

*Составитель: инструктор по ФИЗО Худякова Т.А.*

### **Консультация для педагогов «Малоподвижные игры»**

Цель малоподвижных игр – снижение физической нагрузки, т.е. постепенный переход от возбужденного состояния к спокойному.

К особенностям малоподвижных игр относятся следующие: способ организации детей (круг, вращающуюся, шеренга и др.), движения, которые включаются в игру, методика (выбор и самой игры, и места ее проведения, подготовка к игре, сбор детей, объяснение правил игры, ее проведение, завершение), темп (медленный), количество повторений движений (3 – 6 раз). Эти игры не требуют подробного объяснения правил: педагог показывает движение сам или выбирает для этого кого – либо из детей.

Игры малой подвижности способствуют развитию памяти, сообразительности и наблюдательности, координации движений и быстроты реакции, ориентировки в пространстве и двигательных умений. Кроме того, они доставляют детям удовольствие, создают хорошее настроение, что немаловажно.

Игры малой подвижности проводятся со всеми детьми одновременно на физкультурном занятии (в третьей ее части), досугах и праздниках, дневной и вечерней прогулках, в процессе физкультурных минуток и физкультурных пауз, самостоятельной двигательной деятельности детей.

Предполагаемые игры не требуют большого пространства. Они доступны в любую погоду и в любое время года. В них с удовольствием играют и младшие дошкольники (с помощью воспитателя), и старшие (самостоятельно).

#### **«Ты медведя не буди»**

*Дети образуют круг, взявшись за руки.*

*Хороводом идут по кругу вместе с педагогом,  
который произносит*

Как на горке снег, снег

И под горкой снег, снег.

*Поворачиваются в обратную сторону,  
идут хороводом.*

И под елкой снег, снег,

И на елке снег, снег.

*(идут к центру круга.)*

А под елкой спит медведь.

Тише, тише! Не буди,

Сядь на место, не шуми!

*(Присаживаются на корточки.)*

#### **«Воздушный шар»**

*Дети образуют круг, взявшись за руки.*

*Вместе с педагогом идут по кругу.*

С мамой в магазин ходили,  
Шар воздушный там купили.  
Будем шарик надувать,  
Будем с шариком играть.

*(Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, держатся за руки, выполняют «пружинку».)*

Шар воздушный, надувайся!  
Шар воздушный, раздувайся!

*(идут маленькими шагами – надувают шар.)*

Надувайся большой  
Да не лопайся!

*(хлопают в ладоши.)*

Шар воздушный улетел,  
Да за дерево задел  
И ... лопнул!

*Поднимают руки, покачивают ими из стороны в сторону;  
затем ставят руки на пояс,  
медленно приседают, произнося: «Ш – ш – ш – ш - ш».*

**«Котик к печке подошел»**

*Дети образуют круг, взявшись за руки  
. Вместе с педагогом идут по кругу.*

Котик печке подошел,  
Котик печке подошел.

Горшок каши он нашел,  
Горшок каши там нашел.

*(Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.)*

А на печке калачи,  
Ох, вкусны и горячи!

*(Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.)*

Пироги в печи пекутся

*(выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх),*

Они в руки не даются

*(выпрямляются, прячут руки за спину.)*

**«Шел король по лесу»**

*Дети образуют круг, взявшись за руки.*

Шел король по лесу,

По лесу по лесу.

*(ходьба по кругу)*

Нашел себе принцессу,

Принцессу, принцессу.

Давай с тобой попрыгаем,

Попрыгаем, попрыгаем.

*(прыжки на двух ногах на месте.)*

И ножками подрыгаем,

Подрыгаем, подрыгаем.  
*(выбрасывают прямые ноги вперед.)*

И ручками похлопаем,  
Похлопаем, похлопаем.  
*(хлопают в ладоши.)*

И ножками потопаем,  
Потопаем, потопаем.  
*(топают ногами на месте.*

#### **«Тишина»**

*Дети идут в обход площадки в колонне по одному.*

Тишина у пруда,  
Не колышется вода,  
Не шумят камыши.  
Засыпайте, малыши.

*На последние слова останавливаются,  
приседают, наклоняют голову  
и закрывают глаза на 10 секунд*

#### **«Ровным кругом»**

*Дети образуют круг, взявшись за руки,  
ритмично идут по кругу, читая стихотворение.*

Ровным кругом  
Друг за другом  
Мы идем за шагом шаг.

Стой на месте!  
Дружно вместе  
Сделаем вот так!

*На последние слова останавливаются,  
повторяют движение, которое показывает  
воспитатель, например, наклоняются,  
поворачиваются, наклоняются и т. д.*

#### **«Угадай по голосу»**

*Играющие стоят в кругу; водящий выходит в середину,  
закрывает глаза.*

*Дети идут по кругу, читая стихотворение.*

Мы немножко порезвились  
По местам все разместились.  
Ты, Алеша (Наташа), отгадай,  
Кто позвал тебя, узнай.

*С окончанием слов дети останавливаются.*

*Воспитатель показывает на кого –нибудь  
из играющих. Тот называет водящего по имени.*

*Водящий, не открывая глаз, должен отгадать, кто  
его позвал. Если отгадывает – открывает глаза и  
меняется с ним местами. Если ошибается – снова  
закрывает глаза. Игра повторяется. Дети идут по кругу в*

*другую сторону.*

**«Угадай, что делали»**

*Воспитатель выбирает водящего, который отходит от детей на расстояние 8 – 10 шагов и поворачивается к ним спиной. Он должен отгадать, что делают остальные играющие. Дети договариваются, какое действие будут изображать. По команде воспитателя «Пора!» отгадывающий поворачивается, подходит к играющим и говорит:*

*Здравствуйте, дети!*

*Где вы бывали?*

*Что вы видали?*

*Дети отвечают:*

*Что мы видели – не скажем,*

*А что делали – покажем.*

*Дети изображают какое –нибудь действие,*

*Например, играют на гармонии, скачут на лошадях и т. д.*

*Водящий отгадывает. Если он ошибается, то проигрывает.*

*Дети говорят, что они делали и придумывают новое действие.*

*Водящий отгадывает снова. Затем на его место выбирается другой ребенок, и игра повторяется.*

**«Съедобное – несъедобное»**

*Дети стоят в кругу. Водящий говорит задуманное им слово и*

*бросает мяч одному из детей. Если задумано что –нибудь съедобное, то ребенок, которому бросили мяч, должен поймать его («съесть»).*

*Если слово обозначает что –нибудь не съедобное, мяч ловить нельзя. Ребенок не справившийся с заданием, становится водящим, и игра повторяется.*

**«Летает – не летает»**

*Дети садятся или становятся полукругом.*

*Ведущий называет различные предметы.*

*Если это то, что летает дети поднимают руки*

*Вверх или в стороны; если то, что не летает,*

*Опускают руки. Ведущий может осознано*

*ошибаться в движениях, многие, подражая ему,*

*тоже могут ошибаться. Задача детей – удержаться*

*и не допустить ошибки.*

**«Колечко»**

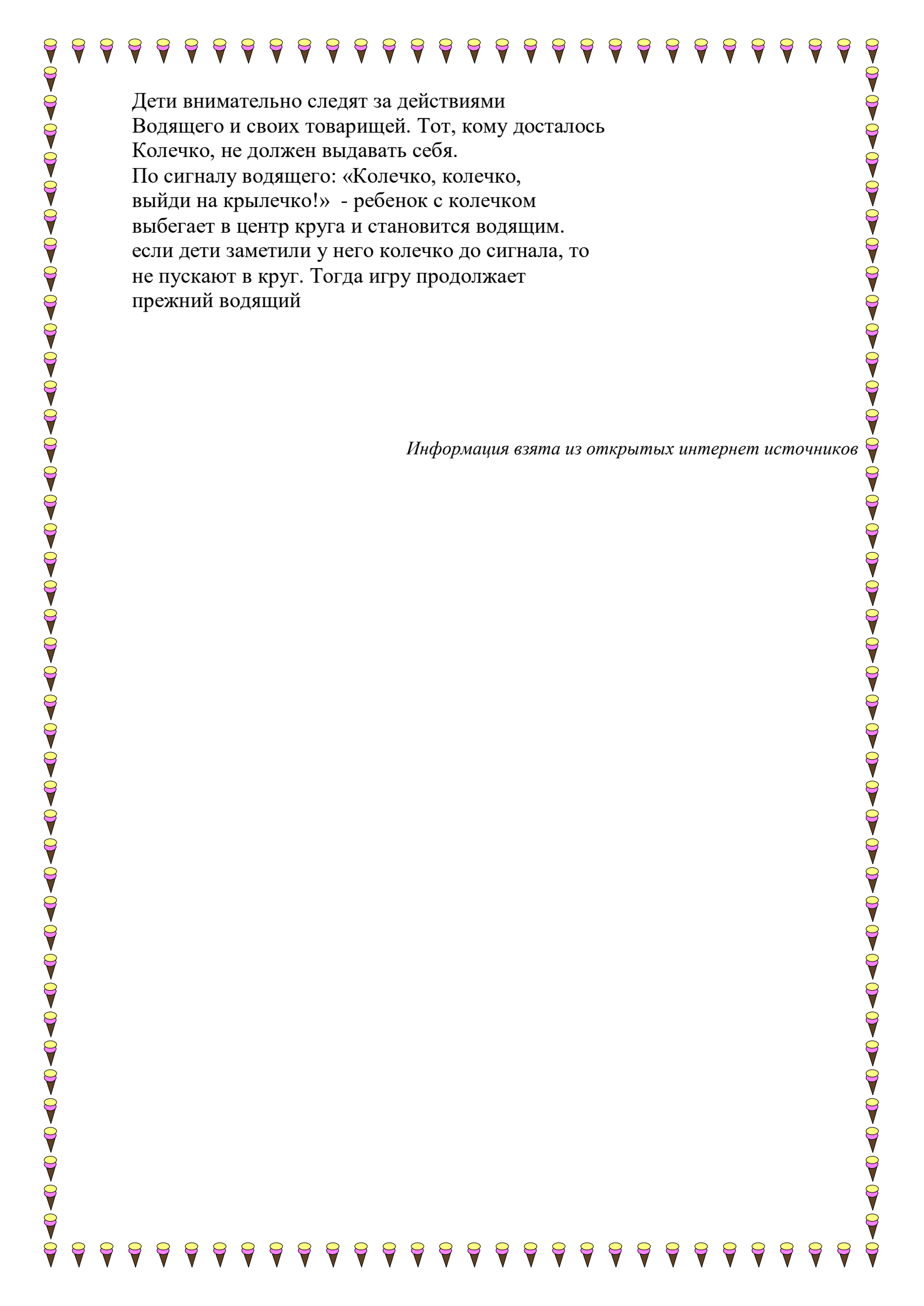
*Дети стоят в кругу, водящий внутри круга.*

*В ладонях он держит колечко, которое*

*незаметно пытается передать кому – то*

*из детей: ладошками, сложенными лодочкой,*

*по очереди раскрывает ладошки детей.*



Дети внимательно следят за действиями  
Водящего и своих товарищей. Тот, кому досталось  
Колечко, не должен выдавать себя.  
По сигналу водящего: «Колечко, колечко,  
выйди на крылечко!» - ребенок с колечком  
выбегает в центр круга и становится водящим.  
если дети заметили у него колечко до сигнала, то  
не пускают в круг. Тогда игру продолжает  
прежний водящий

*Информация взята из открытых интернет источников*