

Подвижные оздоровительные игры

Объяснение подвижной игры детям младшего дошкольного возраста часто совпадает по времени (идет почти параллельно) с началом и разворачиванием самой игры. Игру можно провести внутри семьи или на детской площадке, приглашая всех детей присоединиться к игре. Например, взрослый говорит, что сейчас все будут играть в игру

«Птички в гнездышках»

Взрослый предлагает детям занять гнездышки (заранее нарисованные кружки или поставленные скамеечки). Затем, продолжая объяснение, он говорит, что по сигналу *"Солнышко!"*

все птички вылетят из гнездышек и будут летать, при этом он показывает, как они будут летать, и предлагает детям-птичкам полетать вместе с ним. Через некоторое время педагог объявляет:

"Дождик пошел, все птички прячутся в гнездышки",

- и поясняет, что все должны убежать и стать в свои кружки. В ходе игры взрослый все время дает пояснения, уточняет движения, добивается большей точности выполнения движений и правил.

«С кочки на кочку»

Взрослый говорит:

«Теперь Коля будет переправляться через ручеек.

Иди, Коля, не бойся, ручеек неглубокий».

«Осторожно, Коля, не спеши, - предупреждает взрослый, - не то попадешь в воду, промочишь ноги. Вот молодец! Сейчас ты хорошо идешь, прямо на кочки ступаешь.

А теперь сделай шаг пошире, чтобы попасть на бережок».

Попутно взрослый разговаривает и с другими детьми, подготавливая их к выполнению задания,

«Олечка, а ты хочешь перейти через ручеек?» - спрашивает он. Если ребенок смущается или боится и ничего не отвечает. Взрослый ободряет ребенка:

«Мы с Олей вместе пойдем через ручеек, возьмем за руки, вот нам и не будет страшно. Да?» или

«Давай поможем друг другу перейти через ручеек»

«Карусели»

Игра напоминает малышам катание на карусели. Кружась одновременно в темпе, который задаётся текстом, дети все вместе создают образ карусели, движение которой то замедляется, то ускоряется, и вместе переживают радость от такого развлечения. Общее переживание вызывает подлинный всплеск веселья, которое, конечно же, сближает и детей, и взрослых. Важно, что эта игра не только забавляет детей, но и учит их согласовывать свои движения друг с другом и с ритмом текста, что очень полезно для развития слухового внимания и управления своими движениями. Игра начинается с образования круга.

«Давайте покатаемся на карусели!» — говорит взрослый. —

Повторяйте слова за мной и двигайтесь дружно по кругу, чтобы карусель не сломалась». Держась за руки, все движутся по кругу и произносят следующие слова:

Еле-еле-еле-еле

(Карусель медленно движется в правую сторону)

Завертелись карусели.

А потом, потом, потом

(Темп речи и движений постепенно ускоряется)

Все бегом, бегом, бегом!

Побежали, побежали,

(На слова «побежали» карусель меняет направление движения)

Побежали, побежали!

Тише, тише, не спешите,

(Темп движения постепенно замедляется, и на слова «раз-два» все останавливаются и кланяются друг другу)

Карусель ос-та-но-ви-те.

Раз-два, раз-два,

Вот и кончена игра.

«Раздувайся, пузырь!»

Участники игры берутся за руки и образуют круг. Взрослый говорит: «Вот как нас много! Какой большой круг получился, как пузырь! А теперь давайте сделаем маленький кружок». Все становятся тесным кружком. Затем, не размыкая рук, начинают делать шаги назад со словами:

Раздувайся, пузырь,

Раздувайся, большой,

Оставайся такой,

Да не лопайся!!!

Затем Взрослый восклицает:

«Лопнул пузырь!»

Все хлопают в ладоши, произносят слово

«Хлоп!» и собираются в кучку. Игра повторяется несколько раз. После того как пузырь «лопнул», можно покружиться, изображая маленькие пузырьки.

«Ручки вверх и на бочок»

Эта игра предполагает выполнение нескольких последовательных движений: руки вверх и на бочок; руки в стороны и на бочок; руки вниз и на бочок.

Взрослый приглашает ребенка поиграть и говорит:

«А теперь ручки хотят поиграть в новую игру. Смотри на меня и старайся все делать так же, как я». Он поднимает руки вверх, а затем переносит их на бок, произнося:

«Ручки вверх и на бочок». Ребенок воспроизводит движения взрослого.

Таким же образом проигрываются и другие инструкции («ручки в стороны, вперед, назад»). В процессе игры Взрослый обращает внимание на соответствие движений ребенка речевой инструкции, например:

«Сашенька, где у тебя ручки? Разве ты их поставила на бочок? Поставь ручки вот так», — и помогает малышу поставить ручки на бочок.