

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное
учреждение детский сад № 7 «Ласточка»
станции Прочноокопской
муниципального образования Новокубанский район

**Игры малой подвижности с детьми
старшего дошкольного возраста**

Автор-составитель:

воспитатель МДОБУ № 7 «Ласточка»

Зеленская Ирина Алексеевна

ст. Прочноокопская, 2023 год

Содержание

Пояснительная записка	5
«У кого мяч?»	7
«Летает - не летает».....	7
«Затейники»	7
«Угадай по голосу»	8
«Найди и промолчи»	8
«Найди предмет»	8
«Статуи».....	9
«Чем всё закончилось».....	9
«Что пропало».....	9
«Шмель».....	10
«Водяной»	10
«Холодно - горячо»	10
«Скажи наоборот»	10
«Тишина»	11
«Раки».....	11
«У ребят порядок строгий».....	11
«Солнышко и дождик».....	12
«Флажок»	12
«Найди пару»	12
«Как живёшь»	13
«Лови - бросай»	13
«Докати обруч до флажка»	14
«Подбрось повыше»	14
«Скользкая цель».....	14

«Брось дальше».....	14
«Ворота».....	15
«Великаны - карлики».....	15
«Стань первым».....	15
«Шире шаг».....	16
«Сбей кеглю».....	16
«Удочка».....	16
«Две подружки».....	16
«Дерево, кустик, травка».....	17
«Капуста – редиска».....	18
«Котик к печке подошел».....	18
«Овощи и фрукты».....	19
«По дорожке».....	19
«Светофор».....	20
«Три медведя».....	20
«Тук-тук».....	21
«У меня, у тебя».....	21
«У меня есть все».....	22
«Вершки и корешки».....	22
«Ворота».....	23
«Дни недели».....	24
«Жучок».....	24
Список используемой литературы.....	26

Пояснительная записка

Особенности нервной системы детей не позволяют им в нужном размере контролировать свои эмоции и мышечное возбуждение. Поэтому в детском саду всегда усваивается правило — каждая подвижная деятельность имеет завершающий отрезок, в процессе которого активность снижается. Достигается это проведением малоподвижных игр.

Подвижные игры широко используются в детском саду как самостоятельная форма работы по физическому воспитанию, однако практический опыт показывает, что подбор малоподвижных игр и игровых упражнений в настоящее время ограничен в связи с их немногочисленностью.

Основными целями игр и игровых упражнений малой подвижности являются:

- физической нагрузки, т.е. постепенный переход от возбужденного состояния к более спокойному;
- снятие общего утомления, моторной напряженности мышц рук;
- гибкости и подвижности пальцев, координации движений рук и ног;
- внимательности, сообразительности, памяти, наблюдательности, ловкости, быстроты реакции;
- укрепление сердечно-сосудистой, мышечной, дыхательной и других систем организма;
- в пространстве;
- и закрепление двигательных умений;
- получение детьми удовольствия, создание хорошего настроения;
- сохранение и укрепление здоровья дошкольников;
- повышение интереса детей к физической культуре и здоровому образу жизни.

В играх малой подвижности движения выполняются в медленном темпе, к тому же интенсивность их незначительна.

Спецификой данного вида игр является способ организации детей (круг, вращательную, шеренга и др.), движения, которые включаются в игру, методика проведения (выбор игры, место проведения, подготовка к игре, сбор детей на игру, объяснение, проведение и окончание игры), темп, в котором она ведется (медленный), количество повторений движений (3–6 раз).

Подобные игры не требуют подробного объяснения правил. Воспитатель сам показывает детям движение или выбирает для этого кого-либо из ребят.

Игры малой подвижности подразделяются на игры, способствующие развитию мелкой моторики рук и сенсорики, внимания (слухового, моторно-двигательного), интеллекта, слуха, зрения и речи.

Игры и игровые упражнения малой подвижности проводятся со всеми детьми группы одновременно на физкультурном занятии (в третьей, заключительной его части), досугах и праздниках, дневной, вечерней прогулке, в физкультурных минутках и физкультурных паузах, в самостоятельной двигательной деятельности детей.

«У кого мяч?»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в круг. Упражнять в игре сообща.

Ход игры: Играющие образуют круг. Выбирается водящий. Он становится в центр круга, а остальные плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной. Воспитатель дает кому-либо мяч (диаметр 6—8 см), и дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать, у кого мяч. Он говорит: «Руки!»— и тот, к кому обращаются, должен выставить вперед обе руки ладонями вверх, как бы показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг, а тот, у кого найден мяч, начинает водить. Игра повторяется 2—3 раза.

«Летает - не летает»

Цель: Развивать у детей умение слушать внимательно, закрепить навык построения в круг.

Ход игры: Дети стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и не летают. Называя предмет, воспитатель поднимает вверх руки. Например, воспитатель говорит: Птица летает, стул летает, самолет летает» и т. д. дети должны поднять руки вверх, если назван летающий предмет.

«Затейники»

Цель: формировать умение идти ровным кругом, совершать игровые действия в соответствии с текстом.

Ход игры: Выбирается водящий — затейник, который встает в центр круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу вправо (влево) и произносят:

«Ровным кругом друг за другом

Мы идем за шагом шаг.

Стой на месте! Дружно вместе

Сделаем вот так»

дети останавливаются, опускают руки, а затейник показывает какое-нибудь движение, и все должны его повторить. Игра повторяется с другим водящим (3—4 раза).

«Угадай по голосу»

Цель: Упражнять детей в построении в круг; ориентироваться в пространстве, развивать слуховое внимание

Ход игры: Водящий встает в центр зала и закрывает глаза. Дети образуют круг, не держась за руки, идут по кругу вправо и произносят: Мы собрались в ровный круг. Повернемся разом вдруг, А как скажем; «Скок-скок-с кок», Угадай, чей голосок. Слова «скок-скок-скок» произносит один ребенок (по указанию воспитателя). Водящий открывает глаза и пытается угадать, кто сказал эти слова. Если он отгадает, этот игрок становится на его место. Если водящий не угадал, то при повторении игры вновь выполняет эту роль. Дети идут по кругу в другую сторону.

«Найди и промолчи»

Цель: Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Развивать качество внимательности

Ход игры: Воспитатель заранее прячет какой-либо предмет и предлагает его найти. Тот, кто увидел, подходит к воспитателю и тихонько говорит. Когда большинство детей справятся с заданием, педагог отмечает тех, кто оказался самый внимательный. Ходьба в колонне по одному.

«Найди предмет»

Цель: развивать у детей выдержку, наблюдательность.

Ход игры: дети сидят вдоль стены. Воспитатель показывает детям

флажок и говорит, что он его спрячет. Затем воспитатель предлагает детям встать и отвернуться к стене. Убедившись, что никто из детей не смотрит, воспитатель прячет флажок, после чего говорит «пора». Дети начинают искать спрятанный флажок. Кто первый найдет – тот его прячет. Повторить игру 3-4 раза.

«Статуи»

Цель: развивать координацию движений, слух, физические качества, умение играть по правилам.

Ход игры: Игру лучше играть большим мячом. Игроки становятся по кругу и перебрасывают мяч друг другу. Кто не поймает мяч, продолжает игру, стоя на одной ноге. Если в такой позе ему удастся поймать мяч, то встает обратно на обе ноги; он становится на обе ноги. Если же совершается еще одна ошибка, игрок становится на одно колено. При третьей ошибке он опускается на оба колена. Если в этом положении игрок поймает мяч, он встает в исходное положение, и он продолжает игру, стоя на обеих ногах. А если постигнет неудача, придется выбыть из игры.

«Чем всё закончилось»

Цель: развивать память, умственные способности. Пополнять словарный запас ребенка.

Ход игры: В игре используется сказочный сюжет. Читается начало сказки, далее дети или ребенок индивидуально, должны продолжить его.

«Что пропало»

Цель: развивать внимание, память.

Ход игры: на стол перед детьми выкладываются различные предметы, детям дается некоторое время запомнить их. После предметы закрываются ширмой, и убирается один или сразу несколько предметов, ширма убирается, и дети говорят, какие из

предметов пропали.

«Шмель»

Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру. Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч.

Ход игры: играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекатывается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг.

«Водяной»

Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества. Дедушка - Водяной! Что сидишь ты под водой? Выйди, выйди хоть на час. Угадай кого из нас!

Ход игры: дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: - выйди, выйди... водяной идет с закрытыми глазами, руки вперед, кого заденет, того и угадывает.

«Холодно - горячо»

Цель: Развивать слуховые качества, физические качества.

Ход игры: водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: холодно...тепло...горячо...помогая найти спрятанный предмет.

«Скажи наоборот»

Цель: учить быстро, находить слова противоположные по значению, развивать память, умственные способности. Пополнять словарный

запас ребенка.

Ход игры: Дети стоят по кругу, бросают и ловят мяч с названием слов-антонимов.

«Тишина»

Цель: Учить детей двигаться по сигналу, развивать слуховые качества.

Ход игры: Тишина у пруда, Не колышется вода, Не шумят камыши, Засыпайте малыши. Дети идут в колонне по одному. После слов дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Тот, кто пошевелится, встает в конце колонны.

«Раки»

Цель: Развивать активность детей в двигательной деятельности. Поощрять детей в игре. Развивать физические качества.

Ход игры: Тики-таки, тики-таки, Ходят в нашей речке раки. Ходят задом наперед, ищут раки в речке брод, Стали раки воду пить — Выходи, тебе водить! Играющие разбираются по парам, становятся по кругу. Каждый в паре поворачивается спиной друг к другу и подает руки. С началом текста все пары двигаются в одном направлении по кругу так, что первый в паре идет прямо по направлению движения и ведет за руки второго, идущего задом наперед (это рак). По окончании текста игра повторяется со сменой направления.

«У ребят порядок строгий»

Цель: Развивать умение действовать по сигналу, физические качества.

Ход игры: У ребят порядок строгий, Знают все свои места. Ну, трубите веселей: Тра - та - та, тра - та - та! Дети ходят по залу врассыпную. По сигналу дети строятся в колонну.