

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 172» общеразвивающего вида

Проект «Играем на здоровье!»

Авторы – разработчики:
Жукова С.Л.
Овчинникова Л.Д
Сергиенко Т.В

Барнаул
2019



Актуальность проекта.

«Хочешь быть сильным — играй,
хочешь быть красивым — играй,
хочешь быть здоровым — играй».

(Перефразированное изречение,
высеченное на скале в древней
Элладе 2.5 тыс. лет назад)

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, направлен на решение задач, главной из которых является охрана и укрепление физического здоровья детей. В основной общеобразовательной программе дошкольного образования особое внимание уделяется образовательной области «Физическое развитие», которая направлена на формирование ценностей здорового образа жизни, развитие физических качеств дошкольников.

Одним из приоритетных направлений нашей дошкольной организации является совершенствование работы по укреплению здоровья воспитанников. Ведь именно в дошкольном возрасте формируются движения, закладываются основы здорового образа жизни. Движение – это основа любой деятельности ребенка, а естественным спутником жизни ребенка является игра. Положительные эмоции, творчество – важнейшие факторы оздоровления. Одним из источников радостных эмоций является подвижная игра. Именно во время подвижной игры происходит живое общение со своими друзьями (здесь можно вместе побегать, посоревноваться, посмеяться). Подвижные игры воспитывают не только все физические качества ребенка (быстрота, ловкость, подвижность, активность, бег, прыжки и т.д.), но и способствуют оздоровлению, укреплению организма ребенка, закаливанию и тем самым профилактике заболеваний.

Организуя подвижные игры с детьми (на физкультурных занятиях, прогулках), обратили внимание на то, что игры привлекают детей, но дети выбирают лишь те игры, которые разучили мы вместе. Но в тоже время, на вопрос «А в какие подвижные игры вы играете с мамой или папой?», заметили удивленный взгляд наших воспитанников, и не смогли добиться ответа.

Именно поэтому возникла идея разработки и реализации проекта «Играем на здоровье!».

Наш **проект: «Играем на здоровье!»** направлен на знакомство детей и родителей с разнообразием подвижных игр, на пропаганду здорового образа жизни через приобщение к игре.

Цель проекта: создать условия для взаимодействия дошкольного учреждения и семьи через приобщение к подвижным играм.

Задачи проекта:

1. Выявить уровень знаний детей, педагогов, родителей о подвижных играх(виды, особенности, значение для здоровья).
2. Сплотить детей, педагогов и родителей единой творческой мыслью, изучая подвижные игры, проводимые дома и в детском саду.

3. Создать условия для совместного взаимодействия ДООУ и семьи по пропаганде здорового образа жизни.

4. Развивать умение презентовать игровые традиции своей семьи

Ожидаемые результаты: в результате реализации проекта

Дети:

- расширяют знания о разнообразии подвижных игр;
- изучают правила игры;
- активно включаются в двигательную игровую деятельность;
- знакомятся с играми, в которые играли их родители, бабушки, дедушки;
- умеют самостоятельно выбрать и организовать игру с друзьями.

Педагоги:

- повышают компетентность в вопросах организации подвижных игр;
- расширяют партнерские отношения с семьями воспитанников.

Родители:

- проявляют интерес к деятельности детского сада, группы;
- активно участвуют в спортивных мероприятиях, становятся непосредственными творцами интересной жизни детей в детском саду и дома;
- создают видеоархив игровых семейных традиций;
- обучают и сами обучаются разным подвижным играм.

Особенности проекта:

- по составу участников: детско-взрослый;
- по виду: творческий;
- по типу: познавательно-оздоровительный;
- по сроку реализации: долгосрочный.

Участники проекта:

- дети;
- педагоги;
- родители.

Стратегия реализации проекта

№ п/п	События, мероприятия	Цель и содержание события	Продукт, результат события
1 этап - подготовительны	Изучение методической литературы по теме проекта	Повышение компетентности в вопросах проектирования	Стратегия реализации проекта
	Анкетирование родителей на тему: «Подвижные игры в нашей семье»	Получение представления о игровых семейных традициях.	Анкеты, интерпретация результатов

	Мини-сочинение «Что для нашей семьи подвижная игра» «Подвижная игра в детстве поколений»	Изучение игровых увлечений семей воспитанников группы	Альбом сочинений
	Оформление картотек «Подвижные игры в средней группе», «Играем в животных», «Народные, хороводные игры»	Формирование понятий о разнообразии подвижных игр	Картотеки
	Оформление копилки «Что необходимо для игры»	Собрать стихи, считалки, атрибуты и другие предметы, необходимые для игры	Копилка
2 этап- практический	Путешествие в мир игры	Познакомить детей с разнообразием подвижных игр, их значением	Видео презентации «Игра бывает разной, игра бывает важной»
	Проведение цикла игровых занятий «Весело играем, здоровье поправляем»	Знакомство детей с правилами игр	Цикл занятий
	Рисование с детьми на тему: «Моя любимая подвижная игра»	Формировать умение передавать в своем рисунке увлечения	Выставка рисунков «Моя любимая подвижная игра»
	Консультации для родителей «Полезность подвижных игр», «Народные игры», «Игры наших пап и мам»	Пропаганда здорового образа жизни	Консультации
	Изготовление папки-передвижки «Играем с детьми».	Познакомить родителей с подвижными играми, проводимыми в детском саду, и их разнообразием	Папка-передвижка
	Досуг «Вечер подвижных игр»	Развитие физических качеств. Знакомство детей с новыми играми	Сценарий досуга
	Оформление фото-выставки «Вот как весело мы играем»	Представление семьями интересных игровых моментов своей жизни	Фото -выставка
	Семейный клуб «Подружила нас игра»	Представление семьями интересных игровых моментов своей жизни	Видео –презентации семей

3 этап- ИТОВОВЫЙ	Семейный мастер-класс «Мы научим вас играть»	Представление семьями интересных игровых моментов	Сценарий семейного мастер-класса: «Мы научим вас играть»

Технология реализации проекта

Деятельность по реализации нашего проекта строилась в три этапа: подготовительный этап, практический и итоговый.

На подготовительном этапе мы ознакомились с рекомендуемой методической литературой по данной теме, наметили стратегию дальнейших действий. Для того, чтобы проектировать и прогнозировать предстоящую работу, необходимо было выявить знания родителей, детей о значении подвижных игр, их пользе, о видах и разнообразии игр, получить представление о том, какие семейные игровые традиции имеются у воспитанников нашей группы.

На первом этапе реализации проекта проводилось анкетирование родителей на тему: «Подвижные игры в нашей семье», оформлены картотеки «Подвижные игры в средней группе», «Играем в животных», «Народные, хороводные игры» и копилка «Что необходимо для игры». Родители совместно с детьми написали мини-сочинения, предварительно выбрав для себя понравившуюся тему «Что для нашей семьи подвижная игра» и «Подвижная игра в детстве поколений».

В ходе анкетирования приняли участие 18 семей воспитанников группы. По результатам анкет стало видно, что большинство семей группы не имеют полного представления о подвижных играх, которые можно использовать с детьми, путают понятие спортивная игра и подвижная игра, отдают предпочтение занятиям другими видами деятельности, но не игре с движениями. Но в то же время, 100% родителей считает, что подвижные игры могут стать хорошим средством воспитания ребенка, указали разные качества, которые развиваются у детей в игре, назвали много игр, которые знают дети, но им они не совсем знакомы.

Мониторинг, проведенный в виде анкетирования, мини-сочинений помог в выборе направления деятельности.

На втором этапе – практическая реализация проекта проходило знакомство детей, родителей, педагогов с разнообразием подвижных игр через разные формы взаимодействия.



Продолжив знакомство с подвижными играми, мы продемонстрировали детям видео-

презентацию «Игра бывает разной, игра бывает важной», в игровой форме от лица героев мультфильма «Маша и медведь» дети узнали о видах игр, о том, какие спортивные игрушки можно использовать в играх.

Подвижная игра — это своего рода некое упражнение, с помощью которого дети готовятся к жизни. **Подвижные игры** имеют огромное значение в жизни ребенка, так как представляют собой незаменимое средство получения ребенком знаний и представлений об окружающем мире. Также они влияют на развитие мышления, смекалки, сноровки, ловкости, морально волевых качеств. **Подвижные игры для детей** укрепляют физическое здоровье, обучают жизненным ситуациям, помогают развиваться. Именно поэтому необходим был цикл игровых занятий «Весело играем, здоровье пополняем», в ходе этих занятий мы закрепили правила поведения во время подвижных игр, разучили новые игры и поиграли в любимые игры наших детей.



Рисунки детей на тему «Моя любимая подвижная игра» говорят о том, что жизнь немыслима без игр и играть – это весело! А результатом творчества стала выставка детского рисунка «Моя любимая подвижная игра».

Консультации для родителей на темы: «Польза подвижных игр», «Народные игры», «Игры наших пап и мам» позволили родителям найти ответы на многие интересующие вопросы, позволили повысить интерес к игре и соответственно к здоровому образу жизни.

Интересным событием для ребят стало участие в досуге «Вечер подвижных игр» - в ходе которого мы с ребятами и клоунессой Ириской отправились в страну Веселых игр. Путь в страну Веселых игр был нелегким: под веселую музыку мы прошли разные препятствия- обошли огромные камни, перешагнули бревна, проползли в ворота волшебной страны игр. Оказавшись с клоунессой Ириской в веселой стране, нашли сказочного героя – лисичку,





превратились в гусей и поиграли в подвижную игру «Лиса и гуси». Много интересных моментов приготовила Ириска и мы вспомнили любимые наши подвижные игры «Зайцы и волк», «Найди пару», «Повар и котята». А Ириска научила новой игре «Возьми

платочек».

Получили массу положительных эмоций и возвращаться из страны Веселых игр совсем не хотели...



Одной из задач проекта мы ставили задачу «Сплотить детей, педагогов, родителей единой творческой мыслью, изучая подвижные игры, играть дома, а не только в детском саду». И наши любимые родители с радостью представили интересные игровые моменты своей жизни на фотовыставке «Вот как весело мы играем».

Главная задача взрослых - научить ребенка игра и поощрять **игры**, самим активно

участвовать в детских забавах. Именно участие в игре взрослого наравне с ребенком дает малышу возможность почувствовать, что взрослые такие же, как и он, им можно доверять. Именно поэтому мы пригласили наших мам и пап на заседание семейного клуба «Подружила нас игра». В ходе заседания родители в игровой форме вспомнили значение подвижных игр для развития ребенка, представили видео-презентации об интересных игровых моментах своей семейной жизни.

Третий этап - этап подведения итогов позволил презентовать детям, родителям деятельность по реализации проекта «Играем на здоровье!» в форме семейного мастер –класса «Мы научим вас играть!» Мастер –класс прошёл в тёплой дружеской атмосфере под девизом изречения китайской мудрости: «Скажи мне – я забуду, покажи мне – я запомню, дай мне это сделать – и это станет моим навсегда». Дети и родители поделились играми, которые разучили в своих семьях, научили

друг друга играть с детьми. Эта встреча стала итогом всей творческой работы, проведенной коллективом детей, педагогов и родителей группы в этом направлении.

В ходе работы над проектом мы пришли к выводу, что подобная специально организованная деятельность, игры, продуктивная деятельность объединяют детей и родителей общими впечатлениями, переживаниями, эмоциями, способствуют формированию познавательного интереса, коллективных взаимоотношений, приобщают к спорту, доставляют радость творчества всем участникам образовательного процесса.

Предложения по возможному распространению проекта: проект можно использовать в средней группе детского сада

Список используемой литературы:

- Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 2004.
- Глушкова Г. Здоровье и физическая культура // - Ребенок в детском саду. - №2. – 2003.
- Доронова Т. Н. О взаимодействии дошкольного учреждения с родителями. Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений/ - М., 2002.
- Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы – М.,2004.
- Киселева Л.С., Данилина Т.А., Лагода Т.С., Зуйкова М.Б. Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения: Пособие для руководителей и практических работников ДОУ – М.: АРКТИ, 2005;
- Крылова Н. И. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия / сост.: Учитель, 2009.
- Маханева М.Д. С физкультурой дружить – здоровым быть. М.: ТЦ «Сфера», 2009.

Вопросы анкеты для родителей

1. Каким видам совместной деятельности с ребенком Вы отдаете предпочтение?
2. Какие подвижные игры Вы знаете?
3. Какие подвижные игры знает Ваш ребенок?
4. Часто ли Вы играете в подвижные игры с ребенком? (можно указать с какой периодичностью)
5. В играх ребёнок занимает пассивную или активную позицию (предлагает свои правила)?
6. Какие качества проявляет ребёнок в игре?
7. Считаете ли Вы, что подвижные игры могут стать хорошим средством воспитания Вашего ребенка?

Приложение 2

Интерпретация результатов анкет для родителей «Подвижные игры в нашей семье» (18 анкет)

Предлагаемый вопрос	Ответы родителей	
	положительные	отрицательные
Каким видам совместной деятельности с ребенком Вы отдаете предпочтение?	7 (подвижным играм)	11 (чтению книг, конструированию, рисованию и т.д.)
Какие подвижные игры Вы знаете?	15(назвали разнообразные игры)	3 (знают мало или 1 игру)
Какие подвижные игры знает Ваш ребенок?	14 (указали по несколько игр, в том числе катание на роликах, велосипедах)	4 (назвали 1 игру, или не одной)
Часто ли Вы играете в подвижные игры с ребенком?	7	11
В играх ребёнок занимает пассивную или активную позицию	12	6
Какие качества проявляет ребёнок в игре?	17 (указали разные качества в том числе высокую эмоциональность)	1 (затрудняется ответить)
Считаете ли Вы, что подвижные игры могут стать хорошим средством воспитания Вашего ребенка	18	0

Картотека подвижных игр.
Средняя группа.

«Самолеты»
 «Цветные автомобили»
 « У медведя во бору»
 «Птичка и кошка»
 «Найди себе пару»
 «Лошадки»
 «Позвонив погремушку»
 «Бездомный заяц»
 «Ловишки»
 «Зайцы и волк»
 «Лиса в курятнике»
 «Зайка серый умывается»
 «Пастух и стадо»
 «Перелёт птиц»
 «Котята и щенята»
 «Подбрось - поймай»
 «Сбей булаву»
 «Мяч через сетку»
 «Найди, где спрятано»
 «Найди и промолчи»
 «Кто ушёл?»
 «Прятки»

№ 1 «САМОЛЕТЫ» (бег)

Цель: развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге.

Ход игры: Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят враспынную, в разных направлениях. По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

Правила: Играющие должны вылетать после сигнала воспитателя «Летите!». По сигналу воспитателя «На посадку!» - играющие должны возвратиться в свои колонны, на те места, где выложен их знак. (флажок)

Варианты: Пока самолеты летают, поменять местами флажки, унести на противоположную сторону. Менять ведущих в колоннах.

№ 2 «ЦВЕТНЫЕ АВТОМОБИЛИ» (бег)

Цель: Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять детей в беге, ходьбе.
Ход игры: Дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается флажок какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2 , и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража.
Правила: Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу. Если флажок опущен, автомобили не двигаются.
Варианты: Разложить по углам ориентиры разного цвета. На сигнал «Автомобили выезжают», в это время поменять местами ориентиры. Предложить детям вспомнить разные марки автомобилей.

№ 3 «У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ»

Цель: развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу, навык коллективного движения. Упражнять в беге по определенному направлению, с увертыванием, развивать речь.

Ход игры: На одной стороне площадки проводится черта – это опушка леса. За чертой, на расстоянии 2-3 шагов очерчивается место для медведя. На противоположной стороне дом детей. Воспитатель назначает медведя, остальные дети – у себя дома. Воспитатель говорит: «Идите гулять!». Дети направляются к опушке леса, собирая ягоды, грибы, имитируя движения и хором говорят:

«У медведя во бору, грибы ягоды беру. А медведь сидит и на нас рычит». Медведь в это время сидит на своем месте. Когда играющие произносят «Рычит!» медведь встает, дети бегут домой. Медведь старается их поймать – коснуться. Пойманного медведь отводит к себе. После 2-3 пойманных выбирается новый медведь.

Правила: Медведь имеет право вставать и ловить, а играющие – убежать домой только после слова «рычит!». Медведь не может ловить детей за линией дома. Варианты: Ввести 2 медведей. Поставить на пути преграды.

№ 4 «ПТИЧКА И КОШКА»

Цель: развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

Ход игры: На земле чертится круг или кладется шнур со связанными концами. Воспитатель выбирает ловишку который становится в центре круга. Это кошка. Остальные – птички, находятся за кругом. Кошка спит, птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички вылетают из круга. Тот, кого коснулась кошка, считается пойманным и идет на середину круга. Когда поймают 2-3 птичек – выбирается новая кошка.

Правила:

Кошка ловит птичек только в кругу. Кошка может касаться птичек, но не хватать их.

Варианты: Если кошка долго не может никого поймать, добавить еще одну кошку.

№ 5 «НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ»

Цель: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность.

Ход игры: Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары.

Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».

Правила:

Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя. Каждый раз играющие должны иметь пару.

Варианты: Вместо флажков использовать платочки. Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.

№ 6 «ЛОШАДКИ»

Цель: развивать у детей умение действовать по сигналу, согласовывать движения друг с другом, упражнять в беге, ходьбе.

Ход игры: Дети делятся на 2 равные группы. Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей. На одной стороне очерчивается конюшня. На другой – помещение для конюхов, между ними луг. Воспитатель говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей!». Конюхи с вожжами в руках, бегут к конюшне и запрягают лошадей. Когда все лошади запряжены, они выстраиваются друг за другом и по указанию воспитателя идут шагом или бегут. По слову воспитателя «Приехали!» конюхи останавливают лошадей. Воспитатель говорит «Идите отдыхать!». Конюхи распрягают лошадей и отпускают их пастись на луг. Сами возвращаются на свои места отдохнуть. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву. По сигналу воспитателя «Конюхи, запрягайте лошадей!» конюх ловит свою лошадь, которая убегает от него. Когда все лошади пойманы и запряжены, все выстраиваются друг за другом. После 2-3 повторений воспитатель говорит: «Отведите лошадей в конюшню!». Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их и отдают вожжи воспитателю.

Правила: Играющие меняют движения по сигналу воспитателя. По сигналу «Идите отдыхать» - конюхи возвращаются на места.

Варианты: Включить ходьбу по мостику – доске, положенной горизонтально или наклонно, предложить разные цели поездки.

№ 7 «ПОЗВОНИ В ПОГРЕМУШКУ»

Цель : развивать реакцию на сигнал, совершенствовать навыки бега.

Ход игры: дети стоят полукругом, воспитатель перед ними, за спиной у него звоночек (бубен, барабан, погремушка). Он показывает его детям и быстро прячет. Спрашивает, что они видели, затем перебегает на другую сторону, говоря: «Я бегу, бегу, бегу, и в погремушку я звоню». Кладет погремушку сзади, широко разводит руки в стороны и говорит: «Все сюда скорей бегут и погремушечку найдут». Дети бегут. Кто первый нашел, звонит и отдает воспитателю. Игра повторяется.

Правила: не толкаться, выполнять задание по сигналу воспитателя.

№ 8 «БЕЗДОМНЫЙ ЗАЯЦ»

Цель: развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

Ход игры: из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы образуют «свой домик» (два зайца держаться за руки, создавая домик). Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой «домик»; К кому бездомный заяц встаёт спиной тот и становится водящим. Если охотник поймает, то меняются ролями.

Правила: охотник может ловить зайца только вне логова. Пробегать зайцам через логово нельзя.

Если заяц вбежал в логово, он должен там остаться. Как только заяц вбежал в логово, находящийся там игрок должен немедленно выбежать.

Игроки, образующие кружок, не должны мешать зайцам вбегать и убегать

№ 9 «ЛОВИШКИ»

Цель: развивать: быстроту реакции, ловкость и сноровку, учить играть в коллективе, соблюдая правила игры.

Ход игры: дети находятся на площадке. Ловишка, назначенный воспитателем или выбранный играющими, становится на середине площадки. По сигналу: «Раз, два, три — лови!» — все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Когда будет запятнано 3—4 играющих, выбирается новый ловишка.

Варианты: ловишки с ленточками.

Участникам игры раздаются атласные ленточки, которые дети крепят за резинку шорт, со стороны спины. По команде воспитателя или по свистку, дети начинают произвольно бегать по площадке. А водящий пытается их догнать, срывая при этом ленту. По звуковой команде воспитателя: «В круг становись!», дети снова строятся в круг, а «Ловишка» считает количество лент, которые смог вытянуть у игроков.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ПРЫЖКАМИ

№ 10 «ЗАЙЦЫ И ВОЛК»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

Ход игры: Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камушками, из которых выкладывают кружочки или квадраты. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок – скок – скок, Травку щиплют, слушают на зеленый на лужок., не идет ли волк».

Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настигнуть. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

Правила: Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут.

Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

Варианты: Нельзя ловить тех зайцев, которым подала лапу зайчиха — мать. На пути поставить кубы — пенечки, зайцы оббегают их. Выбрать 2 волков. Волку перепрыгнуть через преграду — ручей.

№ 11 «ЛИСА В КУРЯТНИКЕ»

Цель : Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу, упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину.

Ход игры: На одной стороне площадки отчерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место — двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры — они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест. Отводит ее в свою нору. Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.

Правила: Лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!».

Варианты: увеличить число ловишек — 2 лисы. Курам взбираться на гимнастическую стенку.

№ 12 «ЗАЙКА СЕРЫЙ УМЫВАЕТСЯ»

Цель: учить детей выполнять движения в соответствии с текстом, прыгать на двух ногах с продвижением вперед, приземляясь на носки полусогнутые ноги. Укреплять мышцы ног. Развивать внимание, координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.

Ход игры: заяк серый умывается. Все играющие образуют круг. Выбранный зайкой становится в середину. Дети произносят:

Зайка серый умывается, Вымыл носик, вымыл ротик,

Видно, в гости собирается. Вымыл ухо, вытер сухо!

Зайка проделывает движения в соответствии с текстом. Затем он скачет на двух ногах к кому-нибудь из детей. Тот, к кому подойдет зайка прыжками отправляется на середину круга. Игра повторяется 5-6 раз.

Указания. В кругу могут находиться и несколько заек — 4-5 Они выполняют игровое задание.

Правила: внимательно слушать стихотворение и выполнять движения соответственно тексту.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ПОЛЗАНИЕМ И ЛАЗАНИЕМ

№ 13 «ПАСТУХ И СТАДО»

Цель: закрепление умения играть по правилам игры. Упражнять в ползании на четвереньках по залу.

Ход игры: Дети изображают стадо (коров, телят, овец). Выбирают пастуха, вручают ему рожок и кнут. Взрослый произносит слова:

Рано-рано поутру А коровки в лад ему

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру». Затянули: «Му-му-му».

На слова «Ту-ру-ру-ру» пастушок играет в рожок, после слов «Му-му-му» коровки мычат. Затем пастух гонит стадо в поле (на условленную лужайку), все бродят по ней. Через некоторое время пастух щелкает кнутом, гонит стадо домой.

Игра может повторяться. Можно несколько изменить сюжет игры, введя в нее волка. В этом случае пастух выгоняет стадо на луг и внимательно следит, не появится ли волк, который охотится за овцами, телятами. Увидев волка, щелкает кнутом, как бы отпугивает его и гонит стадо домой.

Указания: для игры нужен простор. Дети не должны сбиваться в одно место

№ 14 «ПЕРЕЛЕТ ПТИЦ»

Цель: развивать реакцию на словесные сигналы. Упражняться в лазании по гимнастической лестнице.

Ход игры: дети стоят на одном конце зала, они птицы. На другом конце зала вышка (гимнастическая стенка). По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» — птицы летят, расправив крылья. По сигналу «Буря!» — птицы летят на вышку — скрываются от бури на деревьях. После слов: «Буря прекратилась», — птицы снова летят.

Правила: внимательно слушать сигналы воспитателя и выполнять действия.

№ 15 «КОТЯТА И ЩЕНЯТА»

Цель: развивать ловкость ориентировку в пространстве. Упражнять в лазанье, беге.

Ход игры: играющие делятся на две группы: одни «котята», другие «щенята», они находятся в разных концах площадки. По сигналу котята начинают бегать, легко, как бы играя. На слова «котята!» они произносят «мяу!». В ответ на это щенята лают «гав-гав-гав!», на четвереньках бегут за котятами, которые быстро влезают на гимнастическую стенку. Щенята возвращаются на свои места.

После 2-3 повторений дети меняются ролями. Закончить игру можно следующим образом: предложить всем тихо и медленно «по — кошачьи» пройти.

Правила: действовать по сигналу «Котята».

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БРОСАНИЕМ И ЛОВЛЕЙ

№ 16 «ПОДБРОСЬ — ПОЙМАЙ»

Цель: учить детей подбрасывать мяч вверх, и ловить его двумя руками, не прижимая к груди. Развивать координацию движений, глазомер.

Ход игры: на двух столбиках (стойках) натянута веревочка на высоте поднятой вверх руки ребенка. Он подбрасывает мяч через веревочку и ловит его на противоположной стороне.

Варианты: если играют несколько детей, то можно провести между ними соревнование. Побеждает тот, кто большее количество раз поймал мяч за обусловленное число бросков (8—10 раз).

Детей можно разделить на пары. Одни подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания.

Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его;

подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его

№ 17 «СБЕЙ БУЛАВУ»

Цель: учить детей прокатывать мяч по направлению к булаве, стараясь сбить её. Развивать глазомер, точность броска.

Ход игры: Игроки становятся за линию, в 2-3м от которой напротив каждого поставлены булавы. В руках у детей мячи. По сигналу игроки прокатывают мячи по направлению к булавам, стараясь сбить их. По следующему сигналу дети идут за мячами и поднимают упавшие булавы. Игра повторяется, каждый запоминает, сколько раз булава была им сбита.

Варианты: прокатывать мяч правой, левой рукой, двумя руками. Ногой.

№ 18 «МЯЧ ЧЕРЕЗ СЕТКУ»

Цель: учить детей бросать мяч через сетку друг другу, двумя руками снизу, или из-за головы. Развивать точность броска, координацию движений, глазомер.

Ход игры: дети становятся на линию на расстоянии не менее 1,5 м от натянутой сетки, берут большие мячи, двумя руками из-за головы бросают через сетку, затем бегут за ними, догоняют и снова бросают через сетку.

Варианты: Две группы игроков встают по обе стороны сетки натянутой на 15 см выше поднятой руки ребенка. Дети перебрасывают мяч друг другу из-за головы или от груди или 1 ребенок перебрасывает мяч через сетку на другую сторону, поймавший перебрасывает его одному из соседей, а тот возвращает мяч за сетку, воспитатель подсчитывает на какой стороне мяч меньше, раз упал на землю.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ, НА ВНИМАНИЕ

№ 19 «НАЙДИ, ГДЕ СПРЯТАНО»

Цель: учить детей ходить по всему залу, ища спрятанный предмет. Развивать внимание выдержку.

Ход игры: дети поворачиваются лицом к стенке, воспитатель прячет флажок и говорит: «Пора», дети ищут спрятанный флажок. Тот, кто найдёт первым, прячет его при повторении игры.

Правила: не подглядывать за воспитателем, куда будет прятать флажок.

Варианты: воспитатель говорит холодно если дети далеко от спрятанного предмета, горячо — если рядом.

№ 20 «НАЙДИ И ПРОМОЛЧИ»

Цель: учить детей искать спрятанный предмет, при нахождении его не показывать вида что нашёл, а сказать на ухо об этом воспитателю. Развивать выдержку, внимание.

Ход игры: по сигналу воспитателя дети отворачиваются лицом к стене. Воспитатель прячет платок. Затем дети идут искать платок. Нашедший не показывая вида, подходит к педагогу, и говорит, где он обнаружил платок и становится на своё место в шеренге, или садится на скамейку. Игра продолжается пока большинство детей не найдут платок. Игра повторяется.

Правила: не подсказывать остальным участникам, где лежит предмет.

№ 21 «КТО УШЁЛ?»

Цель: учить детей угадывать тех детей, которые уходят. Развивать память, внимание.

Ход игры: дети стоят по кругу или полукругом. Один из игроков, запоминает играющих, а затем выходит из комнаты. Один из детей прячется. Педагог говорит: «Угадай, кто ушёл?» если ребёнок угадал, то выбирает кого-нибудь вместо себя, если ошибается то снова уходит, прячется другой ребёнок.

Правила: не подсказывать водящему, кто из игроков ушёл.

№ 22 «ПРЯТКИ»

Цель: учить детей искать своих товарищей называть их по имени. Развивать ориентировку в пространстве, внимание.

Ход игры: по считалке выбирается водящий. Тот становится возле педагога и закрывает глаза, остальные дети прячутся. Водящий говорит: 1, 2, 3, 4, 5, я иду искать! Обнаружив ребёнка, он называет его по имени, ребёнок выходит из укрытия и подходит к воспитателю. Когда водящий найдёт 4-5 детей, на роль ведущего назначается.

Варианты: выбираются два водящих.

Картотека хороводных игр в средней группе

<p style="text-align: center;">«Тишина»</p> <p>Цели: обучение детей умению двигаться в соответствии со словами; воспитание дисциплинированности.</p> <p>Содержание: играющие идут по кругу со словами:</p> <p>«Тишина у пруда, Не колышется вода, Не шумят камыши Засыпайте малыши».</p> <p>По окончании слов дети останавливаются, приседают и опускают голову. В таком положении находятся 10 секунд. Кто пошевелился, выходит из игры. Игра повторяется, пока не остается один ребенок - победитель.</p>	<p style="text-align: center;">Ходит Ваня»</p> <p><u>Цель:</u> учить стоять в кругу, подпевать песни, воспитывать доброжелательные отношения друг к другу.</p> <p>Ходит Ваня. ходит Ваня ищет Ваня, ищет Ваня, для себя дружочка Нашел Ваня. Нашел Ваня для себя дружочка Дети и воспитатель становятся в круг Воспитатель, и дети ходят по кругу и приговаривают слова. Один ребенок находится в кругу и выбирает себе дружочка на слова: Нашел Ваня, нашел Ваня для себя дружочка. Стоя в кругу они танцуют, а остальные дети хлопают в ладоши. Затем воспитатель меняет ведущего игра продолжается.</p>
<p style="text-align: center;">«Флажок»</p> <p><u>Цель :</u> учить детей стоять в кругу и выполнять действия , подпевать песенку.</p> <p>Слова: - дети встали в кружок увидали флажок, Кому дать, кому дать</p>	<p style="text-align: center;">« Пузырь»</p> <p><u>Цель :</u> учить детей стоять в кругу и выполнять действия, подпевать песенку. упражнять в согласовании приседания со словами и проговаривании слов – раздувайся</p>

<p>Кому флаг передать выйди, Саша в кружок, Возьми Саша флажок</p> <p>Движения: дети стоят в кругу, в середине круга лежит флажок. Воспитатель с детьми идет по кругу и произносит текст. Выходит ребенок по тексту, поднимает флажок, затем, машет им и кладет на место. Затем игра продолжается</p>	<p>пузырь, звука ш-ш-ш. Раздувайся пузырь раздувайся большой Оставайся такой Да не лопайся он летел, летел, летел Да за веточку задел ш-ш-ш. лопнул пузырь Дети и воспитатель становятся в круг. Воспитатель, и дети ходят по кругу и приговаривают слова, до тех пор пока не скажут «Лопнул пузырь». Тогда они опускают руки и присаживаются, произнося при этом звук ш-ш-ш.</p>
<p style="text-align: center;">«Зайка»</p> <p><u>Цель:</u> Учить двигаться по кругу, хлопать в ладоши.</p> <p>Зайка, зайка, что с тобой ты совсем сидишь дольной встань попрыгай, по пляши. твои ножки хороши</p> <p>Движения: Дети и воспитатель становятся в круг. Воспитатель и дети ходят по кругу и приговаривают, выполняя при этом движения по тексту.</p>	<p style="text-align: center;">«Колпачок»</p> <p><u>Цель:</u> учить детей братья за руки, выполнять движения, согласно тексту игры.</p> <p>Колпачок, колпачок тоненькие ножки, красные сапожки мы тебя кормили, мы тебя поили на ноги поставили танцевать заставили.</p> <p>Дети и воспитатель становятся в круг. Воспитатель выбирает одного из детей, он будет колпачком. Воспитатель, и дети ходят по кругу и приговаривают по тексту. Когда произносятся слова «мы тебя кормили, мы тебя поили», круг сужается, затем снова дети расходятся назад образуя большой круг и хлопают в ладоши. Ребенок стоящий в круге танцует.</p>
<p style="text-align: center;">« Мы матрешки»</p> <p><u>Цель игры:</u> учить выполнять движения по тексту, показывать ладошки, сапожки.</p> <p>Ход игры. Дети становятся в круг. Воспитатель и дети ходят по кругу и приговаривают: мы матрешки, вот какие крошки. а у нас, как у нас чистые ладошки. мы матрешки, вот какие крошки.</p>	<p style="text-align: center;">Дети и петух.</p> <p><u>Цели:</u> обучение детей умению безоговорочно и точно выполнять правила игры.</p> <p>Дети стоят в кругу. Один из детей стоит в центре круга, изображая петуха, идут по кругу со словами: «Петушок - петушок, Золотой гребешок,</p>

<p>а у нас, как у нас новые сапожки. мы матрешки, вот какие крошки. а у нас, как у нас новые платочки. мы матрешки, вот какие крошки. побежали. побежали все мы по дорожке.</p>	<p>Масляна головушка Шелкова бородушка. Что так рано встаешь? Детям спать не даешь?» После этих слов дети приседают на корточки и делают над головой «домики» из рук. «Петух» кукарекает три раза, дети разбегаются по залу, а «петух» их ловит. Первый пойманный ребенок становится «петухом».</p>
<p style="text-align: center;">«Затейники»</p> <p><u>Цели:</u> обучение детей различным танцевальным движениям; воспитание внимательности. Дети стоят по кругу, в центре затейник. Дети идут по кругу со словами: «Ровным кругом Друг за другом Мы идем за шагом шаг. Стой на месте Дружно вместе Сделаем вот так» Дети останавливаются, затейник показывает движения. Дети повторяют его, затейник меняется. Правило: движения не должны повторяться.</p>	<p style="text-align: center;">«Угадай, чей голосок»</p> <p><u>Цели:</u> Развитие слухового восприятия, умения различать голоса сверстников. Один ребенок стоит в центре круга с закрытыми глазами. Дети идут по кругу со словами: «Мы собрались в ровный круг Повернемся разом вдруг, А как, скажем: (говорит первый ребенок) «Скок - скок - скок, угадай, чей голосок?» Водящий должен узнать ребенка по голосу. Ребенок, чей голос узнали, становится водящим. Дети идут в другую сторону.</p>

Досуг «Вечер подвижных игр»

Цель: Вызвать положительные эмоции у детей в процессе подвижных игр. Развивать физические качества – быстроту, ловкость. Научить новым играм.

Материал: Атрибуты для игр

Клоунесса Ириска: Здравствуйте, ребята.

Дети здороваются.

Клоунесса Ириска: Я веселая Клоунесса Ириска и живу в стране Веселых игр. Я так люблю играть, но дело в том, что все мои друзья на каникулы уехали к своим бабушкам в деревню и мне совсем не с кем поиграть, поэтому я решила пригласить вас в свою страну Веселых игр и с вами поиграть. Мне сказали, вы любите играть, это правда? Согласны попасть в мою страну, тогда познакомимся! Я хочу узнать, все ли вы внимательные? На мои вопросы отвечайте «Я»

Кто любит шоколад? Дети: «Я»

Кто любит мармелад? Дети: «Я»

Кто спортом занимается? Дети: «Я»

А кто не умывается? Тишина

Кто любит апельсины? Дети «Я»

Кто любит мандарины? Дети «Я»

Кто готов в поход пойти? Дети «Я»

Кто расплатится в пути? Тишина.



Так вот, чтобы попасть в страну Весёлых игр нужно преодолеть полосу препятствий. За мной друзья!

Мы идём, мы идём и совсем не отстаем (ходьба в колонне по одному)

Впереди трудная дорожка с препятствием нужно по ней пройти (перешагивание через мягкие модули)

Дружно весело шагаем, силу ловкость набираем (ходьба в колонне по одному)

Впереди пути обрыв, постараемся его обойти (ходьба приставным шагом)

Камни на пути (змейкой между предметами)

Следы загадочных животных (по следам)

Быстрые ножки побежали по дорожке (бег друг за другом)

Клоунесса Ириска: Вот и моя веселая страна. Дети, для того чтобы играть в **подвижные игры**, нужно всегда помнить о безопасном поведении при игре. Какие правила вы знаете? Давайте их вспомним.

Дети:

Нельзя толкать при игре друг друга.

Бегать, не наталкиваясь друг на друга.

Обязательно смотреть под ноги.

Клоунесса Ириска: Молодцы! Все знаете, как надо играть, а теперь начнём?

Клоунесса Ириска: У нас в стране спрятался кто-то из лесных жителей. Найдете?

Искать надо тихо, спокойно передвигаясь по залу.

Игра малой подвижности «Найди лисичку»

Клоунесса Ириска: молодцы! И наша игра с лисичкой.

Игра "Лиса и гуси"

Клоунесса Ириска А мою загадку отгадаете? Прыг-скок, Прыг-скок, Длинноушка – Белый бок.(Заяц)

Предлагаю поиграть в игру «Зайцы и волк»

Дети играют в подвижную игру «Зайцы и волк».

Клоунесса Ириска. Вот у меня, например, много друзей, а у вас? И мы очень дружные, а вы? Проверим вашу дружбу? Приглашаю вас на игру «Найди пару»

Проводится подвижная игра «Найди пару» с ленточками.



Клоунесса Ириска: Ну, тогда я покажу вам игру, где нужно быть не только быстрым, но и ловким. Называется она «*Повар и котята*»

Игра «Повар и котята»

Клоунесса Ириска А в такую игру вы точно не играли! «Возьми платочек»

Игра «Возьми платочек»

Дети стоят в колонне парами, взявшись за руки. Перед ними в небольшом отдалении стоит водящий с платочком в руке. Он говорит:

«Кто успеет добежать
и платочек мой забрать?

Один, два, три – беги!»

Пара, стоящая в колонне последней, отпускает руки и бежит, чтоб взять платочек. Тот, кто первым взял платочек, становится водящим. Бывший водящий занимает его место в паре. Новая пара встает впереди колонны.

Правила: Количество детей должно быть кратно двум + один ребенок-водящий. К водящему бегут только дети из последней пары и только после слова «...беги!». Водящим становится тот игрок из пары, кто взял платочек в свою руку.

Клоунесса Ириска Ребята, мне так понравилось с вами играть, но пора прощаться. Я для вас приготовила полезный сюрприз. Найдете?



Дети находят витамины.

-А теперь подскажу секрет, как оказаться в детском саду! Раз, два, три, покружись и в садике окажись!

Приложение 5

Консультация для родителей «Польза подвижных игр»

«Я не боюсь еще раз повторить: забота о **здоровье** – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей, зависит их

Духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В. А. Сухомлинский

Дошкольный возраст – это тот период, когда ребенок усиленно растет и развивается, период формирования человеческой личности, когда закладывается основа **здоровья**. Неоспорим тот факт, что хорошее **здоровье**, приобретенное в дошкольный период детства, служит фундаментом для общего развития и сохраняет

свое значение в последующие годы жизни. В настоящее время дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к ярко выраженным функциональным нарушениям в их организме. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, задержку возрастного развития. **Подвижные игры** имеют большое значение в **укреплении здоровья дошкольников**. В **подвижные игры** включаются основные движения: ходьба, бег, лазанье, прыжки. Движения, входящие в игру, развивают и **укрепляют организм**, улучшают обмен веществ, функциональную деятельность всех органов и систем. **Подвижные игры**, по убеждению Е. А. Аркина, вносят радость в жизнь ребенка и способствуют **укреплению организма**, приучают к дисциплине, сосредоточению и планомерности действий. В **подвижных играх** создаются благоприятные условия для проявления творчества, выдумки, фантазии. **Подвижные игры** способствуют воспитанию двигательных качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе. Ограничение действий правилами, принятыми в **подвижной игре**, при одновременном увлечении игрой отлично дисциплинирует детей. В настоящее время забота о **здоровье**, эмоциональном благополучии и всестороннем развитии детей стали занимать приоритетные позиции. И это понятно: современному обществу нужны активные, **здоровые** и гармонично развитые личности. **Подвижные игры** – самое лучшее лекарство для детей от двигательного голода – гиподинамии. Многие из них существуют с незапамятных времен и передаются из поколения в поколение. Время вносит изменения в сюжеты некоторых игр, наполняет их новым содержанием, отражающим современную жизнь. **Игры обогащаются**, совершенствуется, создается множество усложненных вариантов, но их двигательная основа остается неизменной. **Укрепление и оздоровление организма**, формирование необходимых навыков, воспитание дружеских взаимоотношений, развитие речи и обогащение словаря – основные воспитательные задачи, которые мы осуществляем при помощи разнообразных **подвижных игр**.

Уважаемые, родители!

Я предлагаю вашему вниманию **подвижные игры**, которые будут интересны не только вашим детям, но и вам.

Игра «Поймай мяч».

Цель: развивать у детей ловкость, быстроту реакции.

Ход: участники **игры** делятся на две команды с равным количеством игроков. Все игроки стоят в круг. Водящий, выбранный с помощью считалки, подбрасывает мяч вверх. Если мяч поймают игроки одной команды, то они начинают его перебрасывать друг другу так, чтобы игроки другой команды не смогли его захватить. Бросать мяч можно только руками. Победит та команда, которая дольше всего удержит мяч.

«Игра наоборот».

Цель: развивать ловкость, внимание.

Ход: В этой игре все движения делаются наоборот. Ведущий выходит на середину и становится перед игроками, стоящими в шеренгу. Затем он показывает какое-нибудь движение, а игроки должны показать его наоборот. Например, если ведущий поднял

руку, то игроки должны опустить, если он развел ладони, то все должны свести и т. д. Тот, кто ошибается, выходит из **игры**.

Игра «Бегает или летает?».

Цель: развивать внимание, умение ловить мяч.

Ход: Участники этой **игры встают в круг**. Один из игроков подбрасывает мяч в воздух и называет какое-нибудь существо. Если названное существо летающее, игроки должны поймать мяч на лету. Если водящий назвал ползающее или лазающее по земле существо, то игроки должны поймать мяч, отскочивший от земли. Тот, кто ошибся, выходит из **игры**.

Игра «Воздух, вода, земля, ветер».

Цель: развивать внимание, быстроту реакции.

Ход: **играющие становятся в круг**, водящий стоит в середине. Подойдя к кому-либо из **играющих**, водящий говорит одно из четырех слов и считает до пяти. **Играющий** должен за это время назвать (*в зависимости от слова, которое ему задано*) птицу, рыбу, зверя или же покружиться на месте. Кто не успел дать ответ, выходит из круга. Потом водящий обращается к другому и т. д. Неожиданно вместо четырех указанных слов водящий говорит кому-нибудь: «*Огонь!*». При этом слове все **играющие** должны поменяться местами и водящий становится на чье-нибудь место в кругу. Последний, не успевший встать в круг, становится водящим.

Участие взрослых в **подвижных играх** приносит двойную пользу: доставляет детям много радости, а **родителям** дает возможность лучше узнать своего ребенка, стать ему другом.

Консультация для родителей «Игры пап и мам»

Нынешние дети совершенно не похожи на нас. Мы читали книги, ходили в кино, а потом разыгрывали батальные сцены, мы больше общались, дружили. А ещё мы бегали во дворах и играли. Можно много приводить причин, почему современные ребята так мало гуляют со своими сверстниками, это и опасная обстановка, и учёба, которой детей заваливают сверх меры, и компьютеры, и планшеты, но ... мне их жаль, они лишены удивительных приключений и воспоминаний которые остаются на всю жизнь.

Игра – это работа ребенка, а игрушки – его инструменты.

Ребенку также необходимо общение с другими людьми. Это дает понять, что кроме нас еще существуют люди, игра позволяет научиться понимать потребности других людей, игра это репетиция взрослой жизни. Хочется вспомнить игры нашего детства. Может они пригодятся вашим детям. Поиграйте со своими детьми!

«Прятки»

Раз-два-три-четыре-пять, я иду искать.

Кто не спрятался – я не виноват!

Простая игра – можно играть где угодно и когда угодно. Особенно увлекательно под вечер, когда смеркается.

Правила. Сначала выбирают водящего. Для этого в детстве мы знали миллиард считалок. Затем водящий становится лицом к стене (дереву, столбу...) и считает вслух до 20 (50, 100...). Игроки прячутся.

Задача игроков: спрятаться так, чтобы водящий не нашел. Задача водящего: найти всех спрятавшихся.

Когда водящий находит одного из игроков, ему нужно сломя голову бежать обратно к стене (дереву, столбу...), чтобы «застукать» его. Если игрок прибежал первым, то со словами «Стук-стук я» выводит себя из игры. Кого ведущий застучал первым, тот становится ведущим в следующем кону («Первая курица жмурится»).

Кодовые фразы:

«Топор-топор, сиди как вор и не выглядывай во двор» – кричали «застуканные» игроки товарищам при приближении «опасности» (сиди и не высывайся). «Пила-пила, лети как стрела» – кричали, чтобы подсказать, что водящий далеко от стены и можно выбираться из укрытия.

Количество игроков: чем больше, тем лучше.

«Салки» (догонялки)

Правила. Считалкой (куда без нее?) выбирается водящий. Игроки становятся в круг и по команде «Я – салка!» разбегаются, кто куда. (Часто оговаривалась площадка – «За забор не выбегать», «Дальше качели не бегать».)

Задача водящего: догнать одного из игроков и дотронуться до него рукой. До кого дотронуться, тот сам становится «салкой», а водящий превращается в обычного игрока. Количество игроков: от 3 и больше.

«Выше ноги» – чтобы избежать «засаливания», нужно запрыгнуть на что-нибудь и задрать ноги вверх («Выше ноги от земли» / «Салки-ножки на весу»), правда, по правилам задирать ноги тоже долго нельзя.

«Чай-чай, выручай!» – в этой версии салок, «засаленный» может остановиться, крикнуть эту волшебную фразу и ему на выручку прибегут друзья, но водящий на чеку, и есть вероятность, что к одной «жертве» добавятся вторая и третья.

«Классики»

Правила. На асфальте мелом чертится прямоугольное поле с 10 квадратами и полукругом («котел», «вода», «огонь»). Вариантов прыжков и разметки площадки существует несколько. Но, как правило, игроки по очереди кидают битку (камушек, коробочка из-под леденцов и т.д.) в первый квадрат. Затем первый игрок перепрыгивает из квадрата в квадрат и толкает за собой битку.

Количество игроков: не ограничено.

«Вышибалы» Играя в эту игру, можно было больно получить мячом, но зато азарт зашкаливал. Тем более, для нее не нужно ничего, кроме мяча.

Правила Выбираются «вышибалы» (как правило, по 2 человека на каждую сторону). Они встают напротив друг друга на расстоянии примерно 10-15 метров. «Вышибаемые» встают в центре площадки. Задача «вышибал»: попасть мячом во всех игроков (если тебя коснулся мяч, надо уходить с поля). Задача «вышибаемых»: быть ловкими и быстрыми, не попасть под удар мяча.

Без мяча не обходилось ни одно лето. Одна из любимых советскими детьми подвижных игр с мячом

«Горячая картошка»

Правила

Игроки становятся в круг и перебрасываются «горячей картошкой» (мяч). Если кто-то замешкался и не отбил вовремя мяч, он садится в «котел» (центр круга). Сидя в

«котле» можно попытаться поймать пролетающий над головой мяч, но при этом нельзя вставать с корточек. Если игроку в «котле» удалось поймать мяч, он освобождает себя и других пленных, а игрок, неудачно бросивший мяч занимает их место. Кроме того, игроки, перекидывающие «горячую картошку», могут специально освободить кого-то из «котла». Количество игроков: не меньше 3.

«Колечко»

Правила

Игроки садятся в ряд и складывают ладони лодочкой. Водящий держит в кулаке или сложенных ладонях мелкий предмет, например монетку, пуговицу, колечко. По очереди обходит каждого игрока, вкладывая в его «лодочку» свою и произнося считалку: «Я ношу-ношу колечко и кому-то подарю». Задача водящего — незаметно вложить «колечко» одному из игроков и произнести «Колечко-колечко, выйди на крылечко!» После этого игрок, которому достался предмет, вскакивает и пытается убежать. Задача остальных участников — задержать убегающего ребенка.

«Я садовником родился»

Правила

Каждый игрок выбирает себе имя — название цветка и сообщает его «садовнику» водящему и другим игрокам. Водящий произносит считалочку: «Я садовником родился, не на шутку рассердился, все цветы мне надоели, кроме...» И называет «имя» (название цветка) одного из игроков. Происходит диалог между водящим и игроком. Игрок произносит название одного цветка из тех, что есть в команде. Участник, чье имя прозвучало, должен откликнуться. Диалог продолжается. Тот, кто ошибся: например, не отреагировал на свое имя, перепутал название цветов, — отдает фант (любую свою вещь). В конце игры фанты разыгрываются. «Садовник» отворачивается, вещь достают и спрашивают водящего: «Что делать этому игроку?» «Садовник» назначает задание (попрыгать на одной ноге, поприсесть, спеть, рассказать стихотворение и т.д.) — игрок «отрабатывает» фант и забирает свою вещь.

«Съедобное и несъедобное»

Правила

Все игроки садятся или встают в ряд. Водящий кидает мяч одному из участников и одновременно называет какой-нибудь предмет. Если предмет «съедобный», игрок ловит мяч. Если нет — отбивает. Задача водящего — запутать игрока, например, в цепочке «яблоко-дыня-морковь-картошка» неожиданно произнести: «утюг». Если игрок ошибается и «съедает» «несъедобное», то сам становится водящим. Чем быстрее водящий кидает мяч и называет предметы, тем азартнее и интереснее играть.

"Тише едешь дальше будешь. Стоп"

Правила

На земле отчерчиваются мелом две полосы на расстоянии примерно 20 метров. Все игроки становятся с одной стороны водящий - с другой стороны, и поворачивается ко всем спиной. Водящий произносит:

"Тише едешь дальше будешь."

Фразу можно произносить как угодно - намеренно затягивая слова, всё предложение, или например, начинать медленно и затем резко и быстро заканчивать ее - в общем, привносить элемент неожиданности в игру.

В это время все игроки пытаются как можно дальше пробежать-пройти к финишу, на слове "стоп" замирают. После слова "стоп" водящий оборачивается. Если он увидел движение какого-то игрока (кто не успел замереть, или остановиться из-за скорости разгона) - тот выбывает из игры.

Побеждает тот, кто первым доберется до финиша и дотронется до водящего - он занимает его место, и игра начинается сначала.

«Море волнуется раз...» Есть несколько вариантов игры.

1) Ведущий отворачивается от игроков и произносит известную считалочку:

Море волнуется раз,

Море волнуется два,

Море волнуется три,

Морская фигура на месте замри!

Пока он говорит, участники хаотично двигаются в любом порядке, изображая руками движения волн. Как только водящий замолкает, нужно замереть в какой-нибудь фигуре. Водящий подходит к одному из игроков и дотрагивается до него. Игрок изображает свою фигуру в движении, а водящий угадывает, что это такое. Игрок, чью фигуру не удалось угадать, сам становится водой.

2) После произнесения считалочки игроки должны замереть в той позе, в которой оказались. Водящий поворачивается, обходит всех играющих и осматривает получившиеся фигуры. Кто первый из них пошевелится, тот становится на место ведущего, либо выбывает из игры (в этом случае победителем становится наиболее дольше продержавшийся игрок).

3) Можно использовать другой вариант игры, когда ведущий осматривает все фигуры и выбирает. В этом случае победителем становится игрок, наиболее ярко проявивший свою фантазию.

«Испорченный телефон»

Правила

Старая проверенная временем детская игра в испорченный телефон. Играть в неё можно одной или двумя командами.

Выбирается водящий, который на ухо шёпотом говорит одному из игроков слово или фразу, а тот старается точно также, передать другому игроку и так по цепочке.

Последний игрок говорит то, что он услышал, и сравнивают с оригиналом. Зачастую получается очень неожиданный и смешной результат! Если играет две команды, то ведущий передает слово двоим игрокам из команд. Побеждает та команда, чей результат будет наиболее похож на оригинал.

«Я знаю пять имён...»

Правила

Ребята договариваются об очередности перехода мяча и о последовательности тем.

Первый игрок начинает чеканить одной рукой мячик об землю, приговаривая:

— Я знаю пять имен девочек. Аня -раз, Катя — два, Поля — три, Маша — четыре, Настя — пять.

Игрок должен соблюдать ритм ударов, произнося при одном ударе по мячу одно слово.

Если игрок справился с задачей, он переходит к следующей теме, заранее определенной, например:

- Я знаю пять имен мальчиков (названий городов, животных, насекомых, птиц, стран, городов и т.д)

Если игрок сбился, упустил мяч или задумался надолго, то мяч переходит к следующему участнику.

Тот начинает сначала:

— Я знаю пять имен девочек

Для усложнения игры можно ввести условия, что имена не должны повторяться. Когда мяч, сделав круг, вернется к первому игроку, он начинает с той темы, на которой он остановился.

Игра длится до тех пор, пока всем не надоест.

«Фанты»

Правила

Ведущий собирает у всех игроков по одному личному предмету, а затем каждый пишет на бумажке какое-нибудь задание. Затем бумажки собираются, перемешиваются, и ведущий не глядя вытягивает сначала чей-либо предмет, а потом записку. Человек, которому принадлежит предмет, должен выполнить задание, написанное на бумажке. Игра замечательная, но только игрокам следует помнить, что им самим может попасться их собственное задание.

«Вышибалы»

Правила

Для игры в вышибалы нужно как минимум 3 человека. Из них 2 вышибающие (вышибалы) и один водящий. Играющие разбиваются на две команды.

Двое игроков из одной становятся на расстоянии примерно семь – восемь метров друг напротив друга. У них мяч. Между ними передвигаются два игрока другой команды. Задача первых – попасть в соперников и выбивать их из игры. При этом нужно бросать так, чтобы мяч, не попав в цель, мог быть пойман партнёром. Летом я познакомила детей старшего возраста с этой игрой, им игра очень понравилась.

Задача вторых – не дать себя выбить. Еслиловишь летящий мяч, тебе добавляется одна жизнь. Наберёшь, к примеру, пять жизней и чтобы выбить из игры, нужно попасть в тебя шесть раз. Если мяч отскакивал от земли и попадал в игрока, это не считалось. Место выбитых игроков занимали другие члены команды. Когда выбивали всех – команды менялись местами.

Игра нужна детям не меньше, чем еда, питье и любовь родителей.

В игре ребенок изучает мир. Играйте вместе.

Приложение 6

Семейный клуб «Подружила нас игра»

Цель: создать условия родителям воспитанников для представления семейных игровых моментов

Ход заседания:

1. Упражнение «Настроение»

Обозначение цветов.

красный – веселое, бодрое, возбужденное, активное настроение, хочется радоваться всем; веселиться.

зеленый – спокойное настроение, немного уставшее; хочется спокойно поиграть, послушать.

желтый - теплое, доброжелательное, готовы к сотрудничеству.

синий - грустное, печальное.

2.Мини-лекция «Подвижная игра - как средство развития детей»

Предлагаю для себя ответить на несколько вопросов

-нам хочется видеть своих детей здоровыми, бодрыми, ловкими, сильными и хорошо развитыми умственно?

-если бы вы на миг оказались ребенком 4-5 лет, то вам было бы весело побегать, поиграть или посидеть и почитать?

Чтобы детство наших детей было **веселым**, счастливым, основное, главное место в их жизни должна занимать игра. В детском возрасте у ребёнка есть потребность в игре. И её нужно удовлетворить не потому, что делу – время, потехе – час, а потому, что играя, ребёнок учится и познаёт жизнь.

Игра – это потребность детского организма. С помощью игр ребенок учится взаимодействовать с окружающим миром, реализует свои внутренние потребности и всесторонне развивается.

Особую роль в воспитании занимают **активные игры**. Активные игры – это и подвижные игры, и спортивные игры. Их не надо путать.

Характерной особенностью подвижных игр является ярко выраженная роль движений в содержании игры (бега, прыжков, метаний, бросков, передач и ловли мяча, сопротивлений и др.). Эти двигательные действия мотивированы ее сюжетом и направлены на преодоление различных трудностей, препятствий, поставленных на пути достижения цели игры.

В настоящее время роль и значение игр заметно возросло. Посильная физическая нагрузка укрепляет здоровье детей, повышает их работоспособность. С помощью подобных игр дети учатся ориентироваться в пространстве, улучшается координация. Также эти игры заряжают ребенка положительными эмоциями, а это благотворно сказывается на его настроении в течение дня и здоровье в целом.

Дети учатся преодолевать трудности, развивают способности и умения. Вместе с тем они учатся работать в коллективе, так как подвижные игры подразумевают **взаимодействие с другими детьми**. В этом случае благодаря игре ребенок лучше социализируется, учится взаимодействовать со своими сверстниками и реагировать на различные жизненные ситуации.

В игре совершенствуются физические качества -выносливость, ловкость, быстрота, сила.

Классификация игр разнообразна. Принято выделять подвижные игры по виду движений. Это могут быть игры с прыжками, бегом, метанием «Лиса и гуси», «Зайцы и волк»)

По степени мышечного напряжения- это игры большой, средней, малой подвижности.

Игры большой подвижности «Ловишки», «У медведя во бору»

Игры средней подвижности, хороводы «Ровным кругом», «Карусели», «Пузырь»

Игры малой подвижности «Летает – не летает», «Найди, где спрятано», «Море волнуется»

Так же подвижные игры могут быть бессюжетные и сюжетного характера «Лохматый пес» или просто догони.

Существуют и специальные оздоровительные игры. Специальные оздоровительные игры наряду с укреплением различных групп мышц, тренировкой вестибулярного аппарата, профилактикой нарушений зрения и осанки снимают утомление, вызванное интенсивными интеллектуальными нагрузками, и создают у игроков состояние психофизиологического комфорта.

Все эти игры возможно проводить не только в детском саду, но и дома.

Подбирая игры, необходимо стремиться, чтобы они были достаточно сложными и в то же время доступными детям. Во время игры дети должны быть внимательными, четко следить за правилами игры. При организации игры нужно опираться на опыт и знание детей, ставить перед ними конкретные задачи, доступно объяснять правила, постепенно усложняя задачу и игровые действия

Я начну фразу, а вы продолжите: игра – это...(весело, забавно, интересно, увлекательно, радостно..) Если мы хотим, чтобы детство наших детей было – веселым, радостным..., то будем играть!

3. Просмотр видео – презентации семей воспитанников «Мы научим вас играть»

4. РЕФЛЕКСИЯ

Ваше мнение о сегодняшней нашей встрече и оценить нашу работу по следующим критериям:

1. **Красный цвет** – понравилось, буду использовать материал в работе.
2. **Синий** – понравилось, уже использую материал в работе.
3. **Желтый** – понравилось, узнала новые приемы.
4. **Зеленый** – было интересно, но в работе использовать не буду.