Консультация для родителей

**Подвижная игра в жизни ребенка**



Подвижная игра в жизни ребенка

Велико значение игры в развитии и становления ребенка.  Играя,  ребенок постигает окружающий мир, его законы, правила поведения. Подвижные игры для детей укрепляют физическое здоровье, помогают ребенку получить правильное развитие, обучают жизненным ситуациям, как следует поступать в тех или иных случаях, развивает мораль, помогает ребенку открывать для себя новый для него мир. Игра – вид деятельности ребенка, детские игры  способствуют развитию сознательной деятельности, интеллекта, укреплению их здоровья и иммунной системы.  Играя, ребенок узнает правила поведения  в обществе, уясняет  свое место в коллективе....

 Подвижная игра, по словам П.Ф. Лесгафта является подготовкой к жизни нового поколения. Подвижные игры для детей с правилами – это активна и сознательная деятельность маленького человека. Она требует точного и своевременного выполнении я заданий, которые вытекают из правил игры, обязательных для всех участников. Играя, ребенок пополняет свой багаж знаний  и представлений об окружающем мире, развивается его мышление сообразительность, смекалка. Он получает навыки в ловкости сноровке, учится морали и правилам общения. Каждая игра способствует упражнению и закреплению приобретенных качеств и навыков, формирование и получение новых. Гармоничное развитие личности возможно только при одновременном развитии всех показателей, этого помогают детские игры.

В дошкольном возрасте подвижные игры для детей все больше приобретают обучающую направленность. В них включают рассказывание сказок, разучивают песенки, стихи.  С ростом ребенка роль игры в его развитии остается очень значительной. Занятия спортом, физические нагрузки, соревнования в старшем возрасте имеют игровой характер, помогая детям развиваться физически и укреплять свое  здоровье.

***Детские спортивные подвижные игры***

 Пожалуй, самым привлекательным в любой подвижной игре это соревнование. Такая игра одинаково легко увлекает и маленьких и больших. Соревновательный дух игры позволяет развивать такие качества как целеустремленность, умение подчинять свои эмоции, следовать предписанным правилам.

 Ну и конечно никакая подвижная  спортивная игра для детей  не обходится без оттачивания навыков координации тела. Бег, прыжки в высоту, в длину, кувырки, бросание мяча, игра с мячом, все это комплексно развивает физическое здоровье ребенка. Физические нагрузки улучшают кровообращение, ткани лучше снабжаются кислородом, улучшается работа всех внутренних органов.

 Особенно хороший эффект получается при проведении игр в саду на воздухе. Солнечные лучи дают заряд энергии, улучшают баланс кальция в организме, укрепляя скелет и нервную систему малышей. Различные  интересные нововведения в правила игры, которые придумывают сами дети, делает их более заинтересованными в игре.

***Подвижные музыкальные игры для детей***

 Начиная с самого раннего возраста, ребенок живет в мире звука.   Начиная с самого раннего детства, музыка входит в жизнь нового человека. Педагогика рекомендует развивать слух и музыкальный вкус, начиная с ясельного возраста.

Дети на уроках занимаются разными упражнениями и играми в сопровождении музыки. Они начинают изучать веселые детские мелодии  несложной гармонии.  На уроках дети играют и учатся танцам. Подвижные игры для детей и танцы — игры для детей развивают координацию движений их согласованность. Начинают осваивать понятия ритма.

 Музыкальное описание произведения, его характер, становиться частью развития музыкального вкуса ребенка.

***Подвижные игры для детей 3-4 лет***

**"Пузырь"**
Дети стоят вплотную по кругу, взявшись за руки. Вместе с воспитателем ониговорят:

*Раздувайся, пузырь,*

*Раздувайся большой,*

*Оставайся такой,*

*Да не лопайся.
Произнося стихи, дети постепенно расширяют круг.*

*Он летел, летел, летел*

*И на ветку налетел.*

*Пш-ш-ш, и лопнул!*

После последних слов все дети опускают руки и присаживаются на корточки.
Педагог предлагает надуть новый пузырь: дети встают, снова образуют маленький круг, игра возобновляется. Вариант игры:
После слов «Да не лопайся» педагог говорит: «Полетели пузыри». Дети разбегаются, врассыпную (в пределах площадки), а педагог говорит: «Полетели, полетели, полетели!..»
В этом варианте игру можно повторить 3—4 раза.
 **"Воробушки и кот"**
Дети стоят вдоль стен комнаты на скамеечках, на больших кубиках или в обручах, положенных на пол. Это — «воробышки на крыше» или в «гнездышках». Поодаль сидит «кошка», роль которой исполняет один из детей. Педагог говорит: «Воробышки полетели». Воробышки спрыгивают с крыши или выпрыгивают из гнездышка и, расправив крылья, бегают врассыпную по всей комнате. Кошка тем временем спит. Но вот она просыпается, произносит «мяу-мяу» и бежит догонять воробышков, которые должны спрятаться от нее на крыше или в гнездышках, заняв свои места. Пойманных воробышков кошка отводит к себе «в дом».

**«Котята и ребята»**Подгруппа детей изображает котят, остальные — их хозяева (у каждого 1—2 котенка). Котята на заборчике— на второй-третьей перекладинах лесенки. Хозяева сидят на скамейке. «Молока, кому молока»,— говорит воспитатель, подходит к хозяевам и делает вид, что наливает им молоко в кружки (мисочки, колечки, круги). Котята мяукают — просят молока. Хозяева выходят на площадку (за черту) и зовут: «Кис-кис-кис!» Котята слезают с заборчика и бегут пить молоко. Ребята — хозяева говорят: «Мохнатенький, усатенький, есть начнет, песенки поет». С последним словом котята убегают, хозяева их ловят. Кто поймал котенка, меняется с ним ролью.
*Правила:* по сигналу влезать и слезать любым способом; убегать после слова «поет»; ловить можно только до черты (на расстоянии двух шагов от заборчика).

**"Наседка и цыплята"**
Дети изображают «цыплят», педагог — «наседку».
На одной стороне площадки огорожено веревкой место — «дом», где помещаются цыплята с наседкой (веревка натягивается между деревьями или двумя стойками на высоте 40—50 см).
Наседка переступает через веревку и отправляется на поиски корма. Через некоторое время она зовет цыплят: «Ко-ко-ко-ко». По этому сигналу все цыплята перелезают через веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют по площадке.
Когда педагог говорит «большая птица», все цыплята бегут домой.
Педагог говорит «большая птица» только после того, как все дети перешагнули через веревку и немного побегали по площадке.

**"Лягушки"**
Посередине площадки чертят большой круг или кладут толстый шнур в форме круга. Группка детей располагается по краю круга, остальные садятся на стулья, расставленные по одной стороне площадки. Вместе с детьми, сидящими на стульях, педагог говорит следующие стихи:
Вот лягушки по дорожке
Скачут, вытянувши ножки,
Ква-ква-ква, ква-ква-ква,
Скачут, вытянувши ножки.
Дети, стоящие по кругу, подпрыгивают, изображая «лягушек». По окончании стихотворения дети, сидящие на стульях, хлопают в ладоши (пугают лягушек); лягушки прыгают в «болотце» — перепрыгивают через черту — и тихонько присаживаются на корточки.
При повторении игры роли меняются.
*Правила:*мяч останавливать руками, не допуская касания ног; долго не задерживать, стараться тут же откатить другому.
 **"Кружись — не упади!"**
В играх с ходьбой «Нам весело», «Парами на прогулку», «Солнышко и дождик» вводится кратковременное медленное кружение на месте.

**"Шире шагай"**
На площадке в 2—3 ряда раскладываются обручи (пластмассовые или плоские из фанеры диаметром 60 см), в каждом ряду 5—6 обручей. 2—3 детей по сигналу шагают из обруча в обруч. Дойдя до конца, подпрыгивают, хлопают в ладоши и возвращаются.
*Правила:* идти с промежуточным шагом в обруче, но, не выходя за его края, не задевать за обручи.
 **"Солнышко и дождик"**
Дети встают по кругу.

Смотрит солнышко в окошко,

Светит в нашу комнатку.                                 *Идут по кругу.*
Мы захлопаем в ладоши,
Очень рады солнышку.                                   *Хлопают стоя на месте.*
Топ-топ-топ-топ!
Топ-топ-топ-топ!                                            *Ритмично притопывают на месте.*Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп!
Хлоп-хлоп-хлоп                                             *Ритмично хлопают в ладоши,*На сигнал «Дождь идет, скорей домой!» дети убегают. Затем педагог говорит: «Солнышко светит!», - игра повторяется.

**«Найди свой домик»**
Дети сидят вдоль одной стороны на площадке или в комнате. По сигналу педагога «Пойдемте гулять» дети расходятся по площадке, кто куда хочет. По слову педагога «Домой!» все бегут обратно и занимают любое свободное место. Затем игра повторяется.
 **«Мыши и кот»**
Дети-«мышки» сидят в «норках» - на стульчиках или скамейке, поставленной вдоль одной  стены комнаты, или по сторонам площадки; в одном из углов площадки сидит «кошка», роль которой исполняет педагог. Кошка засыпает, и только тогда мышки разбегаются по комнате. Но вот кошка просыпается, мяукает и начинает ловить мышат, которые бегут в свои норки и занимают свои места на стульчиках. После того как все мышки вернулись на свои места, кошка еще раз проходит по комнате, а затем возвращается на свое место, засыпает и игра повторяется.
Педагог может использовать в игре игрушечную кошку.
 **«Поезд»**

Дети стоят в колонне по одному по одной стороне площадки или вдоль стены комнаты. Первый стоящий в колонне - «паровоз», остальные «вагоны». Педагог дает гудок, и дети начинают двигаться вперед; вначале медленно, затем быстрее и наконец переходят на бег (при медленном движении могут произносить звук «чу-чу-чу»). «Поезд подъезжает к станции», - говорит педагог. Дети постепенно замедляют темп и останавливаются.
Педагог регулирует темп, направление и продолжительность движения детей.
Первое время педагог сам ведет колонну, а затем ставит впереди более активного ребенка.

**«Птички в гнездышках»**В разных концах площадки или сторон комнаты устанавливается 3-4 «гнезда» (можно поставить стульчики, положить обручи или начертить большие круги). Дети-«птицы» размещаются в гнездах. По сигналу педагога птицы вылетают из своих гнезд и разлетаются по всей площадке. Педагог «кормит» птиц то на одной, то на другой стороне площадки. Дети присаживаются на корточки, ударяя кончиками пальцев по коленям (клюют корм). После слов педагога «Птицы в гнезда!» дети бегут на свои места.

**«Лохматый пес»**
Один из детей изображает «пса». Остальные дети тихонько подходят к нему, шепотом проговаривая слова:
Вот лежит лохматый пес,
В лапы свой уткнувши нос.
Тихо, смирно он лежит,
Не то дремлет, не то спит.
Подойдем к нему, разбудим
И посмотрим, что-то будет.
Пес вскакивает, начинает лаять - дети разбегаются. Пес пытается их догнать. Когда все дети разбегаются и прячутся, пес опять ложиться на коврик. Игра повторяется с новым водящим.
 **«Воробушки и кот»**
Дети стоят вдоль стен на скамеечках, на больших кубах или в обручах, положенных на пол. Это - «воробушки на крыше» или «в гнездышках». Поодаль сидит «кошка», роль которой исполняет один из детей. «Воробушки полетели», - говорит педагог. Воробушки спрыгивают с крыши или выпрыгивают из гнезда и, расправив крылья, т. е. вытянув руки в стороны, бегают врассыпную по комнате. Кошка тем временем спит. Но вот она просыпается, произносит: «Мяу-мяу!» и бежит догонять воробушков, которые должны спрятаться от неё на крыше или гнёздышках, заняв свои места. Поймав воробушков, кошка отводит их к себе в дом.

 **«Огуречик»**
В одном конце площадке – педагог-«ловишка», в другом дети. Дети приближаются к ловишке прыжками на двух ногах проговаривая слова:
Огуречик, огуречик,
Не ходи на тот конечик:
Там мышка живет,
Тебе хвостик отгрызет.
По окончанию слов дети убегают на свои места, ловишка их ловит.

**«Найди свой цвет»**
Дети получают флажки 3-4 цветов: одни - красного, другие – синего, третьи – желтого, и группируются по 4-6 человек в разных углах комнаты. В каждом углу педагог ставит на подставке цветной флажок (красный, синий, желтый).
По сигналу педагога «Идем гулять!» дети расходятся по площадке группками или в одиночку. По сигналу педагога «Найди свой цвет!» дети бегут к флажку соответствующего цвета.

**«Найди себе пару»**Для игры нужно приготовить флажки по количеству детей. Половина флажков одного цвета – остальные другого. Дети получают по одному флажку. По сигналу педагога дети разбегаются по площадке. По другому сигналу дети, имеющие одинаковые флажки, находят себе пару.
В игре должно принимать нечетное количество детей, чтобы один из играющих оставался без пары. Обращаясь к оставшемуся без пары, все играющие хором говорят:
Ваня, Ваня, не зевай себе пару выбирай.
Затем по удару бубна дети опять разбегаются, игра повторяется.

**«Трамвай»**
Дети стоят вдоль стены комнаты или стороны площадке в колонне парами, держа друг друга за руку. Свободной рукой они держат шнур, концы которого связаны (один держит правой рукой другой левой). Педагог находится в одном из углов комнаты и держит в руке три цветных флага (круга, карточки) – желтый, красный, зеленый. Воспитатель поднимает флаг зеленого цвета, и дети бегут, трамвай двигается. Добежав до педагога, дети смотрят, не сменился ли цвет флага: если поднят зеленый, движение продолжается, если появился желтый или красный флаг, дети останавливаются и ждут, когда появится зеленый цвет, чтобы можно было снова двигаться.
 **«Лошадки»**
Дети становятся парами. В паре один – «лошадка». Другой – «возчик». Используются вожжи, или дети держат друг друга за поясок. Воспитатель говорит:
Поехали , поехали, с орехами , с орехами
К дедке по репку, по пареньку,
по сладеньки, по горбатеньки.
С окончанием текста дети продолжают бежать в том же ритме под проговаривание педагога: «Гоп, гоп», бегут до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Тпру- у».

**«У медведя во бору»**На одном конце площадки проводится черта. Это опушка леса. За чертой, на расстоянии 3-2 шагов от нее, очерчивается место для медведя. На противоположной стороне обозначается линией «дом детей». Педагог считалкой выбирает медведя. Педагог говорит: «Идем гулять».  Дети идут и говорят слова:
У медведя во бору

Грибы, ягоды бегу,
А медведь не спит,

Все на нас рычит.
Медведь должен сидеть на своем месте. Когда играющие произносят последнее «рычит», медведь с рычанием встает и догоняет детей, которые бегут к себе «домой». Пойманного, медведь ведет к себе.
После того как медведь поймает 3-2, выбирается новый медведь.
 **«Конники»**
Группа детей становится у одного края площадки. Педагог дает каждому палку длинной 50-60 см. Дети садятся на палку верхом и скачут на противоположную сторону площадки, изображая конников, стараясь не наталкиваться друг на друга, и не задевать предметы, оборудование находящиеся на площадке.
Во время игры педагог может предложить детям двигаться быстрее или медленнее в разных направлениях. Когда дети научатся быстро бегать, можно устроить соревнования.
 **«Такси»**
Дети становятся внутрь большого обруча (диаметром 1м),  держат его в опущенных руках: один – у одной стороны обода, другой – у противоположной, друг за другом. Первый ребенок – водитель такси, второй – пассажир. Дети бегают по площадке или по дорожке. Через некоторое время меняются ролями.
Одновременно могут играть 2-3 пары детей, а если позволяет площадь, то больше. Когда дети научатся бегать в одном направлении, педагог может дать задание бегать в разных направлениях, делать остановки. Можно место остановки обозначить флажком. На остановке пассажиры меняются, один выходит из такси, другой садится.

**«Зайцы и волк»**
Дети - зайцы прячутся за кустами и деревьями. В стороне за кустом находится волк. Зайцы выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. По сигналу педагога: «Волк идет!» - зайцы убегают и прячутся за кусты, под деревья. Волк пытается догнать их. В игре можно использовать небольшой тест:
Зайки скачут, скок-поскок,
на зеленый на лужок.
Травку щиплют кушают .
Осторожно слушают,
Не идет ли волк.
Дети выполняют действия,  о которых говорится в стихотворении. С окончанием слов появляется волк и начинает ловить зайцев.
Ребенок, исполняющий роль волка должен быть подальше от кустов, где прячутся дети.

**«Кролики»**В одной стороне комнаты полукругом расставлены стулья, сидениями внутри полукруга. Это клетки кроликов. На противоположной стороне дом сторожа. Посередине находится лужайка, на которую кроликов выпускают гулять. Дети становятся за спинками стульев, по указанию педагога они присаживаются на корточки - кролики сидят в клетках. Педагог – «сторож» подходит к клетке и выпускает кроликов на лужок: дети один за другим выползают из-под стульев, а затем прыгают, продвигаясь вперед по всей лужайке. По сигналу педагога «Бегите в клетки!» кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями.
Педагог должен следить за тем, чтобы дети, проползая под стульями, старались не задевать их спинами. Вместо стульев можно использовать дуги для подлезания или, положенные на сиденья стульев палки, рейки.

**«Не опаздывай»**
Педагог раскладывает на полу кубики. Дети становятся у кубиков. По сигналу воспитателя они разбегаются по всей комнате, по сигналу «Не опаздывай!» бегут к кубикам. Первоначально дети могут подбегать к любому свободному предмету, постепенно они привыкают занимать свое место. При повторении игры можно предложить детям бегать как лошадки.
Во время игры педагог следит, чтобы дети дальше убегали от кубиков, не наталкивались друг на друга, помогали друг другу найти свой кубик, когда прозвучит сигнал.
 **« Куры в огороде»**
Посередине площадки ограничивается большое пространство – огород. С одной стороны сторожа, с другой – курятник, в нем «куры» - дети. Роль сторожа выполняет педагог или один из детей. По сигналу «Куры гуляют» дети подлезают под шнуры, ходят в огороде, ищут корм, бегают. Сторож замечает кур в огороде и гонит их – хлопает в ладоши, приговаривая «кыш-кыш». Куры убегают, подлезают под шнур, прячутся в дом. Сторож обходит огород и тоже возвращается домой.

**«Найди свой домик»**

Каждый ребенок выбирает себе домик. Это может быть плоский обруч …. По сигналу дети выбегают на площадку и бегают в разных направлениях. По сигналу «Найди свой домик!» занимают домики.

**«Скорее в круг»**

Дети должны бегать легко, в разных направлениях, не наталкиваться; не подбегать к домику до сигнала «Скорее в круг!»
На площадке чертят круг диаметром 4 метра в середине – круг поменьше диаметром 2 метра. Дети ходят друг за другом за большим кругом. Между большим и малым кругом ходит педагог. На сигнал «Скорее в круг!» дети стараются вбежать в маленький круг, педагог ловит их, пойманные останавливаются на месте. Затем они снова становятся в круг.
*Усложнение:* педагог выбирает себе помощника.

**«У ребят порядок строгий»**
По первому сигналу играющие разбегаются из шеренги врассыпную и произносят речевку: «У ребят порядок строгий, знают все свои места, ну, трубите веселее: тра-та та, тра-та- та». По второму сигналу все быстро строятся в шеренгу.
Сначала можно вставать на свободные места, но к концу года на свое место.

**«Мой веселый звонкий мяч»**Дети становятся в круг, педагог с корзиной маленьких мячей в центре. Все вместе произносят слова:
Мой веселый звонкий мяч
Ты куда помчался вскачь
Красный, жёлтый, голубой,
Не угнаться за тобой.
По окончанию слов педагог подбрасывает мячи вверх так, что бы они разлетелись в разные стороны. Дети должны быстро собрать их назад в корзину.
 **«Ровным кругом»**
Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, говорят:
«Ровным кругом друг за другом
Мы идем за шагом шаг, стой на месте!
Дружно вместе сделай вот так!»
По окончанию слов останавливаются и повторяют движения, которые показывает педагог, например,  повернуться, наклониться. Нужно ритмично идти по кругу, сохраняя интервал; не заходить в круг.

