

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 надет. 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