

«Малоподвижные игры»

Подвижные игры достаточно широко используются в качестве самостоятельной формы работы по физическому воспитанию. А вот в малоподвижные игры в настоящее время дети играют нечасто. Причина? Игр не так много, как было бы нужно. Постараемся заполнить этот пробел.

Малоподвижные игры помогают снизить физическую нагрузку, т.е. постепенный переход от возбужденного состояния к спокойному. Эти игры не требуют подробного объяснения правил: взрослый показывает движения сам или выбирает для этого кого-либо из детей.

Игры малой подвижности способствуют развитию памяти, сообразительности и наблюдательности, координации движений и быстроты реакции, ориентировки в пространстве и двигательных умений. Кроме того, они доставляют детям удовольствие, создают хорошее настроение, что немаловажно.

В эти игры дети могут играть со взрослыми, с друзьями, с братьями и сёстрами. Предлагаем вам некоторые игры. Они не потребуют большого пространства, доступны в любую погоду и в любое время года. В них с удовольствием играют и младшие дошкольники (с помощью взрослого), и старшие (самостоятельно).

«Ты медведя не буди!»

Дети образуют круг, взявшись за руки. Хороводом идут по кругу вместе со взрослым, который произносит текст.

Как на горке снег, снег И под горкой снег, снег.

Поворачиваются в обратную сторону, идут хороводом.

И под ёлкой снег, снег, И на ёлке снег, снег.

Идут к центру круга. А под ёлкой спит медведь.

Тише, тише! Не буди, Сядь на место, не шуми! (Присаживаются на корточки.)



«Воздушный шар».

Дети образуют круг, взявшись за руки. Вместе со взрослым идут по кругу. Взрослый говорит слова:

С мамой в магазин ходили, Шар воздушный там купили.

Будем шарик надувать, Будем с шариком играть.

Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, держаться за руки, выполняют «пружинку».

Шар воздушный, надувайся! Шар воздушный, раздувайся!

Идут назад маленькими шагами – надувают шар.

Надувайся большой Да не лопайся!

Хлопают в ладоши. Шар воздушный улетел,

Да за дерево задел И... лопнул!

Поднимают руки, покачивают ими из стороны в сторону; затем ставят руки на пояс, медленно приседают, произнося: «ш-ш-ш».

«Ровным кругом».

Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, читая стихотворение:

Ровным кругом друг за другом Мы идём за шагом шаг.

Стой на месте, дружно вместе Сделаем вот так!

С окончанием слов останавливаются и повторяют движение, которое показывает взрослый или кто-либо из детей, например поворачиваются, наклоняются, приседают и т.д.



«Угадай по голосу».

Играющие стоят по кругу; водящий выходит в середину, закрывает глаза. Дети идут по кругу со словами:

Мы немножко порезвились, По местам все разместились.

Ты, Алёша (Наташа), отгадай, Кто позвал тебя, узнай.

С окончанием слов дети останавливаются. Взрослый показывает на кого-нибудь из играющих. Тот называет водящего по имени. Водящий, не открывая глаз, должен отгадать, кто его позвал. Если отгадывает – меняется с ним местами. Если ошибается – снова закрывает глаза.

Игра повторяется.

«Съедобное – несъедобное».

Дети стоят в кругу. Водящий говорит задуманное слово и бросает мяч одному из детей. Если задумано что-нибудь съестное (фрукты, овощи, сладости и др.), то ребёнок должен поймать мяч. Если слово обозначает несъедобное, мяч ловить нельзя. Ребёнок, не справившийся с заданием, становится водящим, игра повторяется.



«Летает – не летает».

Дети садятся или становятся полукругом. Ведущий называет различные предметы. Если это то, что летает, дети поднимают руки вверх; если то, что не летает, приседаем.

Ведущий может сознательно ошибаться. Задача детей – не допустить ошибки.

Ведущий может сознательно ошибаться. Задача детей – не допустить ошибки.

«Делай наоборот».

Дети стоят в рассыпную. Ведущий показывает движения, дети должны повторить их, но в противоположную сторону.

(например, ведущий наклоняется вправо, дети – влево;

ведущий делает шаг вперед, дети – назад.