**Консультация для воспитателей**

**«Подвижные игры на участке летом»**

**подготовила: Аверьянова А.О.**

**Лето** - пора отдыха и оздоровления. **Игры** и развлечения - непременные спутники жизни детей, особенно полезны **игры на открытом воздухе**.

Во время игр на **участке** у детей формируются умения использовать приобретенные навыки в многообразных жизненных ситуациях. У них развивается ловкость, быстрота, они становятся сильными и выносливыми, приучаются действовать смело, проявляя активность, настойчивость, инициативу и самостоятельность. У детей **воспитывается** чувство дружбы и товарищества, взаимопомощи и честности.

При проведении **подвижных игр на участке** нужно выбирать площадку с травяным или земляным покрытием, а не с асфальтовым. Важно обозначить территорию, на которой проводится игра. Это позволит взрослому хорошо видеть действия всех детей.

**Игры** подбираются с учетом возрастных особенностей и педагогических требований, которые стимулируют активную двигательную деятельность детей. Среди них **подвижные игры** с элементами спортивных игр, эстафеты, развлечения, разнообразные игровые упражнения, которые выполняются и без предметов, и с игровыми материалом: обручами, мячами, скакалками, ракетками, кеглями и т п.

Также в **подвижных** играх можно использовать естественные условия местности (пеньки, деревья и др., и природный материал *(камешки, палки, шишки)*.

На **участке можно использовать игры** с использованием художественных литературных текстов, игровых образов и сюжетных ситуаций. Такие **игры** не продолжительные по времени и потому возможно их неоднократное повторение с меняющимися ведущими.

Для большей привлекательности предлагаемых **подвижных** игр можно использовать маски животных.

Перед проведением игр с ловлей и увертыванием распределяются роли в игре с помощью считалки или других приемов. А также взрослый обязательно напоминает правила безопасности.

Взрослый обязан следить за внешними признаками утомления детей, что является необходимым условием проведения **подвижных игр**. Следует помнить, что при небольшом утомлении усиливается обмен веществ, повышается жизненный тонус, становятся более интенсивными процессы восстановления. При выраженном, недопустимом утомлении все перечисленные признаки проявляются сильно. У некоторых детей на лице отмечается так называемый *«носогубный треугольник»*. При проявлении этих признаков, следует вывести ребенка из **игры** или вообще ее остановить. В качестве перехода к спокойному состоянию следует использовать ходьбу.

Также нужно знать взрослому индивидуальные особенности играющих детей.

**Воспитателю** нужно обращать внимание на обувь детей. Особенно, у девочек, во избежании травм голеностопного сустава в играх с бегом. Девочки носят туфли на небольших каблучках, а нужно подходящую, спортивную обувь.

**Подвижные игры по возрасту**.

Дети младшего дошкольного возраста довольно активны, они много двигаются, ходят, бегают, лазают, поднимаются по лесенкам и т п. В этом возрасте большое значение имеет создание необходимых условий, использование предметов, игрушек, мячей, шариков, обручей, вожжей, скакалок и т п.

Необходимо внимание **воспитателя,** его помощи и даже непосредственного **участия** в играх и упражнениях малышей. Можно использовать перебежки, лошадки, догони мяч, принеси предмет, шире шаг, по узенькой дорожке, воробышки и кот, не забегай в круг и др.

Де6ти старшего возраста более самостоятельные и активные, чем малыши. Их движения становятся более точными, поэтому можно проводить **игры** и забавы с более сложными двигательными заданиями.

Погодные условия не всегда позволяют проводить **игры** с детьми на свежем воздухе. В случае ненастной погоды, можно поиграть в такие **игры**, как сядь-встань, сядем парочкой, пролезь через руки и др.

**Подвижные игры в летний период.**

**По ровненькой дорожке**

Воспитатель предлагает детям пойти на прогулку. Все идут друг за другом, приговаривая:

По ровненькой дорожке,

Шагают наши ножки,

По камешкам, По камешкам,

(Прыгают на двух ногах.)

По камешкам, В яму – бух… (Присаживаются на корточки.) Ух-у-ух! (Выпрямляются.)

Этот текст и соответствующие движения повторяются 2 раза.

Затем дети произносят следующие слова:

По ровненькой дорожке,

Шагают наши ножки, (Идут один за другим, немного расслабив тело, будто устали.)

Устали наши ножки,

Устали наши ножки.

Вот наш дом – (Бегут к скамейкам и садятся.) Там мы живем!

 **«Птички».**

***Цель:*** упражнять детей действовать по сигналу педагога, бегать в разных направлениях одновременно всей группой, использовать всю площадь зала.

***Ход игры:*** Педагог объясняет, что дети будут изображать птичек, которые готовятся к отлету в теплые края. По звуковому сигналу воспитателя все дети поднимают руки (крылья в стороны и разбегаются (разлетаются) по всему залу. По сигналу: «Птички отдыхают», дети останавливаются и приседают.

 **«Кот и воробышки»**

***Цель:*** упражнять детей действовать в соответствии с текстом стихотворения, выполнять бег в прямом направлении одновременно всей группой, использовать всю площадь зала.

**(1 вариант). *Ход игры:*** «Кот» располагается на одной стороне зала (площадки), а дети – «воробышки» - на другой. Дети – «воробышки» приближаются к «коту» вместе с воспитателем, который произносит: Котя, котенька, коток, Котя – черненький хвосток, он на бревнышке лежит, притворился, будто спит. На слова «Будто спит», «кот» восклицает: «Мяу!» - и начинает ловить «воробышков», которые убегают от него в свой домик (за черту).

 **(2 вариант).** ***Ход игры:***Дети стоят на скамеечках, на больших кубиках, положенных на полу в одной стороне площадки. Это воробышки на крыше. В стороне сидит кот (воспитатель или кто-нибудь из детей). Кот спит. «Воробышки полетели» — говорит воспитатель. Воробышки спрыгивают с крыши, расправив крылья, разлетаются во все стороны. Но вот просыпается кот. Он произносит «мяу-мяу» и бежит ловить воробышков, которые прячутся на крыше. Пойманных воробышков кот отводит к себе в дом.

**«Быстро в домик».**

***Цель:*** упражнять детей действовать по сигналу педагога, двигаться врассыпную в разных направлениях, бегать одновременно всей группой, использовать всю площадь зала.

***Ход игры:*** Дети располагаются в «домике» (на гимнастических скамейках или стульчиках). Воспитатель предлагает им пойти на лужок – цветочками полюбоваться, на бабочек посмотреть – ходьба врассыпную, в разных направлениях. На сигнал: «Быстро в домик, дождь пошел!» - малыши бегут занимать место в «домике» (любое место).

 **«Ловкий шофер».**

***Цель:*** упражнять детей действовать по цветовому сигналу, двигаться врассыпную в разных направлениях, использовать всю площадь зала. Повторить правила дорожного движения.

***Ход игры:*** Дети располагаются произвольно по всему залу, в руках у каждого ребенка руль (обруч). По сигналу воспитателя: «Поехали!» - дети – «машины» разъезжаются по всему залу в разных направлениях, стараясь не мешать друг другу. Если педагог поднимает флажок красного цвета, то все машины останавливаются. Если зеленый – продолжают движение.

 **«Быстрый мяч».**

***Цель:*** упражнять детей прокатывать мяч в прямом направлении, действовать по сигналу педагога.

***Ход игры:*** Дети становятся на исходную линию, обозначенную чертой или шнуром. В руках у каждого ребенка мяч (большой диаметр). По сигналу воспитателя дети занимают исходное положение – ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках у груди. По следующей команде дети наклоняются и, энергичным движением оттолкнув мяч, прокатывают его вперед, а затем бегут за ним. На исходную линию возвращаются шагом.

 **«Зайка серый умывается».**

***Цель:*** упражнять детей выполнять действия в соответствии с текстом стихотворения, прыгать на двух ногах с продвижением вперед, использовать всю площадь зала.

***Ход игры:*** Дети становятся перед воспитателем полукругом и все вместе произносят: «Зайка серый умывается, зайка в гости собирается. Вымыл носик, вымыл хвостик, вымыл ухо, вытер сухо!». В соответствии с текстом стихотворения дети выполняют движения, прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед – «направляются в гости»

 **«Поймай комара».**

***Цель:*** упражнять детей выполнять прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка, не уменьшать круг во время подпрыгиваний.

***Ход игры:*** Дети стоят по кругу лицом к центру на расстоянии вытянутых рук. Воспитатель находится в середине круга. В руках у него прут (длина 1—1,5 м) с привязанным на шнуре комаром из бумаги или материи. Воспитатель кружит шнур немного выше голов играющих. Когда комар пролетает над головой, дети подпрыгивают, стараясь поймать его обеими руками. Тот, кто поймает комара, говорит: «Я поймал!».

Надо следить, чтобы дети не уменьшали круг во время подпрыгиваний. Вращая прут с комаром, воспитатель то опускает, то приподнимает его.

**«Мыши в кладовой».**

***Цель****:* упражнять детей выполнять бег врассыпную, подлезание под шнур, не касаясь руками пола

***Ход игры:*** Дети изображают мышей. Они стоят или сидят на стульях, скамейках на одной стороне площадки — мышки в норках. На противоположной стороне, на высоте 50—40 *см*натянута веревка, за ней кладовая. Сбоку от играющих сидит воспитатель, исполняющий роль кошки. Кошка засыпает. Мыши бегут в кладовую, нагибаются, подлезая под веревку (надо стараться наклониться пониже, чтобы не задеть её). В кладовой мыши присаживаются на корточки и грызут сухари. Кошка просыпается, мяукает и бежит за мышами. Мыши убегают в норки. (Кошка не ловит мышей, она только делает вид, что хочет поймать их). Затем кошка возвращается на место и засыпает, игра продолжается.

***Младшая и средняя группы***

**«Совушка»**

**Цель**: учиться неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.

Ход: играющие свободно располагаются на площадке. В стороне («в дупле») сидит или стоит «Сова». Воспитатель говорит: *«День наступает – все оживает».* Все играющие свободно двигаются по площадке, выполняя различные движения, имитируя руками полет бабочек, стрекоз и других насекомых.

Неожиданно произносит: *«Ночь наступает, все замирает, сова вылетает».* Все должны немедленно остановиться в том положении, в котором их застали эти слова, и не шевелиться. «Сова» медленно проходит мимо играющих и зорко осматривает их. Кто пошевелится или засмеется, того «сова» отправляет к себе в «дупло». Через некоторое время игра останавливается, и подсчитывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих.

**«Поймай комара»**

**Цель**: развивать у детей умение согласовывать движения со зрительным сигналом. Упражнять в прыжках на месте.

**Ход:**играющие становятся в круг, на расстоянии вытянутых в стороны рук. Воспитатель в центре. Он вращает по кругу шнур, к концу которого привязан «комар». Воспитатель кружит комара немного выше головы играющих. Играющие внимательно следят за комаром и при его приближении подпрыгивают на месте, чтобы поймать его. Тот, кто схватит комара, говорит: «Я поймал». Продолжительность 4 -5 минут.

**«У медведя во бору...»**

**Цель:**развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и ритмичность движений. Упражнять детей в беге и ловле.

**Ход:**на одном конце площадки проводится черта. Эта опушка леса. За чертой очерчивается место для медведя. На противоположном конце площадки обозначается линией дом детей. Воспитатель назначает одного из играющих медведем. Дети направляются к опушке леса и проговаривают:

*У медведя во бору грибы, ягоды беру.
 А медведь не спит и на нас рычит.*
Когда играющие произносят слово «рычит», медведь с рычанием встает, а дети бегут «домой». Медведь старается их поймать. Пойманного отводит к себе. Продолжительность игры 5 – 6 минут.

**«Цветные автомобили»**

**Цель**: развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять в беге, ходьбе.

**Ход:** вдоль стены сидят на скамейках дети. Они – «автомобили». Каждому дается флажок какого – либо цвета или цветной круг, кольцо. Воспитатель в центре площадки. Он держит в руке три цветных флажка. Воспитатель поднимает флажок какого – либо цвета. Все дети, имеющие флажок этого цвета, бегут по площадке; на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются и по сигналу «в гараж» направляются шагом к своей скамейке. Продолжительность 4 - 6 минут.

**«Кот на крыше»**

**Цель:** развивать координацию движений; развивать ритмичную, выразительную речь.

Ход: дети становятся в круг. В центре – «кот». Остальные дети – «мыши». Они тихо подходят к «коту» и, грозя друг другу пальцем, говорят хором вполголоса:

*Тише мыши, тише мыши…*

*Кот сидит на нашей крыше.*

*Мышка, мышка, берегись.*

*И коту не попадись!*

После этих слов «кот» гонится за мышками, те убегают. Нужно отметить чертой «мышкин дом» – норку, куда «кот» не имеет права забегать.

**«Журавль и лягушки»**

**Цель:** развивать внимание, ловкость; учить ориентироваться по сигналу.

Ход: на земле чертится большой прямоугольник – река. На расстоянии 50 см от нее сидят дети - «лягушки» на кочках. Позади детей в своем гнезде сидит «журавль». «Лягушки» усаживаются на кочки и начинают свой концерт:

*Вот с насиженной гнилушки*

*В воду шлепнулись лягушки.*

*И, надувшись, как пузырь,*

*Стали квакать из воды:*

*«Ква, ке,ке,*

*Ква,ке,ке.*

*Будет дождик на реке».*

Как только лягушки произнесут последние слова, «журавль» вылетает из гнезда и ловит их. «Лягушки» прыгают в воду, где «журавлю» ловить их не разрешается. Пойманная «лягушка» остается на кочке до тех пор, пока «журавль» не улетит и не вылезут «лягушки» из воды.

**«Зайцы и медведи»**

**Цель**: развивать ловкость, умение перевоплощаться.

Ход: ребенок-«медведь» сидит на корточках и дремлет. Дети- «зайцы» прыгают вокруг и дразнят его:

*Мишка бурый, мишка бурый,*

*Отчего такой ты хмурый?*

*«Медведь» встает, отвечает:*

*Я медком не угостился*

*Вот на всех и рассердился.*

*1,2,3,4,5 – начинаю всех гонять!*

После этого «медведь» ловит «зайцев».

**«Карусель»**

**Цель:** учить одновременно двигаться и говорить, быстро действовать после сигнала.

Ход: играющие стоят в кругу. На земле лежит веревка, концы которой связаны. Они подходят к веревке, поднимают ее с земли и, держась за нее правыми {или левыми) руками, ходят по кругу со словами:

*Еле, еле, еле, еле*

*Завертелись карусели,*

*А потом кругом, кругом*

*Все бегом, бегом, бегом.*

Играющие двигаются сначала медленно, а после слова «бегом» бегут.

По команде руководителя «Поворот!» они быстро берут веревку другой рукой и бегут в противоположную сторону. На словах:

*Тише, тише, не спешите,*

*Карусель остановите,*

*Раз и два, раз и два,*

*Вот и кончилась игра.*

Движение карусели постепенно замедляется, а с последними словами останавливается. Играющие кладут веревку на землю и разбегаются по площадке. По сигналу они спешат вновь сесть на карусель, то есть взяться рукой за веревку, и игра возобновляется. Занимать места на карусели можно только до третьего звонка (хлопки). Опоздавший на карусели не катается.

**«Ловишка»** (с ленточками)

**Цель:**развивать у детей ловкость, сообразительность. Упражнять в беге с увертыванием, в ловле и в построении в круг.

Ход:играющие строятся по кругу, каждый получает ленточку, которую он закладывает сзади за пояс или за ворот. В центре круга - ловишка. По сигналу «Раз, два, три - лови» дети разбегаются, а ловишка стремится вытянуть у кого-нибудь ленточку. Лишившийся ленточки отходит в сторону. По сигналу «Раз, два, три - в круг скорей беги!», дети строятся в круг. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто лишился ленточки, то есть проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает ленточки детям. Игра начинается с новым водящим.

Правила:Ловишка должен брать только ленту, не задерживая играющего. Играющий, лишившийся ленты, отходит в сторону.

***Старшая и подготовительная группы***

Игры на развитие внимания, быстроты, ловкости и координации.

**Цель:** развивать внимание; быстроту и ловкость движений, чувство товарищества.

**«Вызов номеров»**

*Оборудование:* флажок или набивной мяч для обозначения места поворота.

Правила. Количество игроков — 10—20 детей. И грают две команды, которые выстраиваются в колонну по одному у **стартовой линии**. В 15 м от нее против каждой команды обозначается место поворота. Капитаны распределяют игроков по номерам. Воспитатель называет номера. Игроки, услышав свой номер, бегут к точке поворота, обегают его и возвращаются на место. Прибежавший первым получает очко, вторым — два очка. Победившая команда определяется в конце игры по количеству набранных очков.

**«Жмурки»**

*Оборудование:* платок.

Правила. Воспитатель назначает ведущего — жмурку. Он встает на середину площадки, ему завязывают глаза и предлагают несколько раз повернуться. Затем все дети разбегаются по команде, а жмурка **старается кого-нибудь поймать.** При виде какой-либо опасности играющие должны предупредить жмурку словом *«огонь»*. Если игра проходит на открытом воздухе, выбирают ровную площадку и очерчивают границы, за которые играющие выходить не имеют права. Поймав кого-нибудь, жмурка передает свою роль пойманному. Игрок, переступивший условленную черту, считается сгоревшим и обязан заменить жмурку.

**«Западня»**

*Правила:* Играющие образуют два круга. Внутренний круг, взявшись за руки, движется в одну сторону, внешний в другую. По сигналу воспитателя оба крута останавливаются. Стоящие во внутреннем круге поднимают руки, образуя ворота. Остальные то вбегают в круг, проходя под воротами, то выбегают из него. Неожиданно подается вторая команда, руки отпускаются, и оказавшиеся внутри круга игроки считаются попавшими в западню. Они остаются во внутреннем круге и берутся за руки с остальными играющими, после чего игра повторяется. Когда во внешнем круге останется мало играющих, из них образуется внутренний круг. Игра повторяется.

**«Круговая лапта»**

Все играющие произвольно располагаются на лужайке или поляне, в центре — водящий с мячом в руке. По сигналу начинается игра: водящий должен запятнать мячом любого игрока, который после этого сам становится водящим. Игровой кон продолжается 6—8 мин, после чего детям необходимо дать небольшой перерыв.

**«Зеркало»**

 Играющие свободно располагаются на площадке и выполняют следующие задания:

повторить одиночные движения вслед за водящим;

воспроизводить вслед за водящим серию движений в определенной последовательности;

имитировать движения животного, птицы, насекомого, названных водящим.

Лучший игрок определяется общим голосованием и награждается призом или призовыми очками.

**«Птицы»**

Участников игры — 7—8 детей. Дети по считалке выбирают *«хозяйку»* и *«ястреба»*, остальные — птицы. Хозяйка тайком от ястреба дает название каждой птице: *«Ты — кукушка, ты — ласточка»*. Прилетает ястреб.

Хозяйка. Зачем пришел?

Я с т р е б. За птицей.

X о з я й к а. За какой?

Ястреб называет, например, кукушку. Если названной ястребом птицы нет, хозяйка прогоняет его. Игра продолжается, пока ястреб не поймает всех птиц.

**«Кот идет»**

Среди играющих выбирается кот. Он находится в углу зала в своем доме. Остальные игроки — мыши, они размещаются по залу в норах.

Ведущий выходит на середину площадки и говорит:

Мышки, мышки, выходите, Поиграйте, попляшите, выходите поскорей, Спит усталый кот-злодей.

Мыши выбегают на середину площадки и начинают приплясывать со словами:

Тра-та-та, тра-та-та, не боимся мы кота.

По сигналу ведущего *«Кот идет!»* все мыши застывают. Если какая-нибудь из них шелохнулась, кот забирает ее к себе в дом. Он ловит мышей до тех пор, пока водящий не скажет: *«Кот ушел»*. Пойманные мыши не принимают участия в игре до смены нового кота.

**«Красная Шапочка»**

*Оборудование:* маска волка, красный колпачок или красная шапочка.

Правила. У ведущего — волка — **картонная маска**, а у убегающего красный колпачок. Кто его наденет, тот становится Красной Шапочкой. Этого игрока и должен ловить волк. Но красный колпачок можно передать другому игроку. Тогда волк должен уже догонять новую Красную Шапочку. Когда волк ее поймает, он передает ей свою маску и становится игроком.

**«Птички и клетка»**

Дети распределяются на две команды. Одна образует круг в центре площадки *(дети идут по кругу, держась за руки)* — это клетка. Другая команда — птички. Ведущий говорит: *«Открыть клетку!»* Дети, образующие клетку, поднимают руки. Птички влетают в клетку *(в круг)* и тут же вылетают из нее. Ведущий говорит: *«Закрыть клетку!»* Дети опускают руки. Птички, оставшиеся в клетке, считаются пойманными. Они встают в круг. Клетка увеличивается, и игра продолжается, пока не останутся 1—3 птички. Затем дети меняются ролями.

**«Бой петухов»**

Играющие **стараются** вывести друг друга из равновесия, прыгая на одной ноге и толкая друг друга либо правым, либо левым плечом. Проигрывает тот, кто коснется земли второй ногой.

Руки дети держат на поясе либо скрестно перед грудью; можно держаться одной рукой за носок согнутой ноги. Толкаться руками не разрешается. Побеждает тот, кто дольше удержится, прыгая на одной ноге.

**«Два и три и больше»**

Дети ходят или бегают врассыпную. На сигнал ведущего *«Два!»* образуют пары с любым находящимся рядом ребенком, берутся за руки и бегут к заранее условленному месту (флажку, дереву, где строятся пара за парой в том порядке, в котором подбегают. Если ведущий скажет: *«Три!»*, дети образуют тройки и затем уже бегут к месту построения. Можно усложнить задачу, дав команды «Постройся четверкой или пятеркой».

**«Путешествие на корабле»**

Дети строятся в две шеренги у одной из сторон площадки *(комнаты)* — это корабль. Капитан корабля *(ведущий)* объявляет: *«Приготовиться к выходу на берег, справа земля!»* Все дети должны повернуться направо, приготавливаясь к выходу. Тот, кто повернет в другую сторону, лишается выхода на берег и остается на корабле *(отходит в сторону)*. Все остальные идут парами *(можно с песней или под удары в бубен)* и, обойдя площадку (комнату, возвращаются на корабль *(к месту начального построения)* и снова строятся | две шеренги. Дети, которые оставались на корабле, включаются в игру, становясь на свои места в шеренгах. На слова ведущего: *«Приготовиться к выходу, слева земля!»* дети поворачиваются налево и, обойдя площадку (комнату, возвращаются на корабль и перестраиваются в две шеренги. Название сторон *(справа, слева)* надо не только чередовать, но и давать вразбивку.

 **«Третий лишний»**

Играющие распределяются по парам и, взявшись за руки, идут по кругу. Дистанция между парами не менее четырех шагов. Два игрока, назначенные ведущим, бегают в любом направлении *(разрешается пересекать круг)*. Один из них, убегающий, может пристроиться к любой паре. Для этого он должен подбежать к ней справа или слева и взять за руку крайнего. Игрок, оказавшийся третьим лишним (с другой стороны, убегает от ведущего. Правилами предусматривается смена ведущего, если он осалил убегающего.

**«Рыбачок и рыбки»**

На полу или на площадке чертится большой круг. Один из играющих — рыбачок — находится в центре круга, он приседает на корточки. Остальные — рыбки, обступив круг, хором говорят: *«Рыбачок, рыбачок, поймай нас на крючок»*.

На последнем слове рыбачок вскакивает, выбегает из круга и начинает гоняться за рыбками, которые разбегаются по всей площадке. Пойманный становится рыбачком и идет в центр круга.

**«Лохматый пес»**

Количество игроков — 8—12 детей. Из числа играющих выбирают пса. Он сидит в стороне. Другие дети медленно идут к нему, приговаривая:

Вот сидит лохматый пес, в лапки свой уткнувши нос. Тихо, мирно он сидит, может, дремлет, может, спит. Подойдем к нему, разбудим и посмотрим, что же будет?

Дети тихо подходят к псу и хлопают в ладоши. Пес вскакивает, рычит, лает и ловит детей. Пойманный игрок становится водящим — псом.