

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СИНЕГЛАЗКА»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК

***ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОПИЛКА***  
***«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА ПРОГУЛКЕ»***

Подготовила  
инструктор по ФИЗО  
Капизова Л.Г.

Игры и развлечения – неперенные спутники жизни детей в семье и дошкольных учреждениях. Дети дошкольного возраста играют в самые разнообразные игры: Подвижные, дидактические, творческие – ролевые, строительные, игры – драматизации и др. В руках педагога эти многообразные игры представляют собой важное средство всестороннего развития и воспитания ребенка.

Особенно полезны игры на свежем воздухе. Во время игр на просторе, в природных условиях у детей формируются умения использовать приобретенные навыки в многообразных жизненных ситуациях. У них развивается ловкость, быстрота, они становятся сильными и выносливыми, приучаются действовать смело, проявляя активность, настойчивость, инициативу и самостоятельность. У детей воспитывается чувство дружбы и товарищества, взаимопомощи и честности. Чаще всего подвижные игры используют в целях **двигательной активизации детей**. В подвижных играх и развлечениях целесообразно использовать естественные условия местности (пеньки, канавы, деревья, пригорки и др.), а также природный материал (шишки, палки, каштаны, камешки).

Хотя решающая роль в руководстве играми принадлежит воспитателю, очень важно побуждать детей к самостоятельности и проявлению творческой инициативы при организации и проведении игр. Надо стремиться к тому, чтобы старшие дошкольники научились играть в подвижные игры по собственному побуждению, выполняя основные правила игры, доводя её до конца. Старших ребят надо приучать к совместным играм с малышами, оказывать им помощь в выборе игр, участвовать в играх в качестве водящего, следить за ходом игры, подсказывать, напоминать правила и т.п.

Но так как игры очень эмоциональны и привлекательны для детей, то увлекшись игрой, они могут переутомляться. Признаком переутомления является снижение интереса к виду деятельности, и чтобы у детей сохранялось бодрое состояние, необходимо следить за чередованием игр, чтобы игры с высокой двигательной активностью разумно сочетались с более спокойными видами деятельности.

Очень важно учитывать индивидуальные возможности и способности детей. Игры и упражнения посложнее, можно предложить более подготовленным детям. Детей с некоторой задержкой двигательного развития, физически более слабых необходимо систематически привлекать к участию в доступных играх, усложняя их постепенно.

Дети младшего дошкольного возраста довольно активны, они много двигаются, ходят, бегают, лазают и т.п. Однако их опыт невелик, движения недостаточно координированы, малыши не владеют еще рядом навыков, поэтому часто содержание их деятельности однообразно. Для повышения активности и обогащения движений малышей большое значение имеет создание условий, использование различных предметов, игрушек (мячей, шариков, обручей, кубиков, вожжей, скакалок и т.п.), побуждающих их к различным действиям. Организация двигательной и игровой деятельности младших дошкольников требует постоянного внимания педагога, его помощи и даже непосредственного участия в играх и упражнениях малышей.

Дети 5-6 лет более активны и самостоятельны, чем младшие дошкольники. Их привлекают более сложные задания, но несмотря на это, дети старшего возраста нуждаются в помощи и руководстве взрослого при организации подвижных игр и развлечений. Дети должны научиться:

- ❖ Начинать и прекращать игры по сигналу воспитателя;
- ❖ Быстро и четко занимать места для начала игры;
- ❖ Играть честно, без обмана;
- ❖ Во время ловли не ударять товарищей, не хватать за одежду, а легко касаться рукой;
- ❖ Не наталкиваться во время бега на других, уметь ловко увернуться;
- ❖ Не убегать далеко за границы площадки;
- ❖ Если во время игры кто-то упал – не смеяться, а наоборот, помочь подняться;
- ❖ Играть дружно, не зазнаваться при победе, но и не унывать после проигрыша.

Чтобы у детей не возникали споры из-за того, кто будет водящим, нужно научить ребят простым народным считалкам. Дети быстро их запоминают и могут пользоваться ими самостоятельно. В хорошую погоду весеннюю, летнюю или осеннюю, когда одежда детей достаточно легкая и удобная, на свободной площадке можно провести разнообразные пробежки, перебежки, игры с бегом.

1. Пробежать в спокойном темпе как можно дальше и дольше.
2. Пробежать по краям площадки или по ровной дорожке, высоко поднимая колени.
3. Пробежать, забрасывая ноги назад.

4. Пробегать, перешагивая на бегу линии, начерченные на расстоянии 1,5 – 2м.
5. Бежать, перешагивая через палки, рейки, положенные на землю или приподнятые на высоту 15 – 20 см.

Для детей 3 – 4 лет можно устраивать пробежки, начиная с самых простых.

1. Дети по указанию воспитателя все бегут на другую сторону площадки.
2. Бег в колонне по одному. В начале, небольшими группами, постепенно увеличивая количество детей.
3. Бегать парами вокруг площадки или посередине, по длинной или широкой дорожке.
4. **Лошадки.** Один - лошадка, другой – кучер, затем меняются ролями. Можно бегать по дорожке площадки
5. **Конники.** 5 – 6 детей садятся на палки верхом и скачут в противоположную сторону, изображая конников.
6. **Догони мяч.** Дети стоят на одной стороне площадки. Дети по очереди догоняют мяч, брошенный воспитателем и кладут его в корзину.
7. **Догони обруч.** Воспитатель сам катит обруч, а ребенок догоняет и подхватывает обруч, пока он катится.
8. **Пробеги и не сбей.** По прямой линии расставляют несколько (4-5) кеглей на расстоянии 1м. Дети пробегают змейкой между ними, стараясь не зацепить. Вместо кеглей можно использовать кубы, пенечки и т.п.
9. **Принеси предмет.** Дети находятся на одной стороне площадки, а на другой стороне воспитатель раскладывает предметы (погремушки, флажки, игрушки) и предлагает детям добежать и принести игрушку. Задание может усложняться, если на пути установить препятствия.
10. **Пробеги с вертушкой.** Чем быстрее бежать, тем быстрее вертится вертушка.
11. **Шире шаг.** Воспитатель чертит несколько линий или кружков на расстоянии 35-40см. Дети бегут, перешагивая через линии или из кружка в кружок.
12. **По узенькой дорожке.** Воспитатель чертит на земле две прямые или зигзагообразные линии (на расстоянии 15-20см) длиной 4-5м. Дети должны пробежать по узкой дорожке, не наступая на линии.

Также использовать уже знакомые игры:

- ❖ «Воробышки и кот»,
- ❖ «Не забегай в круг»,
- ❖ «Лохматый пес»,
- ❖ «Курочка – хохлатка»,
- ❖ «Солнышко и дождик»
- ❖ «Подпрыгни выше», «Дотронься до мяча», «Позвони в колокольчик», «Поймай бабочку», «Мой веселый звонкий мяч», «Из кружка в кружок», «Зайка беленький сидит», и т.д.

Для детей 5 – 6 лет на прогулке играть в перебежки с усложнением:

1. **«Перенеси предмет».** Можно играть с элементами соревнования.
2. **«Бег на перегонки».**
3. **«Догони пару».**
4. **Пробежки со скакалками.** В разных вариантах.

Использовать уже знакомые игры:

- ❖ «Ловишки – перебежки», «Ловишки в кругу», «Ловишки с мячом» и т.п.
- ❖ «Ноги от земли»,
- ❖ «Третий лишний»,
- ❖ «Пустое место»,
- ❖ «Веселые соревнования» и т. д.

Также после оттепели появляется возможность играть в «классы» с разными вариантами, кататься на велосипедах, прыгать и бегать с различными атрибутами и т.п.

Рекомендованные игры, забавы просты, почти все доступны детям младшего дошкольного возраста, но и привлекательны для старших дошкольников. Разнообразные двигательные задания дети могут выполнять по группам, по очереди, при этом можно организовать увлекательные соревнования между группами.