

Е. А. Сочеванова

**ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ
ДЛЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

*Интеграция образовательных областей
в двигательной деятельности*

Санкт-Петербург
ДЕТСТВО-ПРЕСС
2018

ББК 74.100.5
С69

Сочеванова Е. А.

С69 Подвижные игры для старших дошкольников: интеграция образовательных областей в двигательной деятельности. — СПб. : ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2018. — 128 с.

ISBN 978-5-907009-31-8

В книге представлены 60 авторских подвижных игр для детей старшего дошкольного возраста коллективного характера, включая игры-эстафеты, которые приурочены к значимым праздникам и событиям, сезонным изменениям в природе.

Все игры сопровождаются стихами и рифмовками, для каждой из них раскрыты задачи, даны примерные вопросы для обсуждения с детьми.

Методические рекомендации помогут педагогам организовывать подвижные игры безопасно, с учетом индивидуально-дифференцированного подхода к воспитанникам, а также интегрированно решать задачи по развитию детей, представленные в разных образовательных областях ФГОС ДО.

Методическое пособие адресовано педагогам дошкольных образовательных организаций, может быть полезно учителям начальных классов общеобразовательной школы.

ББК 74.100.5

© Е. А. Сочеванова, 2018

© ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,
оформление, 2018

ISBN 978-5-907009-31-8

ВВЕДЕНИЕ

Сегодня детским садам страны предоставлена возможность составлять свои программы, выбирать содержание образования дошкольников. Многие дошкольные образовательные организации планируют свою деятельность с учетом сезонов года и соответствующих изменений в природе, значимых региональных, всероссийских и/или всемирных праздников и событий.

Для развития детей современные педагоги активно используют игру во всем ее разнообразии.

О возможностях *подвижной игры* для всестороннего развития ребенка дошкольного возраста написано много. Предлагаемые в данном пособии игры являются сюжетными. Поэтому образы, используемые в игре, должны быть знакомы и понятны детям.

Учитывая современные подходы к развитию дошкольников, в целях их поисково-исследовательского и речевого развития полезно до проведения игры (например, за день) обсудить ее содержание, задать ребятам ряд вопросов. Следует предложить детям самостоятельно или совместно с родителями найти на них ответы и перед проведением игры, между ее повторениями представить товарищам свою информацию. Также перед проведением новой игры из данного пособия можно создать проблемную ситуацию для ребят, исходя из продемонстрированных

рисунков, фотографий или коллажа, на которых изображены предметы или явления, использованные в игре, придумать ее название, то есть провести с воспитанниками «мозговой штурм». Только после того, как прозвучат варианты детей, следует озвучить название игры из пособия.

Каждая игра сопровождается стихотворным текстом, который дети произносят в большинстве случаев хором при поддержке педагога. Взрослый помогает сохранять необходимый темп и ритм для выполнения движений под рифмовки. Окончание текста служит сигналом начала нового движения. Это способствует развитию слухового внимания, что особенно полезно детям подготовительной к школе группы для успешного обучения на следующем уровне образования.

В старшем дошкольном возрасте необходимо создавать условия для развития товарищества и коллективизма, ответственности каждого за действия группы, т. е. формировать такие ситуации, где действует принцип «Один за всех и все за одного!» Поэтому, помимо подвижных игр, в которых ребенок играет как бы «сам за себя», в пособии широко представлены игры-эстафеты.

Краткая характеристика игр, включающая используемые в них движения, а также примерные варианты сроков проведения с учетом тем, всемирных, всероссийских праздников и событий, представлена в таблице 1. Игры в таблице даются в алфавитном порядке.

В разделе «Подвижные игры» при описании каждой игры:

- раскрыты задачи, которые могут решаться при подготовке игры и ее проведении;
- предложены примерные вопросы для обсуждений с детьми, поисковой деятельности в семейном кругу.

В некоторых играх правила выделены отдельной строкой, в других они содержатся в описании.

Для творческого развития дошкольников следует предлагать им придумывать свои видоизменения игр. Варианты, предложенные в пособии, могут послужить педагогам отправной точкой, наводящей детей на размышления, позволят подвести их к собственному решению. Предлагаемые варианты позволяют разнообразить игры.

Краткая характеристика игр, примерные варианты сроков проведения с учетом тем, всемирных, всероссийских праздников и событий

№ п/п	Название подвижной игры	Движения, используемые в игре	Праздники/события. Дата	Примерные темы месяца/недели (период проведения)
1	«А в лесу на елке колкие иголочки»	Ходьба по кругу, не держась за руки. Бег между препятствиями враспыленную. Разные виды прыжков на месте и с продвижением. Упражнения для рук, туловища, ног из исходного положения стоя	Новый год	Новый год (декабрь)
2	«Будем мы помогать» (игра-эстафета)	Ходьба на месте. Бег в прямом и обратном направлениях с заданием	Всероссийский праздник «День воспитателя и всех дошкольных работников» (27 сентября)	Детский сад. Профессии
3	«Бусинки»	Ходьба в колонне по одному за ведущим «змейкой». Ходьба по кругу, держась и не держась за руки. Бег с ловлей и увертыванием. Поскоки с ноги на ногу с продвижением в разных направлениях	Международный день матери (в России отмечается в последнее воскресенье ноября). Международный женский день (8 Марта)	Народное творчество

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

При проведении подвижной игры на открытом воздухе лучше выбирать площадку со специальным спортивным покрытием, травяным или земляным, но не с асфальтовым.

В играх с ловлей и увертыванием важно обозначить границы площадки. Чем меньше ее размеры, тем в большей степени проявляется такое физическое качество, как ловкость. Увеличение размеров площадки и продолжительности игры будут увеличивать нагрузку на организм ребенка, способствовать развитию выносливости. Игры с ловлей и увертыванием относятся к играм большой подвижности, поэтому необходимо постоянно наблюдать за внешними признаками утомления детей, отслеживать реакцию играющих на предложенную нагрузку. Следует помнить, что при небольшом утомлении усиливается обмен веществ, повышается жизненный тонус, становятся более интенсивными процессы восстановления. Отрицательно сказывается на состоянии ребенка только чрезмерное утомление — переутомление. Необходимо запомнить данные, представленные в таблице 2.

Таблица 2

Наблюдаемые признаки	Степень утомления	
	Небольшая	Значительная
Окраска кожи лица, шеи	Небольшое покраснение лица, выражение спокойное	Значительное покраснение лица, выражение напряженное
Потливость	Незначительная	Выраженная
Дыхание	Несколько учащенное, ровное	Резко учащенное
Движения	Бодрые, выполняются четко	Неуверенные, нечеткие, появляются дополнительные движения. У некоторых детей наблюдается моторное возбуждение, у других — заторможенность
Самочувствие	Хорошее, жалоб нет	Жалобы на усталость, отказ от игры

При выраженном недопустимом утомлении все перечисленные признаки проявляются сильно. У некоторых детей на лице отмечается так называемый носогубный треугольник. При

выявлении таких признаков следует вывести ребенка (детей) из игры или вообще ее остановить. В качестве перехода к спокойному состоянию следует использовать ходьбу.

Важным моментом при организации подвижных игр является знание индивидуальных особенностей играющих. Взрослому следует обращать особое внимание на детей даже с небольшими отклонениями со стороны сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Следует отслеживать детей с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ), минимальными мозговыми дисфункциями (ММД). Зачастую в процессе игр с бегом и увертыванием такие ребята перевозбуждаются. Это выражается в беспорядочных перебежках, а не в убегании от ловишки, столкновении с другими играющими, падениях, желании повалиться на полу (траве), ползании. При выявлении таких действий можно временно вывести ребенка из игры и дать ему возможность успокоиться, переключив его на другое задание (например, в отведенном месте выполнять задания с мячом), или предложить ему помогать наблюдать за соблюдением правил игры.

В процессе игр с ловлей и увертыванием многие дети бурно выражают свои эмоции криком и визгом. С одной стороны, это неплохое средство высвобождения накопившейся внутренней энергии, так как взрослые часто не позволяют ребятам громко говорить, шуметь. С другой стороны, в группе детей могут найтись ребята, которые болезненно реагируют на высокие звуки, создаваемые играющими. Таких детей легко выявить. Они бегают, закрывая уши руками, или вообще прекращают игру. Следует беречь нервную систему таких детей и иногда устанавливать «правила молчания».

При проведении игр на открытом воздухе в холодную погоду важно ограничивать выражения эмоций в виде крика и визга. При пониженной температуре воздуха перед игрой следует обратить внимание детей на носовое дыхание, особенно это необходимо, если в группе есть дети, часто и длительно болеющие, незакаленные. Необходимо также обратить внимание детей на то, чтобы их нос был очищен от слизи. Как правило, у дошкольников дыхание через рот чередуется с носовым, и поток холодного воздуха сменяется теплым и очищенным при прохождении

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

1. «А в лесу на елке — колкие иголки»

Задачи:

- закреплять навык ходьбы по кругу, не держась за руки, умение прыгать на месте разными способами и с продвижением, совершенствовать технику прыжков;
- развивать: мышцы рук, туловища, ног, ловкость, чувство ритма, память, речь, внимание;
- закреплять и содействовать формированию представления о хвойных деревьях, их полезных свойствах для здоровья человека, об использовании древесины для разных целей, о традиции ставить елку в домах на Новый год.

Вопросы для обсуждения: что такое хвоя? Почему полезно гулять по лесу, где есть ели? Что люди изготавливают из ели? Откуда пошла традиция наряжать елку на Новый год? Какие деревья относят к хвойным?

Подготовка и ход игры. Дети распределяются на две равные подгруппы. Одна подгруппа — «елочки», вторая подгруппа — «ребята». «Елочки» встают в круг, размыкаются на расстояние поднятых в стороны рук, затем все поворачиваются правым или левым боком к центру (по заданию), принимают исходное положение: основная стойка. «Ребята» размещаются равномерно за кругом.

По сигналу педагога «ребята» начинают идти за кругом и вместе со взрослым четко и ритмично произносить *первые две строки* стихотворения. После этого без произнесения слов они начинают забегать в круг, выбегать из него.

В это время «елочки» поднимают руки в стороны — вниз или в стороны (пальцы врозь), опускают их (пальцы вместе) (всего 8 раз). При этом вместе с педагогом они также четко и ритмично произносят только *вторые две строки*. После произнесения последнего слова «елочки» разворачиваются лицом к центру круга, быстро берутся за руки, замыкая круг.

Мы в новогодний лес пошли, решили поиграть
И, как лесные жители, побегать, поскакать.

А в лесу на елке — колкие иголки.

Плотно елочки стоят, не пропустят вас, ребят.

Если никто из «ребят» не оказался в кругу, то следует похвалить детей за ловкость, быстроту и внимательное отношение друг к другу — бег без столкновений. Участники игры меняются ролями, действие продолжается.

Если кто-то из «ребят» оказался пойманным, то для того чтобы «выйти из леса», надо развеселить колкие деревья. «Ребята», находящиеся вне круга, вместе с педагогом выполняют ходьбу на месте с хлопками и произносят слова:

Мы веселыми хлопками, елки, вас развеселим
И на праздник новогодний в детский сад вас пригласим.
Будем вас наряжать, песни петь и плясать.

В это время «ребята» в кругу выполняют прыжки на месте по своему выбору или предложенные педагогом, в том числе с продвижением вдоль «елочек» поскаками с ноги на ногу или боковым галопом.

«Елки» выполняют заранее оговоренное движение:

- а) повороты туловища направо-налево;
- б) небольшие наклоны туловища вправо-влево (оба из и. п.: ноги врозь, руки в стороны — вниз, пальцы разведены);
- в) полуприседания или перекаты носки-пятки с покачиванием рук вперед-назад из и. п.: узкая стойка ноги врозь, руки вниз.

Вариант игры. Слова произносит взрослый, все «ребята» выполняют прыжки внутри круга и за кругом, а «елочки» — одно из движений.

Затем дети меняются ролями, игра возобновляется.

2. «Будем мы помогать» (игра-эстафета)

Задачи:

- закреплять навык ходьбы на месте;
- развивать быстроту, ручную умелость, чувство ритма, память, речь, внимание;

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Методические рекомендации	19
Подвижные игры	26
1. «А в лесу на елке колкие — иголки»	26
2. «Будем мы помогать» (игра-эстафета).....	27
3. «Бусинки»	29
4. «Винегрет — компот» (игра-эстафета).....	31
5. «Вокруг Солнца, и Луны, и родной нашей Земли» (игра-эстафета)	33
6. «Волшебные превращения в лесу»	34
7. «Вороны и птенцы» (игра-эстафета).....	36
8. «В темном лесу заблудились друзья»	38
9. «Вяжут спицы и крючки» (игра-эстафета).....	39
10. «Грибник».....	40
11. «Грязнуля» (по мотивам сказки К. Чуковского «Мойдодыр»).....	42
12. «Дед Мороз на карнавале».....	45
13. «Дружные ребята»	46
14. «Здоровые дети нашей страны»	48
15. «Знаю много видов спорта и на льду, и на снегу».....	49
16. «Знаю много видов спорта» (летние виды спорта)	51
17. «Имя друга называй» (игра-эстафета)	53
18. «Кар-кар-кар-кар».....	55
19. «Колобок» (по мотивам русской народной сказки)	56

20. «Кормушка для птиц»	58
21. «Крепость снежную построим» (игра-эстафета)	60
22. «Кружево»	61
23. «Ласточка»	63
24. «Лепим мы снеговика» (игра-эстафета)	64
25. «Летели снежинки»	65
26. «Льдинки — снежинки»	67
27. «Моряки-подводники» (игра-эстафета)	69
28. «Мы — ребята-поварята» (игра-эстафета)	71
29. «На день рождения»	73
30. «Неделя»	74
31. «Непоседа воробей»	76
32. «Освобождение скворечника»	77
33. «Осень в город к нам пришла»	78
34. «Переправа» (игра-эстафета)	80
35. «Петушок»	82
36. «Пингвины»	83
37. «Пожар!» (игра-эстафета)	84
38. «Почистим скворечники» (игра-эстафета)	86
39. «Проводы зимы»	87
40. «Пропеллер»	89
41. «Пугало»	90
42. «Пылесос»	91
43. «Рады мы помочь любому» (игра-эстафета)	93
44. «Разведчики»	94
45. «Река»	96

46. «Ручеек».....	98
47. «Синичка».....	100
48. «С неба падают снежинки» (игра-эстафета)	101
49. «Спасибо — пожалуйста» (игра-эстафета)	103
50. «Строители» (игра-эстафета).....	104
51. «Фейерверк! Салют!»	106
52. «Фигуры пилотажа».....	108
53. «Фонари на улицах» (игра-эстафета).....	109
54. «Хвост кометы».....	111
55. «Цапля».....	112
56. «Чибис».....	113
57. «Шеренга. Колонна. Круг»	114
58. «Эй, картошка, вырастай!» (игра-эстафета).....	116
59. «Эй, ловишка, выходи!».....	118
60. «Я другу доверю».....	119

Методическое пособие

Елена Арнольдовна Сочеванова

Подвижные игры для старших дошкольников

Интеграция образовательных областей в двигательной деятельности

Главный редактор С. Д. Ермолаев
Редактор Е. А. Ушакова
Художник С. В. Сергачева
Корректоры: Т. В. Никифорова, Н. И. Григорьева
Дизайнер А. В. Чипчикова
Верстка А. Л. Сергеенок

ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,
197348 СПб., а/я 45. Тел.: (812) 303-89-58
E-mail: detstvopress@mail.ru
www.detstvo-press.ru

Представительство в Москве: МОО «Разум»,
127434 Москва, Ивановская ул., д. 34.
Тел.: (499) 976-65-33
E-mail: razum34@gmail.com
www.raz-um.ru

Служба «Книга — почтой»:
ООО «АРОС-СПб»
192029, Санкт-Петербург, а/я 37
Тел. (812) 973-35-09
E-mail: arosbook@yandex.ru

Подписано в печать 22.12.2017
Формат 60×90 ¹/₁₆ Бумага офсетная. Печать офсетная.
Гарнитура Таймс. Усл. печ. л. 8,0.
Тираж 10000 (1-й завод 1000) экз. Заказ №