КОНСУЛЬТАЦИЯ
«ИГРЫ И ПОСОБИЯ ДЛЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ»

Подвижные игры и игровые упражнения имеют большое значение для всестороннего, гармоничного развития ребенка. Участие ребенка в игровых заданиях различной интенсивности позволяет осваивать жизненно важные двигательные умения в ходьбе, беге, прыжках, равновесии, лазанье, метании.

Также характерной особенностью подвижной игры является комплексность воздействия на все стороны личности ребенка. В игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное и трудовое воспитание.

В связи с усиленной двигательной деятельностью и влиянием положительных эмоций повышаются все физиологические процессы в организме, улучшается работа всех органов и систем.

Возникновение в игре неожиданных ситуаций приучает ребенка разнообразно использовать приобретенные двигательные навыки.

В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для воспитания физических качеств (ловкость, быстрота и др.). Например, изменить направление движения, чтобы увернуться от ловишки, или спасаясь от него, бежать как можно быстрее.

Дети, увлеченные сюжетом игры, могут выполнять с интересом физические упражнения много раз, не замечая усталости. Увеличение нагрузки в свою очередь способствует повышению выносливости.

Во время игры дети действуют в соответствии с правилами. Правила регулируют поведение играющихи способствуют выработке положительных качеств. Необходимость выполнения правил игры, преодоления препятствий способствуют воспитанию волевых качеств: выдержка, смелость, решительность и др.

В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть поставленной цели. Изменение условий заставляет детей искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности и др. У ребенка с помощью подвижных игр расширяется и углубляется представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразныедействия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явленияхприроды, о средствах передвижения и т.д.

Подвижные игры и игровые упражнения длядетей 5 – 6 лет

«Ловишки»

Дети произвольно располагаются на площадке. Ведущий-ловишка, назначенный воспитателем или выбранный играющими, встает на середину площадки. Воспитатель дает сигнал: «Раз, два, три - лови!». Дети разбегаются по площадке, стараясь увернуться от ловишки, который, в свою очередь, старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда ловишка поймает трех-четырех играющих. Затем выбирается новый ловишка.

Рекомендации. Чтобы дети лучше ориентировались, ловишке можно выдать какой-либо отличительный знак: повязать на руку ленточку, приколоть бант, надеть шапочку с султанчиком и т. п. Если ловишка оказывается неловким и долгое время никого не может поймать, выделяем в помощники другого ребенка.

«Парный бег»

Дети, разбившись на пары, встают в одну колонну на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки поставлен ориентир (булава, стул, набивной мяч). Воспитатель подает сигнал - первая пара, держась за руки, бежит до стоящего напротив предмета, огибает его, воз-вращается и встает в конец колонны. По следующему сигналу бежит вторая пара и т. д.

Рекомендации. В пары желательно объединять детей, равных по силе. Пара детей, отпустивших руки во время бега, считается проигравшей.

«Встречные перебежки»

Дети делятся на две команды, встают двумя шеренгами на противоположных сторонах площадки за линиями на расстоянии не менее шага друг от друга. У каждой группы детей на руках ленточки - синие и желтые. По сигналу воспитателя «Синие!» дети с синими ленточками бегут на противоположную сторону. Стоящие там дети протягивают руки вперед и ждут, когда бегущие прикоснутся к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону площадки, останавливается за чертой, поворачивается и поднимает руку вверх. Затем воспитатель дает сигнал «Желтые!», бегут другие дети.

Рекомендации. Воспитатель может два раза подряд давать один и тот же сигнал. Дети должны внимательно его слушать.

«Попади в круг»

Ребенок становится в одну шеренгу на исходной черте (шнур), в руках у него мешочек (второй лежит у ног). На расстоянии 1,5 м. от ребенка положены обручи. По сигналу «Бросили!» ребенок метает мешочек в цель, затем бросает второй мешочек.

«Кто дальше бросит»

Ребенок становится на исходную линию (за условной чертой), в руках у него мешочек. По сигналу «Бросили!» ребенок метает мешочек вдаль. Ориентиром при метании могут быть различные предметы – кегли, кубики, мячи и т.д. Около ног ребенка можно положить несколько мешочков, чтобы увеличить количество бросков за один подход. По окончании метания ребенок бегут за мешочками.

«Затейник»

Одного из играющих выбирают затейником, он встает в середину круга. Остальные дети, взявшись за руки, идут по кругу (вправо или влево по указанию воспитателя) и произносят следующие слова:

Ровным кругом
Друг за другом
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте!
Дружно вместе
Сделаем вот так!

Дети останавливаются, опускают руки. Затейник показывает какое-нибудь движение, которое дети должны повторить.

Рекомендации. Затейники придумывают разнообразные движения, не повторяя уже показанных. После двух-трех повторений (согласно условию) затейник выбирает кого-нибудь из играющих на свое место, и игра продолжается.