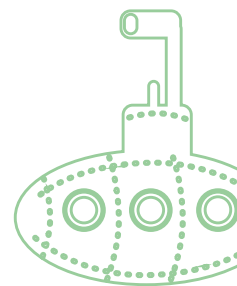


# Игры «малой подвижности»



**Но большой сообразительности!**

*Ольга Чекмасова,*

*педагог-психолог, детский сад № 28 «Людмила», г. Королёв, Московская обл.*

**С**коро осень и зима вступят в свои права, а с ними придут дожди, слякоть, мокрый снег, метель... Чем же занять наших неугомонных сорванцов, привыкших целыми днями носиться по двору, выбирая подвижные игры? Как же их уговорить, но при этом дать возможность двигаться? В этом нам и помогут особые игры.

Малоподвижные игры – это игры, в которые играют практически на месте, но есть некоторые движения (сидя, стоя или во время спокойного шага). Они достаточно спокойны и нацелены не на развитие мышц ребёнка, а на развитие внимания и памяти, сообразительности и наблюдательности, координации движений и быстроты реакции, ориентировки в пространстве и двигательных умений.

Цель малоподвижных игр – **постепенный переход от возбуждённого состояния к спокойному.**

Эти игры не требуют подробного объяснения правил: ведущий показывает движение сам (или для этого по жребию выбирается кто-то из детей).

Предлагаемые 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 взрослого), и старшие (самостоятельно).

## **«ЗАПРЕЩЁННОЕ ДВИЖЕНИЕ»**

Играющие образуют круг. Ведущий заранее договаривается с игроками, какое движение нельзя делать, например, приседать, хлопать в ладоши или махать руками.

Затем под музыку показывает различные движения, которые дети должны в точности повторить.

Чем разнообразнее и забавнее эти движения, тем интереснее игра. Ве-

дущий может показать запрещённое движение – тот, кто по невнимательности повторит его, должен сплясать, спеть или прочесть стихотворение.

### «ТРИ, ТРИНАДЦАТЬ, ТРИДЦАТЬ»

Игроки выбирают водящего, становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Водящий – в середине круга.

Водящий объясняет: «Если я скажу ТРИ, все разводят руки в стороны; если ТРИНАДЦАТЬ – ставят руки на пояс; если ТРИДЦАТЬ – поднимают руки» (можно выбрать любые движения).

Водящий быстро называет то одно, то другое движение. Ребёнок, допустивший ошибку, садится на пол. Когда останутся 1-2 игрока, игра заканчивается. Оставшиеся – победители.

### «КОЛЕЧКО»

Старинная дворовая игра. Дети стоят в кругу, а 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 выдать себя.

По сигналу водящего: «Колечко, колечко, выйди на крылечко!» ребёнок 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.

### «ЛЕТАЕТ – НЕ ЛЕТАЕТ»

Ещё одна русская народная игра. 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 сознательно ошибаться в движениях, многие, подражая ему, тоже могут ошибаться. Задача детей – удержаться и не допустить ошибки.

### «НИЗКО-ВЫСОКО»

Дети стоят по кругу.

Ведущий: «В лесу ёлочки разные растут: широкие, низкие, высокие, тоненькие... Я скажу: высокие – поднимайте руки вверх; низкие – приседайте и руки опускайте; широкие – делайте круг шире; тонкие – делайте круг уже».

Игра пойдёт веселее, если ведущий будет стараться запутать детей.

### «ДЕЛАЙ НАБОРОТ!»

Дети стоят в рассыпную по залу. Ведущий (лучше, если это будет кто-то из детей) показывает движения, дети должны повторить их, но в противоположную сторону.

Например, ведущий наклоняется вправо, дети – влево; ведущий делает шаг вперёд, дети – шаг назад и т. д.

## «ХЛОПКИ»

Дети свободно двигаются по комнате. На один хлопок ведущего они должны подпрыгнуть, на два – присесть, на три – встать с поднятыми руками (допустимы любые другие варианты движений).

В малоподвижные игры весело играть большой компанией взрослых и детей. Поверьте, все участники останутся довольны! Такие игры принесут не только пользу, но и хорошее настроение!

