаются все основные виды движений, таких как ходьба, бег, метание, бросание, ловля, различные лазания, ползания, равновесие, а также некоторые специальные движения для развития и укрепления отдельных групп мышц.

Мир подвижных игр очень разнообразен, но очень полезно знать какие именно виды игр любит играть ваш ребенок, и какие игры можно освоить вместе с ребенком для всестороннего и гармоничного развития.

Классификация и характеристика подвижных игр.

Игры классифицируются: по сложности, по двигательному содержанию, по степени физической нагрузки, по использованию пособий и снарядов, по преимущественному формированию физических качеств.

### *Подвижные игры делятся на:*

**1. Подвижные игры с правилами (простые).**

**2. Игры с элементами спортивных игр (сложные).**

Подвижные игры с правилами подразделяются на:

**1. Сюжетно-ролевые игры** - это игры, в которых действия детей определяются сюжетом и роль, которую они активно выполняют. В основном правила у таких игр несложные.

Являются обязательными для всех участников и позволяют регулировать поведение детей. В сюжетно-ролевых играх может участвовать разное количество детей.

Я рекомендую для детей и родителей поиграть в такие сюжетно-ролевые игры, как «Кошка с котятами», «Два мороза», «Пираты», «Мушкетеры», «Гонщики», «Я- шофер», «Почта», «Парикмахерская», «Путешествие на машине».

**2. Бессюжетные игры**-это игры, основанные чаще всего на беге с ловлей и увертыванием. Эти элементы делают игры особенно подвижными, эмоциональными, требующими от детей особой быстроты, ловкости движений.

К этой же группе следует отнести и игры, которые проводятся с использованием определенного набора пособий, предметов и основаны на бросании, метании, попадании в цель. Эти игры могут проводиться с небольшими группами детей.

Примеры игр «Найди свой цвет», «Догони мяч», «Найди свой домик», «Поймай, беги», «Пролезь под веревочку».

**3. Игровые упражнения** - основаны на выполнении определенных двигательных заданий (прыжки, метание, бег), и направлены на упражнение детей в определенных видах движения. Игровые упражнения могут быть организованы для небольшой группы детей.

Примеры игр: «Лягушки», «Попади в цель», «Кто быстрее?», «Метатели ядра».

**4. Игры с элементами соревнования.**

К данному виду игр относятся игры-эстафеты, которые также основаны на выполнении определенных двигательных заданий и не имеют сюжета, но в них есть элемент соревнования, побуждающий к большой активности, к проявлению различных двигательных и волевых качеств (быстроты, ловкости, выдержки, самостоятельности).

Примеры игр-эстафет: «Кто самый быстрый?», «Самый меткий», «Пронеси олимпийский огонь», «Силачи», «Пограничники», «Посади картофель», «Полоса препятствий», «Собери урожай».

**5. Игры – забавы, аттракционы.**

В основном проводятся на вечерах досуга, физкультурных праздниках. Также игры- забавы можно проводить и с семьей на улице. Это веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющее много радости. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и требуют двигательных умений, ловкости, сноровки.

Примеры игр: «Скачем на лошадке», «Карусели», «Солнышко и дождик», «Прыгают зайки», «Мы на лодочке плывем», «Снежки», «Попрыгунчики».

Игры с элементами спортивных игр (сложные).

Игры, такие как бадминтон, футбол, баскетбол, волейбол, бадминтона и др. В этих играх используются сложные элементы техники и правил, которые будут доступны и полезны детям старшего дошкольного возраста.

Благодаря большому разнообразию подвижных игр можно разносторонне воздействовать на развитие ребенка. Особую роль в воспитании играют сами правила игры. Они имеются даже в самых простых играх. Правила созданы для того, чтобы действовать в соответствии с ролью: к примеру, как можно быстрее убежать от водящего или допрыгнуть до какого-либо ограничителя, и т. п. Выполнение правил в подвижных играх очень организует и дисциплинирует детей, приучает действовать согласованно, подчиняться общим правилам, помогать друг другу.

Подвижные игры для дошкольников можно использовать не только в ДОУ для того, чтобы решить педагогические задачи, такие как совершенствование движений, развитие и воспитание физических качеств при выполнении более сложных игровых действий, игровой ситуации, условий требующих определенных усилий от детей, но и на прогулке вместе с семьей, так как это объединяет членов семьи, мотивирует детей и способствует оздоровлению населения в целом. Я рекомендую проводить подвижные игры с малышами любого возраста каждый день. Начинать игру лучше утром, (так как игры в утреннее время лучше всего происходит процесс усвоения навыков игры) примерно через час -полтора после завтрака. Вечером же подвижные игры следует проводить на улице.

Выбирая игру, уважаемые родители, учитывайте, чем до этого момента занимался ваш малыш. Если же ваш ребенок был занят умственной деятельностью, то ее лучше отложить, поиграйте с ним веселую подвижную игру.

Подвижные игры, рекомендуемые для взрослых и детей дошкольников на улице и дома. Данные игры развивают у детей и взрослых ориентировку в пространстве, внимание, координационные способности, силу, ловкость, смекалку. В играх используется минимум оборудования, что не усложняет правил игры. И самое главное, родители и дети получают положительные эмоции.

### **«Жмурки»**

Это замечательная, очень веселая подвижная игра в которой могут принимать участие взрослые и дети. В жмурки можно играть дома, но лучше всего играть на улице.

### **Правила игры.**

Сначала выбирают водящего. Завязывают ему глаза. Остальные игроки встают вокруг него лицом в центр круга. По сигналу водящий начинает ловить участников, те убегают от него. Игрока, которого поймали, водящий должен угадать на ощупь, не развязывая глаза. Если угадывает, то пойманный, становится водящим.

Выигрывает тот, кого поймали наименьшее количество раз, или не поймали вообще.

### **Подвижная игра «Колечко».**

Также могут играть взрослые и дети. Все участники садятся на скамеечку или становятся в ряд друг за другом. Ведущий берет колечко, или какой-либо другой мелкий предмет и делает вид, что кладет это колечко в ладошки каждому из игроков. Затем он говорит: «Колечко, колечко выйди на крылечко!» и тот, у кого действительно колечко осталось ладошках, старается быстро соскочить вперед, а другие участники пытаются не дать ему это сделать. Если игроку удалось выскочить, то он становится на место ведущего.

### **Игра «веселые кролики»**

Как правило, данная игра проводится на прогулке. Организатором игры является взрослый. Площадка делится попалам. На одной площадке, где проводится игра, дети и родители рисуют одинаковые круги - это будут клетки кроликов, там ставятся несколько стульчиков по количеству игроков. К стульчикам вертикально ставят обручи. На другой стороне площадки находится стул – это дом сторожа, а пространство между кроликами и сторожем - луг. Дети «разобравшись» по группам встают в круги и изображают кроликов, затем взрослый говорит: «Кролики сидят в клетках» и по очереди выпускает кроликов погулять. Кроликов выпускают они на полянке бегают, прыгают. Когда дети услышат: «Скорей в клетку», они бегут туда и пролезают в обруч.

### **Игра в «Прятки»**

С помощью жребия или считалки участниками игры выбирается водящий. Игроки предварительно договариваются, до сколько будет считать водящий. После этого водящий отворачивается к стенке и считает вслух, а остальные прячутся, кто куда сможет.

Задача игроков: после окончания счета успеть "постучать " до того, как его найдет водящий.

Задача водящего: найти всех игроков. Первый найденный участник и станет следующим водящим.

### **Игра «Удочка».**

Игра подходит для большой группы человек.

Играющие, встают на площадке в круг, изображая плавание рыбок. В центре круга располагается взрослый (мама или папа)-рыбак в руках у него скакалка. Задача «Рыбака» поймать рыбок, крутя скакалку по кругу. Кого поймали из игры выходит.

### **Игра «Шагаем дружно по дорожке».**

Игру лучше проводить дома. В игре принимают участие мама и ребенок ясельного возраста.

Оборудование: цветной шнур, веревка примерно 1,5-2м.

На полу комнаты цветным шнуром, ли веревкой обозначается линия. Мама с ребенком становятся друг за другом за линией. Мама предлагает малышу «погулять по дорожке».

Говорит ему слова:

Дружно по дорожке,

Дружно по дорожке

Шагают наши ножки:

Раз, два, раз, два —

Шагают наши ножки.

По кочкам, по камешкам,

По кочкам, по камешкам...

В ямку — бух!

Ребенок двигается за мамой вдоль линии. На слова «по кочкам, по «кочкам по маленьким пенечкам»( произносят имя ребенка) шел и в ямку-бух. Они вместе прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед, руки на поясе; на слова «в ямку — бух!» садятся на корточки, руки кладут на колени. После слов мамы: «Вылезли из ямки», ребенок вместе с ней встает на ноги.

Я рекомендую проводить подвижные игры с малышами любого возраста каждый день. Начинать игру лучше утром (так как игры в утреннее время лучше всего происходит процесс усвоения навыков игры), примерно через час - полтора после завтрака. Вечером же подвижные игры следует проводить на улице, так как в это время у ребенка лучше развита физическая активность.

Выбирая игру, уважаемые родители, учитывайте, чем до этого момента занимался ваш малыш. Если же ваш ребенок был занят умственной деятельностью, то ее лучше отложить, поиграйте с ним веселую подвижную игру.

## **Консультация для воспитателей «Подвижные игры как средство физического и всестороннего развития дошкольников»**

Современные дети мало двигаются, меньше, чем раньше играют в подвижные игры из-за привязанности к телевизору и компьютерным играм. По результатам анкетирования всего 7% уделяют внимание подвижным играм. Подвижная игра – важное средство физического воспитания детей дошкольного возраста. Она способствует физическому, умственному, нравственному, эстетическому развитию ребенка, оздоровлению и укреплению организма ребенка, повышению двигательной активности, закаливанию и тем самым профилактике заболеваний.

Игра - исключительно ценный способ вовлечения ребенка в двигательную деятельность. По определению П. Ф. Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждают ребенка к определенным умственным и физическим усилиям.

Игры, используемые для физического воспитания в детском саду, можно разделить на 2 большие группы: подвижные и спортивные.

Спортивные игры - высшая ступень развития подвижных игр. Они отличаются от подвижных едиными правилами, определяющими состав участников, размеры и разметку площадки, продолжительность игры, оборудование и инвентарь и др., что позволяет проводить соревнования различного масштаба.

Планируя подвижные игры, следует учитывать:

- общий уровень физического и умственного развития,
- уровень развития и двигательных умений,
- состояние здоровья каждого ребенка,
- индивидуальные типологические особенности,
- время года,
- особенности режима дня,
- место проведения игры,
- интересы детей.

Рассмотрим образовательное, воспитательное, оздоровительное значение подвижных игр.

Образовательное значение подвижных игр заключается, прежде всего, в прекрасной возможности получения ребенком новых системных знаний о подвижных играх как средстве и методе физического воспитания, самосовершенствования, о возможностях своих телесно-двигательных проявлений в игре, самопознании.

В подвижной игре, ее различных ситуациях ребенок имеет реальные возможности для познания своего внутреннего «Я», для создания собственных представлений о своем влиянии на среду, о месте и роли в

коллективе играющих. Игра дает широкие возможности для познания посредством активной деятельности реального мира, уверенного вхождения ребенка в мир социума.

Воспитательное значение подвижных игр, прежде всего, основывается на их коллективном характере, что предопределяет личностные проявления и особенности коллективных действий ребенка. Коллективные подвижные игры призваны развивать в детях чувство товарищества, ответственности за собственные действия, солидарности с действиями партнеров и деления ответственности за их действия.

Воспитательное значение подвижных игр заключается в объективной оценке каждым игроком его роли в содержании и организации игры. Педагогическое мастерство организатора подвижной игры заключается в создании представления о несомненной важности каждой роли участника, о каждой выполняемой функции в организации и ведении игры.

Оздоровительное значение подвижных игр выражается в конкретном влиянии применения их средств на развитие двигательных качеств и достижение кондиционного уровня физической подготовленности ребенка. Технологически верное применение ценностей подвижных игр с обязательным учетом психофизических особенностей детей определенного возраста является важным условием благотворного воздействия на рост антропометрических показателей, достижение оптимальных для возраста весоростовых показателей, опорного и суставно-связочного аппарата, мышечной системы детей, их осанки, положительного взаимовлияния практически всех систем и функций организма.

Подвижная игра, всегда связана с эмоциями — сменой положительных, в случае хорошего ситуационного, промежуточного и конечного результата, на отрицательные — при неудачах. Смена эмоций средствами игры является важнейшим способом укрепления нервной системы, развития в ребенке самоуправляемости, контроля нервных проявлений управления эмоциями. Подвижные игры различаются по содержанию, по характеру двигательных заданий, по способам организации детей, по сложности правил.

### **Можно выделить следующие большие группы подвижных игр:**

1. Сюжетные игры, в которых действия детей определяются сюжетом и той ролью, которую они выполняют. Несложные правила являются обязательными для всех участников и позволяют регулировать поведение детей. В сюжетных играх может участвовать разное количество детей — от 10 до 25 человек. Для сюжетных игр характерны роли с соответствующими для них двигательными действиями. Сюжет может быть образный ("*Медведь и пчелы*", "*Зайцы и волк*", "*Воробышки и кот*") и условный ("*Ловишки*", "*Пятнашки*", "*Перебежки*").
2. Игры без сюжета — игры типа разнообразных, ловишек — основаны чаще всего на беге с ловлей и увертыванием. Наличие этих элементов делает игры

особенно подвижными, эмоциональными, требующими от детей особой быстроты, ловкости движений. К этой же группе следует отнести и игры, которые проводятся с использованием определенного набора пособий, предметов и основаны на бросании, метании, попадании в цель. Эти игры могут проводиться с небольшими группами детей — 2 — 4 человека. В бессюжетных играх ("*Найди себе пару*", "*Чье звено быстрее построятся*", "*Придумай фигуру*") все дети выполняют одинаковые движения.

3. Игровые упражнения основаны на выполнении определенных двигательных заданий (*прыжки, метание, бег*) и направлены на упражнение детей в определенных видах движения. Игровые упражнения могут быть организованы для небольшой группы детей. Выполнение движений в них может проходить как одновременно, так и поочередно. Удобно проводить такие упражнения и с отдельными детьми. В них отсутствуют правила в общепринятом смысле. Интерес у играющих детей вызывают привлекательные манипуляции предметами. Самых маленьких игровые упражнения подводят к играм.

4. Игры с элементами соревнования, несложные игры-эстафеты также основаны на выполнении определенных двигательных заданий и не имеют сюжета, но в них есть элемент соревнования, побуждающий к большой активности, к проявлению различных двигательных и волевых качеств (*быстроты, ловкости, выдержки, самостоятельности*). Этим они существенно отличаются от бессюжетных игр.

5. Особую группу составляют хороводные игры. Они проходят под песню или стихотворение, что придает специфичный оттенок движениям.

6. Самостоятельную группу представляют игры спортивного характера: бадминтон, игры типа баскетбола, волейбола, футбола и др. В этих играх используются несложные элементы техники и правил спортивных игр, которые доступны и полезны детям старшего дошкольного возраста и будут необходимы для занятий этими видами игр в более старших, возрастах.

Важные воспитательные функции несут правила игры. Они имеются даже в самых простых играх. Правила создают необходимость действовать в соответствии с ролью: как можно быстрее убежать от водящего, подпрыгивать легко и высоко, как зайчики или мячики, и т. п. Если правила не выполняются, игра теряет смысл, перестает быть интересной для детей.

По своей организации подвижные игры чаще всего коллективны, в них могут объединяться от 2 до 25 детей.

В структуре подвижной игры выделяют содержание, двигательные действия и правила.

Содержание игры определяется движениями, которые входят в состав той или иной игры. Правила в подвижной игре носят организующий характер: они определяют ход игры, последовательность выполнения действий, взаимоотношения участников игры, поведение каждого играющего. Правила показывают, как должны вести себя все дети во время игры. Например, в игре «*Гуси-лебеди*» первое правило требует, чтобы «*гуси*» находились на лугу

до тех пор, пока их не позовет «*хозяйка*», и бежать им можно только на окончание слов диалога.

Второе правило запрещает «*волку*» ловить «*гусей*» раньше, чем они побегут домой. При этом «*волк*» имеет право только пятнать «*гусей*», а «*гуси*» должны считать себя пойманными, если «*волк*» до них дотронется. Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны. Они могут быть, например, подражательными, образно-творческими, ритмическими; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств. Все двигательные действия могут выполняться в самых различных комбинациях и сочетаниях. Подвижные игры - игры с правилами. В детском саду используются преимущественно элементарные подвижные игры.

Подвижные игры различают по двигательному содержанию, иначе говоря, по доминирующему в каждой игре основному движению (игры с бегом, игры с прыжками и т. д.)

По динамическим характеристикам различают игры малой, средней и большой подвижности.

Подвижные и спортивные игры проводятся на занятиях по физической культуре, а также на прогулках. На каждый месяц планируется 2-3 новые игры и повторение 4-5 уже знакомых подвижных игр.

Специфика подвижной игры состоит в молниеносной, мгновенной ответной реакции ребенка на сигнал «*Лови!*», «*Беги!*», «*Стой!*» и др.

### **Методика проведения подвижной игры с дошкольниками Консультация для педагогов ДОО**

Практика показывает, что воспитатели, осваивая с детьми новую подвижную игру, часто ограничиваются лишь двумя этапами: разучиванием игры и ее закреплением, опуская третий этап — совершенствование движений в подвижной игре.

На слайде вы видите этапы развития подвижной игры

1. Выбор игры
2. Создание интереса детей к игре
3. Сбор на игру
4. Организация играющих
5. Объяснение правил игры
6. Распределение ролей
7. Разметка площадки
8. Раздача инвентаря и атрибутов
9. Сигнал на начало игры
10. Проведение игры
11. Сигнал на окончание игры
12. Педагогический анализ игры

Важно помнить, что исключение хотя бы одного этапа в развитии игры влечёт за собой быструю потерю интереса детей к участию в предлагаемой игре.

Порядок этапов может меняться местами, в зависимости от содержания игры, но нельзя нарушать №№ 9,10,11,12.

Подготавливаясь к рабочему дню, воспитатель заранее подбирает игры по возрастной принадлежности, двигательному содержанию, эмоциональности и интенсивности игрового действия.

Важно правильно организовать игру в зависимости от содержания, очередности выполняемых заданий, возраста детей. Необходимо варьировать способы организации игр в зависимости от структуры и характера движений

## ***Выводы***

Подвижная игра, имеет важное значение, для ребенка. Бесспорно, игра обучает и воспитывает детей. Она является жизненной потребностью его и средством всестороннего развития. В подвижных играх дети становятся деятельными, радуются, смеются. Имея возможность действовать самостоятельно, они знакомятся с окружающим миром, приобретают опыт, навыки. В игре ребенок встречается с различными предметами, знакомится с ними, часто догадывается самостоятельно, что можно с ними делать. Таким образом, у него развивается сообразительность.

Общаясь с другими детьми, ребенок учится играть вместе, помогать или уступать товарищам, делится игрушками, согласовывать свои действия с действиями другого, развивать свою речь приучается к организованности. В игре ребенок учится преодолевать трудности, следовательно, у него воспитываются и волевые качества: настойчивость, выдержка. Роль подвижных игр в системе физического и спортивного воспитания огромна. Подвижная игра, как и любая другая сопровождает человека все его детские годы, подвижные игры не только укрепляют здоровье и развивают организм, но они также являются средством культурно – нравственного воспитания и приобщения человека к обществу. Подвижные игры прививают ребенку культурное наследие его окружающего общества, подготавливают к выходу в большой мир.

Таким образом, подвижные игры необходимы для единства психофизического, интеллектуального, нравственного, эмоционального воспитания; для достижения полной гармонии с самим собой и с окружающим миром; для возможности реализации свободы и выбора действий, что является необходимым для качественной подготовки детей. Физическое воспитание детей играет большую роль. Оно воспитывает в них здоровый дух, помогает им в дальнейшем, добиться успехов, быть физически подготовленным к трудностям. Физически воспитанные дети становятся здоровыми людьми и полноценными гражданами в обществе. Особое значение подвижных игр заключается в том, что они широко доступны, людям самого разного возраста. Подвижные игры, несмотря на огромное разнообразие, отражают такие общие характерные черты как взаимоотношение играющих, с окружающей средой и познание реальной действительности. Необходимо поощрять двигательную активность ребенка, так как большие энергозатраты способствуют не только восстановлению, но и накоплению, что является основным фактором для обеспечения роста и развития организма. Подвижная игра характеризуется как многоплановое, комплексное по воздействию, педагогическое средство воспитания. Комплексность выражается в формировании двигательных навыков, развитии и совершенствовании жизненно важных физических, умственных и морально-волевых качеств.

## **Список используемой литературы:**

1. Болотина Л.Р., Комарова Т.С., Баранова С.П. Дошкольная педагогика: Учеб. Пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. – 3 издание стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 1998 г. – 240 стр.
2. Венгер Л.А.,Э.Г. Пилюгина, Н.Б. Венгер. Воспитание сенсорной культуры ребенка. – М.: «Просвещение», 1988 г.
3. Венгер Л.А., Мухина В.С. Психология. – Москва.:Просвещение, 1988. – 336с.
4. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. СПб.:Союз, 1997. – 222с.
5. Выготский Л.С. Психология. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008с.
6. Доронова Т.Н., Якобсон С.Г., Соловьева Е.В., Гризик Т.И., Тербова В.В. Радуга: программа воспитания, образования и развития детей дошкольного возраста в условиях детского сада. - М.: «Просвещение», 2003 г. – 78 стр.
7. Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика. – М.: Академия, 2000. – 416с.
8. Эльконин Д.Б. Детская психология (Развитие ребенка от рождения до семи лет). – М.: Учпедгиз, 1960. – 323с.

**Интернет-ресурсы:** [www.maam.ru](http://www.maam.ru), [nsportal.ru](http://nsportal.ru)

Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального образования  
«Краснодарский институт повышения квалификации  
и профессиональной переподготовки»

**ДИПЛОМ**  
О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

382812485588

Регистрационный номер

1-2/1812-20

Город

Краснодар

Дата выдачи

18 декабря 2020 года

Настоящий диплом выдается на имя, имя

**Дегтярева  
Майя Владимировна**

в период с 07.09.2020г. по 18.12.2020г.

курса(а) профессионального переподготовку в (на)

**АНО ДПО «Краснодарский институт повышения квалификации  
и профессиональной переподготовки»**  
по программе дополнительного профессионального образования

**Дошкольная педагогика и психология.**

**Воспитание и развитие детей в ДОО**

Решением межкомиссионной комиссии от

18.12.2020 г. протокол № 1/18.12.20

дипломом подтверждает присвоение квалификации

**Воспитателя**

в сфере педагогической деятельности по реализации  
программ дошкольного образования

и дает право на ведение профессиональной деятельности по специальности

**Дошкольная педагогика**



Председатель комиссии

Иванкина Е.Ю.

Руководитель

Чубы А.Н.

Секретарь

Михайлова С.М.