

Здоровый ребенок- счастье семьи. Именно дошкольный возраст является важнейшим периодом, когда формируется личность ребенка и закладываются основы физического здоровья.

Систематические занятия физкультурой, подвижные игры и упражнения положительно влияют на процессы роста и развития детского организма. Подвижные игры, нормализуя моторную функцию ребенка, помогают решать и ряд других задач:

- повышают активность;
- развивают подражательность, формируют игровые навыки;
- совершенствуют речь;
- поощряют творческую активность детей.

При проведении игры опирайтесь на следующую схему:

1. **Подготовительный этап игры.** Игра не должна включать даже малейшую возможность риска, угрожающего здоровью детей. Заранее подготовьте место и дополнительные материалы и атрибуты для проведения игр.
2. **Вводная по игре.** Расскажите о правилах игры. Старайтесь говорить четко, кратко, на языке понятном детям, уточняйте, что они поняли из правил.
3. **Выбор водящих.** Водящего можно назначить, а лучше выбрать с помощью жребия или считалочки.

**4. Сама игра.** Вы принимаете активное участие в игре и следите за исполнением всеми участниками заданных правил, смотрите, как ребята общаются во время игры, чтобы не допустить грубость между участниками.

**5. Итог игры.** Каждая игра должна иметь логическое завершение. Это может быть: подведение итогов и объявление победителей, поощрение всех участников по номинациям, вывод, отвечающий смыслу игры или, как минимум, одобрение и похвала. Поддерживайте активный, творческий подход к игре. Дети большие фантазеры и выдумщики.



**«У кого?»**

Игроки садятся в тесный круг, ноги вытягивают и слегка сгибают в коленях. Под коленями друг другу быстро передается игрушка. Все сидящие повторяют одно и то же движение, как будто передают ее.

Задача ведущего заметить не успевшего тайком передать игрушку.

**«Цветные сигналы»**

Из разноцветного картона сделайте три силуэта ладони: красный, желтый, зеленый. Это сигналы.

Когда взрослый поднимает зеленую ладонь, можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь означает, что можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал красной ладони дети должны замереть на месте, молчать и не шевелиться.

**«Броуновское движение»**

Все дети становятся в круг. Ведущий один за другим вкатывает в центр круга теннисные мячики.

Детям сообщаются ПРАВИЛА ИГРЫ: мячи не должны останавливаться и выкатываться за пределы круга, их можно толкать ногами или руками.

Если участники успешно следуют правилам игры, ведущий вкатывает дополнительное количество мячей.

Игроки стараются установить командный рекорд по количеству мячей в круге.

**«Займи место»**

Игра проводится в кругу.

Инвентарь – стулья, которых должно быть на один меньше, чем играющих. Далее ведущий говорит: «Меняются местами те, у кого... (светлые волосы, есть часы и т. д.)».

Имеющие названный признак должны быстро встать и поменяться местами, в то же время ведущий старается занять свободное место. Участник игры, оставшийся без стула, становится ведущим.

#### «Репейник»

По залу летают «колючки» (это дети бегают и танцуют под музыку). Когда ведущий говорит: «Ветер», колючки начинают слипаться друг с другом с помощью рук. Когда ветер стихает, они летают слипшиеся, то есть не разъединяя рук. Игра заканчивается, когда образуется одна большая колючка.



#### «Поводыри»

Игроки разбиваются на пары. Один стоит впереди, другой встает на расстоянии вытянутой руки с закрытыми глазами. Первый, поводырь, сначала медленно начинает передвигаться по помещению, «слепой» следует за ним, стараясь не потеряться. Игрокам предстоит пройти по мосту, проползти через пещеру, перепрыгнуть через речку. Подсказывая и поддерживая партнера, игроки преодолевают все препятствия. Затем траектория и скорость движения увеличиваются. Взрослый следит за тем, чтобы игрок с открытыми глазами заботился о своем напарнике, аккуратно водил его между препятствиями.

#### «Красная шапочка»

Для игры понадобится маска волка и красный головной убор. Волк ловит только того, на ком он надеет. Шапку носит не один и тот же игрок: дети перебрасывают ее друг другу. Играющий, в руках которого оказалась «красная шапочка», обязательно должен надеть ее и только после этого решить, оставить ее у себя на какое-то время или перекинуть следующему.

## **«Организация и проведение спортивных и подвижных игр в домашних условиях»**



Подготовила воспитатель ГБОУ Д/С №696

Шишкова А.Н.

Москва 2013 год