**МДОУ «Детский сад №12» города Ярославля**

**Подготовила:**

**Воспитатель группы №2**

**Морнова Анастасия Алексеевна,**

**2020год**



**Подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста на свежем воздухе летом.**

Описание работы: Психологи, педагоги, медики отмечают общую тенденцию для детских учреждений - снижение двигательной активности детей, а для ребенка-дошкольника потеря в движениях - это потеря в здоровье, развитии, знаниях. Не случайно в программе воспитания и обучения детей в дошкольных учреждениях вопрос здоровья стоит на первом месте. Если учесть, что двигательная активность является еще и условием, стимулирующим фактором развития интеллектуальной, эмоциональной и других сфер, то становится очевидным актуальность данного вопроса.

Игра признана ведущей деятельностью ребенка – дошкольника. Она вызывает активную работу мысли, способствует расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще невелики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества).

Цель: формировать навыки здорового образа жизни, повышение социальной активности, развития быстроты и ловкости у детей старше дошкольного возраста в рамках ФГОС.

В соответствии с этой целью решаются следующие задачи:

Обучающие:

1. Приобретение знаний, умений и навыков предшествующие к игровой деятельности.

2. Развитие мотивации к игровой деятельности.

3. Воспитывать интерес к играм на свежем воздухе;

Развивающие:

1. Развивать внимание, логическое мышление, ловкость, быстроту, координацию движений;

2. Активизировать творческий потенциал.

3. Совершенствовать коммуникативные навыки и умения.

Воспитывающие:

1. Формировать культуру общения друг с другом.

2. Воспитывать аккуратность, честность, вежливость.

3. Формировать у детей потребность к здоровому образу жизни

Описание материала: материал будет полезен педагогам-психологам и воспитателям при организации летнего досуга с детьми старшего дошкольного возраста. Рекомендуется провести на летней площадке в начале лета.

Оборудование: мяч, мел, скалка, обруч, маленькие резиновые мячики, шнурок (лента, веревка), повязка на глаза, метла, стулья, швабры и т. д.

Организовать практически любую детскую игру не сложно, если:

1) объясните детям правила выбранной игры;

2) напомните о безопасности и внимательном отношении друг к другу;

3) выберите ведущего для первой игры — и можно начинать.

Летом очень удобно организовывать проведение различных подвижных игр и упражнений на свежем воздухе. Физические упражнения на природе чрезвычайно благоприятны для совершенствования многих движений детей, развития их двигательных качеств. Широкий простор позволяет двигаться активно, свободно, непринужденно, что способствует развитию сноровки, ловкости, выносливости ребенка.

Игра «Найди»

Цель: развитие внимания.

Ход игры: найди, где здесь стоит красная лопата? А синюю ведерку найдешь? А где грибочки растут? Найди черную птицу? И т.п. Эти незамысловатые задания хорошо развивают внимание ребенка. Начинать можно с простых заданий, и постепенно усложнять описание предметов, которые нужно найти:

Игра «Змейка»

Цель: развитие координации движений.

Ход игры: дети берут друг друга за руки, образуя цепь. Одного из крайних в цепи выбирают ведущим. Он бежит, увлекая за собой всех участников игры, на бегу описывает разнообразные фигуры: по кругу, вокруг деревьев, делая резкие повороты, перепрыгивая через препятствия; водит цепь змейкой, закручивая её вокруг крайнего игрока, затем раскручивает её. Змейка останавливается, затем закручивается вокруг ведущего.

Игра «Прыжки с мячом»

Цель: развитие мускулатуры ног и развитие координации движений.

Ход игры: ребенок прыгает вдоль линии с зажатым между ног мячом в разные стороны, с помощью прыжков продвигаясь вперед до конца отмеренной дистанции. При этом мяч должен оставаться между ногами и не выпадать, затем взять мяч в руки и бегом вернуться назад к старту.

Игра «Прыжки через скакалку» - веселая детская игра со скакалкой на выносливость и координацию движений.

Цель: развитие координации движений; повышение активности.

Ход игры: взрослый держит веревку в руках и медленно поворачивается на 180° вокруг своей оси. Ребенок должен при приближении скакалки (веревки) подпрыгивать, чтобы она не касалась его ног. Если ребенок не успевает подпрыгнуть — следует начать играть сначала.

Игра «У медведя во бору»

Цель: развитие быстроты и ловкости.

Ход игры: на одной стороне площадки — берлога медведя (круг), на другой (за чертой) - дом детей. Они выходят из дома и идут к берлоге, приговаривая:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру,

А медведь не спит

И на нас рычит!

С последним словом медведь выбегает из берлоги и ловит играющих. Дети убегают в свой дом. ( Дети имитируют движения: собирают грибы и ягоды (наклоняются, выпрямляются), переступают через колючие кусты (высоко поднимают ноги), подлезают под корни деревьев (подлезание боком), срывают яблоки (становятся на носочки и поднимают руку вверх)).

Игра «Охотники и зайцы» - подвижная, веселая игра для большой группы детей.

Цель: снятие психоэмоционального напряжения.

Ход игры: с помощью считалки выбирают двух "охотников", которые берут в руки по маленькому резиновому мячику. Остальные дети - "зайцы", они сидят в "норке" - на противоположной стороне площадки за начерченной чёрточкой. Охотники обходят площадку, притворяясь, что ищут добычу, потом прячутся за двумя стульчиками или просто приседают в уголке площадки.

На слова воспитателя "Зайчик прыг-скок в зелёный лесок" зайцы выбегают на середину площадки, начинают прыгать. На сигнал "Охотники!" зайцы убегают в свои убежища, а охотники охотятся на них - целятся мячиками под ноги. В кого попадут - те дети становятся охотниками. ( Надо следить, чтобы охотники бросали мяч как правой, так и левой рукой и лишь под ноги зайцам).

Игра «На поляне» - динамичная игра с мячом.

Цель: развитие координации движений, ориентации в собственном теле.

Ход игры: На расстоянии 3 м от малыша устанавливается обруч.

Ребенок бросает мячики, стараясь попасть в цель (на обруч). При попадании засчитывается очко. Расстояние можно менять в зависимости от успехов ребенка.

Игра «Куры в огороде»

Цель: развитие координации движений; повышение активности.

Ход игры: с помощью шнурка (скакалки, мела) ограничивается небольшое пространство. Это «огород». Недалеко от него ставится стул — «будка» сторожа. Роль «сторожа» сначала выполняет воспитатель. Дети — «куры». Как только «сторож» садится на стул, «куры» пробираются в «огород» и начинают там бегать, клевать, кудахтать. «Сторож» замечает «кур» и гонит их из огорода — хлопает в ладоши, приговаривая: «Кыш! Кыш!». «Куры» убегают. «Сторож» обходит «огород» и снова садится. Игра возобновляется.

Игра «Жмурки» - динамичная игра, хорошо развивающая слух, внимательность, координацию и реакцию у ведущего игрока и ловкость и реакцию у остальных игроков.

Цель: развивать внимание и логическое мышление.

Ход игры: Выберите гонящего. Наденьте ему повязку на глаза. Он должен ловить остальных детей, которые передвигаются как можно тише, и дают знать гонящему о своем местонахождении хлопками, голосом или другими сигналами. Если гонящий поймал кого-либо, он должен, не снимая повязки, постараться отгадать, кто это. Если не отгадал, то продолжает водить. А если отгадал правильно, пойманный становится гонящим.

Игра «Танцоры» - активная игра для развития ловкости, раскрепощенности, координации движений для детей старше дошкольного возраста.

Цель: развитие координации движений; повышение активности.

Ход игры: под различные мелодии можно попросить детей танцевать разными способами: зажав мяч (яблоко) между лбами; верхом на метлах; со стульями; со швабрами и т. д.

Игра «Эстафета парами» - динамичная, веселая игра.

Цель: способствовать сплочению коллектива.

Ход игры: Дети становятся в 2 колонны парами за линию на одной стороне площадки, количество пар в колоннах должно быть одинаковым. На противоположном стороне площадки (на расстоянии 6 - 8 м.) поставлены какие-либо предметы (кубы, деревянные чурбачки). По сигналу взрослого первые пары, взявшись за руки, бегут к кубам, обегают их и возвращаются в конец своей колонны. Как только они перебегут линию старта, убегают вторые пары, и так до тех пор, пока не пробегут все пары.

Выигрывает та колонна, игроки которой быстрее выполнят задание и во время бега не разъединят руки.

Вывод: Лето — это чудесное время, когда дети почти все свое время проводят на улице. В то же время, для того, чтобы лето стало для детей по-настоящему веселой и интересной порой, важно правильно организовать их досуг, найти те игры для детей летом, которые по-настоящему понравятся им. В результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Целенаправленное, методически-продуманное руководство подвижной игрой значительно совершенствует, активизирует деятельность детей. Таким образом, подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом. Обоснованный выбор содержания и методов развития физических качеств – важная сторона повышения эффективности физического воспитания.