**Консультация для педагогов: «Игры малой подвижности, с правилами**

**Игры малой подвижности**

Цель малоподвижных игр -снижение физической нагрузки, т. е. постепенный переход от возбужденного состояния к спокойному.

К *особенностям*малоподвижных игр относятся следующие: способ организации детей (круг, врассыпную, шеренга и др).

Методика: выбор самой игры и места ее проведения, подготовка к игре, сбор детей, объяснение хода и правил игры, ее проведение, завершение, темп (медленный), количество повторений движений (3-6 раз). Эти игры не требуют подробного объяснения правил: педагог показывает движение 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.

Игры малой подвижности проводятся со всеми детьми одновременно на физкультурном занятии (в третьей его части), досугах и праздниках, дневной и вечерней прогулках, в процессе физкультурных минуток и физкультурных пауз, самостоятельной двигательной деятельности детей.

Предлагаемые игры не требуют большого пространства. Они доступны в любую погоду и в любое время года. В них с удовольствием играют и младшие дошкольники (с помощью воспитателя), и старшие (самостоятельно).

**Основными целями малоподвижных игр являются:**

\*снижение физической нагрузки, т. е. постепенный переход от возбужденного состояния к более спокойному;

\* снятие общего утомления, моторной напряженности мышц рук;

\* развитие гибкости и подвижности пальцев, координации движений рук и ног;

\* развитие внимательности, сообразительности, памяти, наблюдательности, ловкости, быстроты реакции;

\* ориентировка в пространстве;

\* формирование и закрепление двигательных умений;

\* повышение интереса детей к физической культуре и здоровому образу жизни.

Предлагаю несколько вариантов игр, которые целесообразно проводить как в первую, так и во вторую половину дня; перед проведением занятий, что бы сконцентрировать внимание у детей; настроить детей на другой [вид деятельности](https://pandia.ru/text/category/vidi_deyatelmznosti/).

**Игра малой подвижности «Так можно, так не можно»**

Дети стоят в кругу. Воспитатель, стоя на видном месте вместе с детьми, объясняет им, что на его слова:

«Делай так!» - все должны смотреть на него и делать движения, им показанные, а на слова:

"Не делай так!" стоять с опущенными руками и движения не повторять.

Те, что ошибаются, проигрывают и отходят на один шаг назад.

Игра продолжается. Если они дальше покажут движения правильно, снова вернуться в круг.

**Игра малой подвижности «Найди и промолчи»**

Дети сидят на стульчиках вдоль комнаты.

Воспитатель предлагает детям встать и повернуться лицом к стене, закрыв глаза. Сам отходит на несколько шагов назад и прячет несколько разноцветных флажков в разные места.

На слова воспитателя: "Ищите флажки!" дети идут искать.

Тот, кто увидел флажок не поднимает его, а идет и говорит воспитателю на ухо, где он лежит и садится на место.

**Игра малой подвижности«Береги предмет!»**

Дети сидят в кругу, ноги у них слегка расставлены в стороны, руки за спиной.

Возле ног каждого ребенка - кубик или другой какой - нибудь предмет.

Ребенок, который стоит в середине круга - ведущий, ходит с одного места в другое и старается взять предмет. Дети защищают свой предмет руками.

Когда ведущему удается взять предмет у 2 - 3 детей, назначается новый ведущий в середину круга и игра продолжается.

**Игра малой подвижности«Веселые снежинки»**

Дети врассыпную располагаются в группе. Педагог произносит текст:

Метель-вьюга у ворот

Кружит снежинок хоровод.

Дети кружатся на месте в медленном темпе вправо и влево.

После команды «Метель утихла» дети останавливаются.

Игра повторяется.

**Игра малой подвижности «Жучок»**

Для детей младшего и старшего дошкольного возраста.

Подготовка: дети строятся в круг, в центре круга водящий – жучок – сидит на корточках.

Описание игры: дети взявшись за руки, идут по кругу со словами:

- Жучок-паучок,

Тоненькие ножки,

Красные сапожки,

Мы тебя кормили,

Мы тебя поили,

На ноги поставили.

Игроки подходят к жучку и помогают ему встать на ноги.

- Танцевать заставили.

Танцуй, сколько хочешь

Выбирай, кого захочешь!

Паучок танцует и выбирает следующего водящего. Игра повторяется.

Правила игры: текст должны проговаривать все дружно.

«**Море волнуется»**

**Модификация – «Листья на ветру»**

По считалке выбирают водящего. Водящий произносит слова: "Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, фигура......... на месте замри", Ребята замирают в позах, соответствующих той фигуре, которую попросил водящий, например, лыжник. Водящий, прохаживаясь между играющими, выбирает понравившуюся ему фигуру.

Этот ребенок и будет следующим водящим. Дети сидят полукругом или в кругу. По команде:

"Море спокойно" - все замирают.

"Море волнуется" - поднимают руки и колышут ими.

"На море буря" - разбегаются.

"Море спокойно" - стараются сесть на свое место.

**Игра малой подвижности «Сторож»**

Выбранный по считалке "сторож" подходит к одному из играющих.

Тот сразу же присаживается на корточки, а "сторож" кладет руку ему на голову - "охраняет" его.

Другой рукой он старается задеть ребят, которые пытаются дотронуться до сидящего.

Те, кого "запятнает" "сторож", выходят из игры, тот, кто "запятнает" сидящего, становится новым "сторожем".

**Игра малой подвижности «Быстро по местам!»**

Дети встают в круг (колонну, шеренгу и т. п.).

По сигналу водящего :

"На прогулку" - все расходятся в разные стороны.

По сигналу: "По местам!" - все должны вернуться на свои места.

Играют 3-4 раза. Выигрывает тот, кто ни разу не ошибся.

Исходные положения могут быть самые разные.

**Игра малой подвижности «Фигуры»**

По сигналу водящего дети идут по кругу или по площадке.

По второму сигналу останавливаются и принимают позу, заранее оговариваемую.

Шевелиться нельзя.

Водящий ходит и выбирает фигуру и меняется с ним местами.

Обязательно надо спросить, кого игрок хотел изобразить.

**Игра малой подвижности «Шмель».**

Играющие сидят по границе круга и внутри круга по полу перекатывают руками мяч.

Откатывая мяч от себя, играющие стараются осалить другого игрока (попасть мячом в ноги).

Тот, кого коснулся мяч, поворачивается спиной к центру и не принимает участия в игре, пока не будет осален другой игрок.

**Игра малой подвижности «Овощи и фрукты».**

Дети строятся в шеренгу по одному. Воспитатель называет различные овощи и фрукты. Если слово относится к овощам, то дети должны присесть, а если к фруктам – поднять руки вверх. Те, кто ошибся, делают шаг вперед. Побеждают игроки, сделавшие меньше ошибок.

Вариант. Можно провести игру иначе. Дети делятся на две команды и встают в две шеренги лицом друг к другу на расстоянии 2-3 м. При назывании фруктов поднимают руки игроки шеренги, стоящей справа от преподавателя, а при назывании овощей – Игори, стоящие слева. За каждую ошибку, допущенную игроком, его команда получает штрафное очко. Побеждает команда, получившая меньше штрафных очков.

**Игра малой подвижности «Овощи и фрукты».**

Дети строятся в шеренгу по одному. Воспитатель называет различные овощи и фрукты. Если слово относится к овощам, то дети должны присесть, а если к фруктам – поднять руки вверх. Те, кто ошибся, делают шаг вперед. Побеждают игроки, сделавшие меньше ошибок.

Вариант. Можно провести игру иначе. Дети делятся на две команды и встают в две шеренги лицом друг к другу на расстоянии 2-3 м. При назывании фруктов поднимают руки игроки шеренги, стоящей справа от преподавателя, а при назывании овощей – Игори, стоящие слева. За каждую ошибку, допущенную игроком, его команда получает штрафное очко. Побеждает команда, получившая меньше штрафных очков.

**Игра малой подвижности «Делай наоборот».**

Водящий показывает упражнение, а дети должны выполнить его в противоположную сторону.

Например, водящий выполняет наклон вперед, а дети – наклон назад; водящий делает шаг вперед, а дети – шаг назад и т. д.

**Игра малой подвижности «Семафор».**

Преподаватель поднимает руку вверх – «путь открыт», тогда дети бегут в колонне по одному.

Преподаватель опускает руку до уровня плеч – «путь закрыт», тогда все останавливаются и выполняют бег на месте.

Если рука преподавателя опущена вниз – «семафор поломался», то дети прекращают всякое движение.

Сигналы чередуются. Игроки, допустившие ошибки, становятся в конец колонны

**Игра малой подвижности «Светофор»**

Изготовляются кружки (диаметр 10 см) красного, зелёного и жёлтого цвета, которые прикрепляются к палочкам. Дети стоят в шеренге и выполняют упражнения согласно сигналам ведущего: на красный сигнал приседают, на жёлтый – встают, на зелёный – маршируют на месте.

Во время движения в колонне по одному в обход площадки упражнения изменяются: красный – все стоят на месте, жёлтый – продвигаются в присяде, зелёный – прыгают на носках.

За каждую ошибку играющим начисляются штрафные очки. Выигрывает тот, кто наберёт меньше штрафных очков.

**Игра малой подвижности «У кого длинный хвост»**

Дети образуют круг. Преподаватель называет разных животных. Если у животного длинный хвост, дети должны поднять правую руку и помахать ею, если же хвоста нет или он короткий, поднимать руку не нужно. Могут быть названы такие животные: лошадь (длинный), коза (короткий), корова (длинный), лиса (длинный), заяц (короткий), овца (короткий), тигр (длинный), кот (длинный), медведь (короткий), свинья (короткий), осел (длинный), белка (длинный), и т. д. Преподаватель поднимает руку во всех случаях. Тому, кто ошибается, начисляется штрафное очко. Побеждает тот, кто за время игры набрал меньше штрафных очков.

**Игра малой подвижности «Карлики и**[**великаны**](https://pandia.ru/text/category/velikan/)**»**

Игроки строятся в одну шеренгу (или в круг). По команде «Великаны» они встают на носки и поднимают руки вверх, а по команде «карлики» - приседают как можно ниже, руки на пол. Тот, кто ошибся, должен сделать шаг вперед. После 6-8 команд подвести итоги.

Вариант. Можно усложнить игру. Преподаватель подает команду «Карлики», а сам поднимается на носки; по команде «Великаны» - приседает. Дети должны выполнять то, что слышат, а не то, что видят.

**Игра малой подвижности «Найди пару»**

Описание: Дети спокойно ходят по залу парами, держась за руки. По сигналу воспитателя "Один!" расцепляют руки и расходятся в разных направлениях по всему залу, делают произвольные танцевальные движения, а по сигналу воспитателя "Пары!" дети быстро находят свою пару, берутся за руки. Можно разнообразить игру, предложив дошкольникам встретиться друг с другом ладошками, спинами, коленками. Воспитатель может встать в пару с одним из детей, и тогда дошкольник, оставшийся без пары, считается проигравшим.

**Игра малой подвижности «Три имени»; «Пять имён»**

Можно назвать три, пять других слов (по темам: животные, растения, предметы домашнего обихода, сказочные герои и т. д).

Двое играющих, мальчик и девочка (представители двух команд), становятся перед двумя линиями. По сигналу они должны пройти вперёд (сначала один, потом другой), сделав пять шагов, и на каждый шаг без малейшей ошибки, запинки (не нарушая ритма) произнести какое-нибудь имя (мальчики – имена девочек, девочки – имена мальчиков).

Это на первый взгляд простое задание, на самом деле выполнить не так-то просто. Побеждает тот, кто справится с этой задачей или сумеет назвать больше имён.

Таких слов множество, а подобрать 5 слов и произнести их одно за другим без промедления в ритме шага сумеет не каждый.

**Игра малой подвижности «Краски».**

Дети выбирают хозяина и двух покупателей, все остальные игроки—краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали цвет, хозяин приглашает одного из покупателей.

Покупатель стучится: «Тук-тук!» — «Кто там?» — «Покупатель».— «Зачем пришел?» — «За краской». — «За какой?» — «За голубой». Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси да назад принеси». Если же покупатель цвет краски угадал, то краску забирает себе. Идет второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они проходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который угадал больше красок. При повторении игры он выступает в роли хозяина, а покупателей играющие выбирают.

Правило. Покупатель не должен повторять дважды один и тот же цвет краски, иначе он уступает свою очередь второму покупателю.

**Игры с правилами**

Подвижная игра имеет большое значение в жизни детей и рассматривается педагогами как важнейший элемент воспитания и физического развития. В игре ребенок осмысливает и познает окружающий мир, у него развивается интеллект, фантазия, воображение, речь, формируются социальные качества. Сознательное выполнение правил игры формирует волю, развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре формируется такие личностные качества, как, активность, честность, дисциплинированность, справедливость.

Исходя из этого, цель работы – привить детям интерес и любовь к подвижным играм, чтобы закрепить двигательные навыки и укрепить здоровье детей.

Для реализации этой цели определены следующие задачи:

1. Закрепить навыки основных движений посредством подвижных игр с правилами.
2. Вызвать интерес к подвижным играм, научить самостоятельно их использовать.
3. Создать условия для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей.
4. Повысить уровень своих знаний о подвижных играх с правилами и методике их проведения.

 1. Влияние подвижных игры с правилами на гармоничное развитие детей.

Игра – основной вид деятельности дошкольников

Огромная роль в развитии и воспитании ребенка принадлежит игре – важнейшему виду детской деятельности. Она является эффективным средством формирования личности ребенка, его морально-волевых качеств, в игре реализуется потребность воздействия на мир. Руководствуясь требованиями «Программы воспитания в детском саду», педагог отбирает и планирует программное содержание, которое должно быть усвоено детьми в играх, четко определяет задачи, действия и правила, предполагаемый результат. Он как бы проектирует весь ход игры, не разрушая ее своеобразия и самодеятельного характера.

При организации подвижных игр у детей вырабатываются правильные элементарные представления об окружающем мире, закладываются основы последующего формирования мировоззрения, воспитываются трудолюбие, формируются коммуникативные качества, умение играть и работать в команде, сообща, развивается любовь к родному краю и своей Родине. В процессе игры уточняются и углубляются знания и представления детей. Чтобы выполнить в подвижной игре ту или иную роль, ребенок должен перевести свое представление в игровое действие. Иногда представление ребенка оказывается недостаточным, возникает потребность в пополнении его знаний, он задает вопросы педагогу. Отвечая на них, педагог прислушивается к разговорам во время игры, помогает играющим установить договоренность и взаимопонимание. Таким образом, игра не только закрепляет уже имеющиеся знания и представления детей, но и является своеобразной формой активной познавательной деятельности, в процессе которой они под руководством педагога овладевают новыми знаниями.

Педагог использует игру как средство физического воспитания. Двигательная активность во время игры способствует формированию правильной осанки, развитию координации движений, их красоты.

Веселое настроение является существенным элементом игры и оказывает положительное влияние на нервную систему ребенка. Радостное настроение сопровождается физиологическими изменениями в организме, повышается деятельность сердца и дыхательного аппарата.

При знакомстве с играми у детей формируются знания и умения, развиваются их умственные способности, художественный вкус, нравственные качества.

Важные воспитательные функции несут правила игры. Они имеются даже в самых простых играх. Правила создают необходимость действовать в соответствии с ролью: как можно быстрее убегать от водящего, подпрыгивать легко и высоко и т.п. Выполнение несложных правил организует и дисциплинирует детей, приучает действовать согласованно, подчинять свои желания общим правилам, уступать товарищу, помогать друг другу.

Использование разнообразных игровых вариантов позволяет повторять знакомые ребенку действия, с более, повышенными требованиями, способствует сохранению у него интереса к игре. В ходе игры педагог обращает внимание на выполнение ребенком правил. Он тщательно анализирует причины их нарушения. Ребенок может нарушить правила игры в следующих случаях: если не понял достаточно точно объяснение педагога; очень хотел выиграть; был недостаточно внимателен и т.д.

Классификация подвижных игр с правилами

Подвижные игры различаются по содержанию, по характеру двигательных заданий, по способам организации детей, по сложности правил. Наиболее значимой для развития моторики является классификация, в основу которой положены особенности содержания подвижных игр.

Можно выделить следующие виды подвижных игр с правилами:

1. Сюжетные игры

Игры этого вида строятся на основе опыта детей, имеющихся у них представлений и знаний об окружающей жизни, профессиях, средствах транспорта явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц. Сюжет игры и правила обуславливают характер движения играющих. Движения носят имитационный характер. Дети начинают, прекращают или изменяют движения в соответствии с правилами игры. В сюжетных играх может участвовать разное количество детей.

1. Игры без сюжета

Эти игры очень близки к сюжетным – в них лишь нет образов, которым дети подражают, все остальные компоненты те же: наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Это 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.

Для каждой возрастной группы детей предусмотрены подвижные игры, в которых развиваются движения разных видов: бег, прыжки, лазанье и т. д. Игры подбираются с учетом возрастных особенностей детей, их возможностей выполнять те или иные движения, соблюдать игровые правила.

Правила в подвижной игре выполняют организующую роль: ими определяется ее ход, последовательность действий, взаимоотношения играющих, поведение каждого ребенка. Правила обязывают подчиняться цели и смыслу игры; дети должны уметь ими пользоваться в разных условиях.

В младших группах педагог объясняет содержание и правила по ходу игры, в старших – перед ее началом.

Подвижные игры организуются в помещении и на прогулке, проводятся во всех режимных моментах, входят в состав физкультурных занятий.

Руководство подвижными играми с правилами заключается в следующем. Подбирая подвижную игру, педагог учитывает соответствие требуемого ею характера двигательной деятельности, доступность игровых правил и содержания детям данного возраста. Он следит за тем, чтобы в игре участвовали все дети, выполняя требуемые игровые движения, не допуская излишней двигательной активности, которая может вызвать их утомление.

 2. Использование подвижных игр с правилами в детском саду.

Подвижные игры с правилами включаются в различные формы работы по физическому воспитанию: во время проведения физкультурных занятий (в физкультурном зале и на воздухе), утренней гимнастики, праздников и развлечений, на прогулке, во всех режимных моментах.

Во второй младшей группе подвижная игра отличается несложным сюжетом и простыми правилами. Существенным моментом, влияющим на ход игры, является объяснение педагога. Оно дается эмоционально, выразительно, с использованием образного сюжетного рассказа. Педагог играет вместе с детьми, выполняет одновременно главную и второстепенную роль. При выполнении детьми игровых движений, педагог объясняет и показывает их.

В средней группе немалое место занимают игры, в которых действия персонажей соответствуют реальной действительности. Педагог сообщает детям название игры, излагает ее содержание, уточняет правила, подчеркивает особенности и смысл действий каждого персонажа. В игре педагог действует наравне с другими игроками, оценивает правильность и точность выполнения движений, регулирует физическую нагрузку.

В зависимости от характера игры, игровых действий, желания детей, степени их подготовленности, подвижная игра организуется со всей группой или подгруппами.

Использование атрибутов всегда радует детей больше, чем игра без атрибутов, вызывает у детей больший азарт к игре, большее желание играть.

Проводя игру, нужно, чтобы каждый ребенок побыл в роли ведущего или водящего для того, чтобы у детей не возникло чувства разочарования. При распределении ролей учитываются индивидуальные особенности и интересы детей: помочь неавторитетным, робким детям укрепить свой авторитет, неактивным – проявить в игре активность, недисциплинированным – стать организованными, необщительным – быть коммуникабельными, сдружиться с другими детьми.

Для детей активных, подвижных, склонных к перевозбуждению подходят игры со сложными действиями, например «Полоса препятствий», «Цветные автомобили» или простые игры, в которых от точности и аккуратности зависит результативность игры – «Точный удар», «В руке ложка – в ложке картошка». При проведении игры необходимо привлечь внимание к ее содержанию, следить за точностью движений, которые должны соответствовать правилам, за дозировкой физической нагрузки, делать краткие указания, поддерживать положительное эмоциональное настроение и взаимоотношение играющих.

Для детей осторожных и робких будут интересны игры с простыми действиями, в которых результат зависит от сосредоточенности и ловкости «Коршун и наседка», от концентрации внимания «Ястреб и утки». Часто дети этого типа бывают психологически не готовы к выполнению ведущих ролей, стесняются, не решаются начать игру. Тем не менее, при постепенном включении в игру во второстепенных ролях, при проявлении двигательной активности в игре, а так же, получив одобрение педагога, в дальнейшем хорошо справляются с главными ролями.

Для пассивных детей можно выбрать игры, не требующие сложных действий, особой ловкости и быстроты движений «Не отдам!».

Во время объяснения игры перед детьми ставится игровая цель, которая будет способствовать активизации мысли, осознанию игровых правил, формированию и совершенствованию двигательных навыков. При объяснении игры используется краткий образный сюжетный рассказ.

При объяснении игры без сюжета раскрывается последовательность игровых действий, игровые правила и сигнал, указывается местоположения играющих и игровых атрибутов.

В конце игры обязательно проводится анализ. Положительно оцениваются поступки детей, проявивших ловкость, выносливость, выдержку, товарищескую взаимопомощь. Также необходимо дать положительную оценку тем, кто правильно и точно выполнял движения, не нарушая правила игры.

Решить вопросы гармоничного, всестороннего развития детей, вырастить их здоровыми возможно только совместными усилиями педагогов и родителей. В связи с этим ведется активная работа в этом направлении: оформление папок-передвижек в родительский уголок «Русские народные подвижные игры», «Играем вместе. Подвижные игры для общения и сближения» и т.д. Проведение консультаций «Создание условий в семье для развития игровой деятельности», «Подвижные игры как средство снижения агрессивного поведения у детей», «Значение подвижной игры в жизни ребенка».

Подвижные игры в детском саду – важнейший элемент воспитания и развития ребенка. В игре ребенок активно и творчески осваивает правила и нормы поведения людей, их взаимоотношения, познает окружающий мир. Педагог, организуя подвижную игру, воздействует на коллектив детей и через коллектив на каждого ребенка. Становясь участником, ребенок сталкивается с необходимостью подчиняться правилам, согласовывать свои действия с другими детьми. Игра помогает преодолеть робость, застенчивость, подчинение правилам воспитывает у детей организованность, умение управлять своими движениями.

Подвижные игры создают дополнительную возможность общения педагога с детьми. Педагог рассказывает, объясняет им содержание игр, их правила. Дети запоминают новые слова, следовательно, обогащается словарный запас.

Именно игры формируют характер, развивают умственные способности, восприятие, мышление, внимание, пространственные и временные представления. Интенсивная работа большого количества мышц при выполнении игровых упражнений способствует улучшению функций сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляется опорно-двигательный аппарат, регулируется деятельность нервной системы и ряда других физиологических процессов. Игра доставляет ребенку истинную радость, которая глубоко проникает в его душу.

Таким образом, грамотная организация педагогом подвижных игр в ДОО помогает снизить заболеваемость детей, повысить их физическую подготовку, психологическое состояние.