

Подвижная игра – одно из важных средств всестороннего воспитания детей дошкольного возраста. Характерная её особенность – комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребёнка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретённые двигательные навыки.

В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлечённые сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости.

Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств – выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями.

В подвижных играх ребёнку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. Игры помогают ребёнку расширить и углубить свои представления об окружающей действительности.

Большое значение имеют подвижные игры и для нравственного воспитания. Дети учат действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Правила игры дети воспринимают как закон, и сознательное выполнение их формирует волю, развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре формируется честность, дисциплинированность, справедливость. Подвижная игра учит искренности, товариществу. Подчиняясь правилам игры, дети практически упражняются в нравственных поступках, учат дружить, сопереживать, помогать друг другу.

Предлагаю вашему вниманию игры, которые вы можете провести с детьми дома. Надеюсь, мои рекомендации помогут вам с пользой провести время с вашими детками. Море позитива и отличное времяпровождение гарантировано!

Прекрасным вариантом подвижных игр для детей дома могут стать танцы. Они не только способствуют развитию крупной моторики ребёнка, но и развивают его слуховое сосредоточение и внимание. Вот несколько вариантов танцевальных игр.

Просто танцуем. Ребенок и вы можете просто двигаться под музыку так, как вам нравится.

Танцуем под детские песни.

Есть много простых детских песенок, под которые вы можете танцевать, выполняя определенные движения во время припева (хлопать в ладоши, топать, кружиться).

Танец с остановками

Для этой игры понадобится ведущий, который будет периодически выключать музыку. Пока музыка играет, ребенок танцует, как только музыка остановилась, должен остановиться и ребенок. Для детей старше 4 лет задание можно усложнить: не просто остановиться, когда музыка кончится, а замереть в

той позе, в которой он находился в этот момент. Когда музыка заново включается, ребенок опять начинает танцевать.

Переодеваемся и танцуем

Если малышу надоело просто танцевать, попробуйте танцевать в костюмах. В качестве костюмов вы можете использовать элементы одежды, которые есть дома, или части маскарадных костюмов, если они у вас есть. Для танца в определенном костюме можно подобрать соответствующую музыку. Вот несколько примеров:

- надеваем красно-белый колпак Буратино и танцуем по песню из кинофильма «Буратино»;
- на голове капитанская фуражка – танцуем под песню «Отважный капитан»;
- надеваем бескозырку и матросский воротник – танцуем под «Яблочко»;
- на голове ковбойская шляпа и под седлом деревянная или надувная лошадь – танцуем под песни «Два ковбоя» и «Песня про ковбоя Джона»;
- надеваем папины или мамины тапочки или туфли – и танцуем под песню «Барбарики»;
- надели шорты цвета хаки и военную фуражку – маршируем под песню «Солдатушки – бравы ребятушки»;
- костюм мышки — Страшный зверь (Песенка про мышку) муз. А. Московской сл. А. Шутко;

Догонялки дома

Вряд ли найдется ребенок, который не любит бегать. Догонялки, или салки, – это одна из самых древних народных игр, как и прятки. С некоторыми ограничениями в догонялки вполне можно играть и дома. Цель игры во всех случаях одна – ведущий старается догнать и осалить другого игрока или игроков. Если пространство квартиры не позволяет активно бегать, можно предложить малышу поиграть в догонялки на четвереньках.

Догонялки с домиками

Домиками могут служить круги, выложенные из веревки, листы бумаги, разложенные на полу, части детского коврика, табуретки и диван. Мама догоняет малыша, но если малыш заскочил в домик, мама уже не может его осалить. Можно обойтись и без стационарных домиков: игрок может считаться «в домике», если он присел на корточки, сложил руки над головой в форме крыши и сказал: «Чур, я в домике».

Ноги выше от земли

Эта игра похожа на предыдущую, но мама не может осалить малыша, только если он оторвал ноги от земли: сел на диван или на пол и поднял ноги, лег на пол на живот и поднял согнутые в коленях ноги, повис на перекладине. Можно договориться, что находиться в домике можно до тех пор, пока салящий считает до 5 или до 10.

Жмурки

Жмурки – это также разновидность догонялок, но водящему завязывают глаза плотным платком или шарфом. Водящего раскручивают, и по сигналу игроки разбегаются и начинают «дразнить» водящего, подавая сигналы о своем местонахождении. Можно звонить в колокольчик или хлопать в ладоши. Водящему нужно осалить хотя бы одного из игроков.

Догонялки с мячом

В этом варианте игры в догонялки осалить ребенка нужно не рукой, а мячиком (дома лучше использовать мягкий тряпичный мячик или небольшой пляжный мяч) или мягкой игрушкой.

Бегалки

Если вам не хочется играть с ребенком в догонялки, разрешите ему побегать одному, но не просто так, а с сюжетом: вы рассказываете стихотворение и показываете движения, ребенок повторяет движения за вами, а на последней фразе убегает по своим делам:

Бабочка

Утром бабочка проснулась.

(Изображаем кулачками, как трем глазки)

Потянулась, улыбнулась.

(Встаем на носки, тянем руки вверх.)

Раз – росой она умылась.

(Изображаем, как умываемся.)

Два – изящно покружилась.

(Кружимся на месте.)

Три – нагнулась и присела.

(Наклоняемся вперед и приседаем.)

На четыре – улетела.

(Убегаем, размахивая руками).

Пчелы

Пчелы в ульях сидят

(Приседаем на корточки.)

И в окошко глядят.

(Правым кулаком подпираем щеку.левой рукой поддерживаем локоть правой руки.)

Порезвиться захотели,

(Встаем.)

Друг за другом полетели.

(Убегаем.)

Подвижные игры с воздушными шариками дома

Для подвижных игр дома прекрасно подойдут воздушные шарики. Вот несколько вариантов игр.

Летунчик

Эта игра очень нравится детям. Понадобится один воздушный шарик. Надуйте шарик, но не завязывайте. Дайте шарик ребенку и попросите отпустить его. Воздух будет выходить из шарика, и шарик будет летать по комнате, совершая неопиcуемые виражи. Дети с удовольствием бегают за летающим шариком и ищут, где он упал.

Волейбол

Понадобится один надутый воздушный шарик. Цель игры: подталкивать шарик руками вверх так, чтобы он как можно дольше не упал. Ловить шарик руками нельзя.

Гонка воздушных шаров

Понадобятся два надутых воздушных шарика (или больше – по числу участников), свободный пол или длинный стол. Цель игры: перевести шарики из одной части комнаты в другую. На шарики можно дуть, подталкивать ногами, локтями, подбородком и так далее.

Усложнить игру можно, добавив препятствия, которые нужно обойти, например, табуретки или тоннель, через который нужно проползти. В качестве туннеля может выступить коробка без верха и дна, положенная на бок, свернутый гимнастический коврик или стол, накрытый тканью.

Бег с воздушными шарами

Понадобится два надутых воздушных шарика (или больше – по числу участников). Цель: перейти из одной части к другой, не дав шарика упасть на пол. Шарики можно подталкивать руками, переносить на пластиковых тарелках, можно подбрасывать их ракеткой от настольного тенниса или волейбола (если ракетки под рукой нет, ее можно сделать из пластиковой тарелки и палочки с помощью скотча), можно прыгать с шариком, зажатым между коленок.

Переброс

Понадобятся несколько шариков двух цветов. Можно использовать шарики маленького размера. Надуите шарики и разбросайте их по комнате. Поделите комнату на две части. Выберите цвет шариков, которые будете собирать вы, и какие — ребенок. Цель игры: быстрее соперника собрать на своей половине шарики своего цвета. Можно собирать шарики в большие пакеты или таз. Можно договориться, что оранжевые шарики – это тыквы, зеленые – кабачки, и собирать урожай.

Играем дома в подвижные игры в кругу

Если собралось больше двух детей, дома в просторной комнате также можно поиграть в подвижные игры в кругу. Отличительной особенностью этих игр является то, что участники движутся по кругу, а ведущий находится в центре круга.

Карусель

Ведущий читает стихотворение. Играющие встают в круг и берутся за руки (или за обруч). Двигаются по кругу по часовой стрелке. Постепенно ускоряют шаг, потом бегут. Затем постепенно замедляют шаг, останавливаются и садятся на корточки:

Еле-еле, еле-еле
Закружились карусели,
А потом, потом, потом
Все бегом, бегом, бегом.
Тише, тише, Не спешите.
Карусель остановите.
Стоп.

В следующий раз можно двигаться против часовой стрелки.

Раздувайся, пузырь

Играющие берутся за руки, образуя круг, двигаются назад, расширяя круг и приговаривая:

Раздувайся, пузырь,
Раздувайся большой,
Оставайся такой,
Да не лопайся!

Потом если ведущий говорит: «Воздух выходит!», игроки, не размыкая круг, сбегаются к центру, изображая выходящий воздух: «т-с-с». Если же ведущий говорит: «Лопнул пузырь!», игроки разбегаются по комнате.

Домашний поход. Вы когда-нибудь ходили с малышом в поход? Если да, то, наверняка, ему очень понравилось. Почему бы не повторить дома? Если нет, то самое время потренироваться дома. Как? Устройте ребенку полосу препятствий и обыграйте ее как игру в поход: горы, реки, леса, поляны. Не забудьте перед игрой собрать походный рюкзачок, а в середине похода устроить небольшой привал. Если у вас есть домашняя палатка, то можно организовать даже «ночлег».

Такие игры не только доставят много веселых минут вашему малышу, но и будут способствовать развитию его фантазии.

Нескучных вам игр дома!