

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 11» г. Ижевска

Сборник подвижных игр на перемене



Выполнили:

*Тригорян Инесса
Егоров Иван
Карелина Арина
Каримов Роман
Константинова
Анастасия*

Руководитель:

*Митюкова Татьяна
Леонидовна*

Подвижные игры на переменах

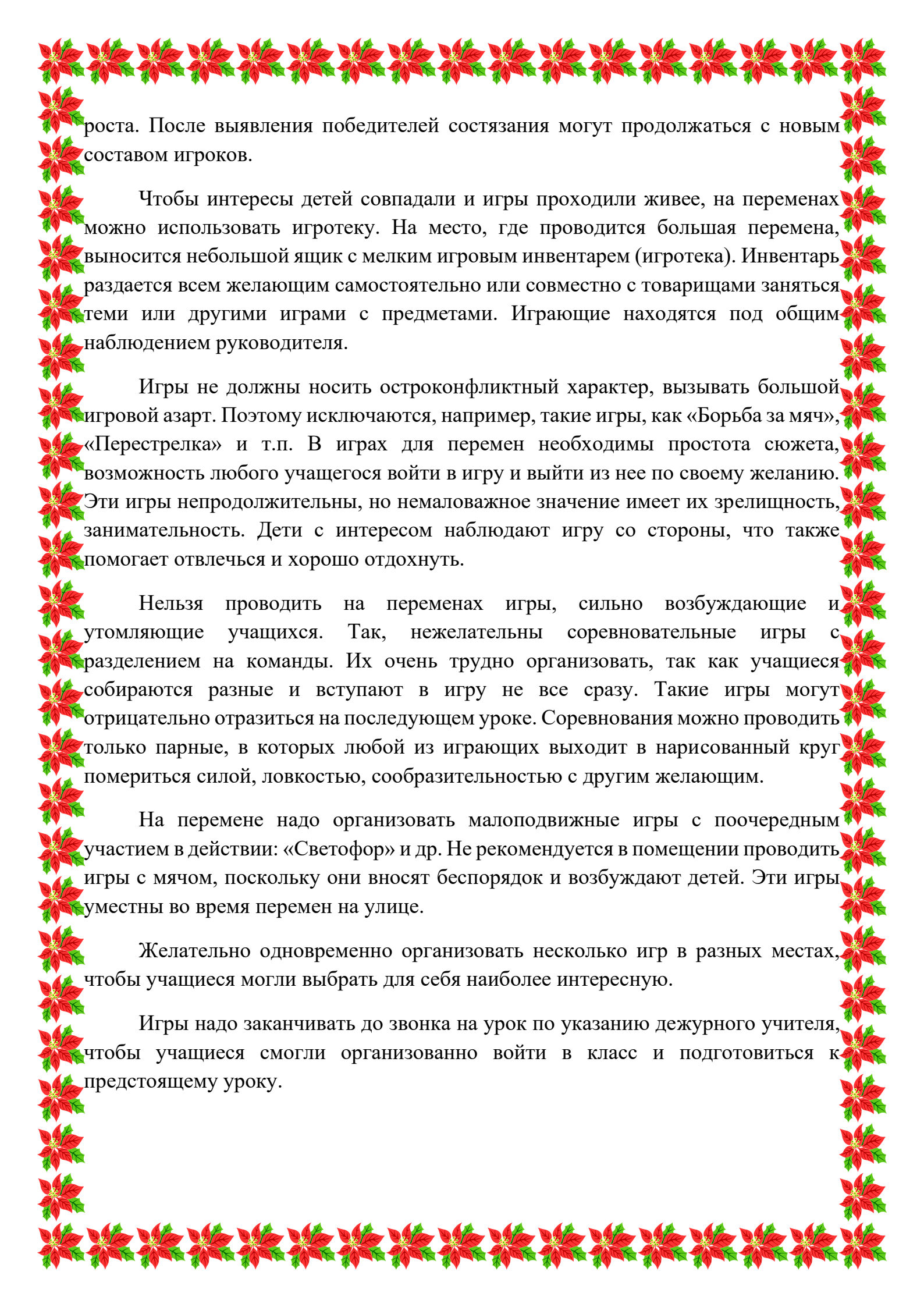
Игра – главное времяпровождение ребёнка любого возраста. Игра имеет познавательное и развлекательное значение. Подвижные игры дают выход жизненно необходимой двигательной активности. Движение является основой развития дошкольников и младших школьников. Малоподвижный ребёнок зачастую недополучает тактильных и зрительных ощущений. Подвижные игры для младших школьников способствуют физическому развитию и формированию коллективных навыков. Какие игры можно провести с классом детей на школьном дворе или в коридоре на перемене?

В начальной школе необходима организация игры для детей младшего возраста на большой школьной перемене. Место проведения игры выбирают по времени года - на улице или внутри помещения. В помещении школы игровое пространство детей ограничено стенами класса или школьного коридора.

Правильное использование подвижных игр во время перемен способствует активному отдыху учащихся, помогает им успешнее овладевать большим объемом знаний, улучшает успеваемость. При эмоциональных игровых действиях у игроков возбуждаются те нервные центры, которые при занятиях в классе находились в заторможенном состоянии. Такое переключение работы нервных центров дает возможность учащимся лучше отдохнуть и легче воспринимать учебный материал на последующем уроке.

Игры на переменах имеют важное воспитательное значение. После напряженной работы в классе ученикам необходим активный отдых. Подвижные игры у детей вызывают положительные эмоции и стимулируют их двигательную активность. Такое переключение работы позволяет ребятам отдохнуть и легче воспринимать учебный материал на следующем уроке. Для организации и проведения игр требуется не менее 8-10 минут. Учащиеся могут проводить игры самостоятельно, так и под руководством преподавателей.

Игры на переменах имеют свои особенности. Прежде всего, их организация предусматривает добровольное участие детей. Игры должны быть простыми, но интересными, в которых допускается переменность состава участников, сравнительно быстро выявляются результаты. Подвижные игры организуются в небольших по численности группах (не более 15 — 20 человек в каждой). При большом числе желающих играть в одну и ту же игру или в различные игры их можно проводить в нескольких группах, в разных местах. Отдельные игровые упражнения предназначаются для участников примерно одинакового возраста и



роста. После выявления победителей состязания могут продолжаться с новым составом игроков.

Чтобы интересы детей совпадали и игры проходили живее, на переменах можно использовать игротеку. На место, где проводится большая перемена, выносится небольшой ящик с мелким игровым инвентарем (игротека). Инвентарь раздается всем желающим самостоятельно или совместно с товарищами заняться теми или другими играми с предметами. Играющие находятся под общим наблюдением руководителя.

Игры не должны носить остроконфликтный характер, вызывать большой игровой азарт. Поэтому исключаются, например, такие игры, как «Борьба за мяч», «Перестрелка» и т.п. В играх для перемен необходимы простота сюжета, возможность любого учащегося войти в игру и выйти из нее по своему желанию. Эти игры непродолжительны, но немаловажное значение имеет их зрелищность, занимательность. Дети с интересом наблюдают игру со стороны, что также помогает отвлечься и хорошо отдохнуть.

Нельзя проводить на переменах игры, сильно возбуждающие и утомляющие учащихся. Так, нежелательны соревновательные игры с разделением на команды. Их очень трудно организовать, так как учащиеся собираются разные и вступают в игру не все сразу. Такие игры могут отрицательно отразиться на последующем уроке. Соревнования можно проводить только парные, в которых любой из играющих выходит в нарисованный круг помериться силой, ловкостью, сообразительностью с другим желающим.

На перемене надо организовать малоподвижные игры с поочередным участием в действии: «Светофор» и др. Не рекомендуется в помещении проводить игры с мячом, поскольку они вносят беспорядок и возбуждают детей. Эти игры уместны во время перемен на улице.

Желательно одновременно организовать несколько игр в разных местах, чтобы учащиеся могли выбрать для себя наиболее интересную.

Игры надо заканчивать до звонка на урок по указанию дежурного учителя, чтобы учащиеся смогли организованно войти в класс и подготовиться к предстоящему уроку.

Игра «Здравствуй друг»

Цель: сплочение детского коллектива

Все участники делятся на две равные группы. Одна группа образует внутренний круг, другая внешний. Стоящие во внутреннем круге поворачиваются лицом к стоящим во внешнем круге, таким образом образуя пары. И повторяют за ведущим следующие слова,



сопровождая их жестами.

- Здравствуй, друг! (Жмут друг другу руки).
- Как ты тут? (Хлопают правой рукой по левому плечу партнера).
- Где ты был? (Осторожно треплют ухо).
- Я скучал! (Складывают руки на груди).
- Ты пришел! (Разводят руки в стороны).
- Хорошо! (Обнимаются).

Затем стоящие во внешнем круге делают шаг в сторону, тем самым производя замену партнера. Слова и движения произносятся вновь.

И так далее, пока опять не встретятся первые пары.



«Путанка»

Все берутся за руки, стоя к кругу и начинают запутываться. Когда запутались все, и получилась одна большая «путанка», можно вообразить, что вся группа превратилась в одного огромного зверя.

Теперь срочно необходимо определить, где находится его голова, а где хвост. («Кто будет головой? А кто хвостом?»,- спрашивает ведущий). Когда зверь сориентировался, где его право, а где его лево, он должен научиться двигаться во все стороны, в том числе и назад. А потом, зверь должен пробежаться, и может быть даже кого-то, попавшегося по пути, «съесть».



Упражнение «Счёт до десяти»

Цель: прочувствовать друг друга, понять без слов и мимики.
Ход упражнения: «Сейчас по сигналу «начали» вы закроете глаза, опустите свои носы вниз и попытаетесь посчитать от одного до десяти. Но хитрость состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой человек скажет «два», третий скажет «три» и так далее +. Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут «четыре», счёт начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов.



«Люди – к людям»

Продолжительность: 15 минут

Цель: сплочение команды, преодоление напряжения
Ход упражнения: После произнесения ведущим фразы "Люди - к людям" играющие распределяются по парам. Затем играющие выполняют все команды ведущего (типа "ухо – к плечу", "Правая нога - к левой руке" и т. п.). После произнесения ведущим фразы "Люди - к людям" играющие должны вновь перераспределиться по парам. Цель ведущего – найти себе пару. Тот, кто остался без пары становится ведущим.



«Сороконожка»

Цель: улучшение командного взаимодействия

Ход упражнения: Участники встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего.

По команде ведущего «Сороконожка» начинает двигаться вперед, затем приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями и т.д. Главная задача участников — не разорвать цепочку и сохранить «Сороконожку».



«Паучки и комары».

Цель: создание эмоционально — положительного фона.

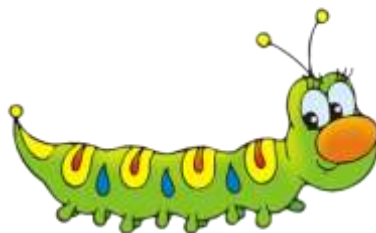


Все дети - комарики, они под спокойную музыку двигаются по комнате. Два ребёнка, взявшись за руки, изображают паучков. Задача паучков - как можно больше запятнать комариков. Те дети, до которых дотронулся паучок, садятся на стулья. Когда все комарики пойманы, то выбирается следующая пара и игра возобновляется.

«Гусеница».

Цель: научить согласовывать свои действия со всеми детьми.

Дети становятся цепочкой и кладут руки на плечи друг другу. Таким образом они начинают двигаться по комнате, преодолевая различные препятствия.





«Подарок».

Цель: научить договариваться.

Дети делятся на пары. Ведущий говорит «На день рождения Толе подарили...».

Дети в паре договариваются и по сигналу ведущего вместе называют подарок.

«Путешествие».

Цель: научить договариваться, подчинять свои желания чужим интересам.

Дети делятся на пары. Ведущий говорит «Мы отправляемся сегодня в путешествие» Дети в паре решают, куда и по сигналу ведущего (хлопок) вместе озвучивают своё решение.

Варианты продолжения игры «Мы возьмём с собой в путешествие...», «По дороге мы встретили...».

Когда дети хорошо освоят умение работать в парах можно разбивать их на более многочисленные группы.



«Угадай меня».

Цель: сплочение, установление доверительного контакта между детьми. Дети сидят на стульях водящий с завязанными глазами ходит по комнате. Подходит к одному игроку, кладёт руки на плечи и угадывает кто это это. Если угадал правильно, то игрок говорит «Да, это я»

«Ласковые имена».

Цель: установление положительного контакта между детьми. Взрослый предлагает детям «Назови своего соседа ласковым именем так, чтобы ему было приятно.

В игре можно использовать какой-нибудь предмет (игрушку, цветок), передавая его соседу, ребёнок называет его ласковым именем.

«Привет фотографии».

Цель: обучение детей узнавать друг друга по фотографии, создание положительного настроения

Дети сидят в кругу. В центре на столе лежат фотографии лицами вниз. Ребенок выходит в центр круга, берет любую фотографию, затем находит человека по фотографии, подходит к нему и здоровается (пожать руку и сказать «Привет») Ребенок, с которым поздоровались, сначала отвечает на приветствие, а затем выбирает следующую фотографию. Игра продолжается до тех пор, пока не останется ни одной фотографии.



«Передай игрушку по кругу».

Цель: разминка, разогрев группы, развитие внимания, быстроты реакции, умения действовать сообща

Дети стоят в кругу. По кругу пускают игрушки. Передавая игрушку, дети говорят: «Дальше, дальше...» Сначала их в два раза меньше, чем детей. По мере увеличения скорости передачи игрушек из рук в руки количество игрушек увеличивается.

Вариант. Дети сидят на ковре и перекачивают друг другу мячи, не останавливаясь. Количество мячей от 2 до 5.

Вариант. Можно добавить еще одно правило. Когда взрослый скажет: «Всё наоборот», игрушки или мячи передаются в обратном направлении.

«Поварята».

Цель: развитие внимания, групповой сплоченности

Все встают в круг – это кастрюля. Сейчас будем готовить суп (компот, винегрет, салат). Каждый придумывает, чем он будет (мясо, картошка, морковь, лук, капуста, петрушка, соль и т.д.). Можно раздать картинки. Ведущий выкрикивает по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнавший себя впрыгивает в круг, следующий, прыгнув, берет за руки предыдущего. Пока все «компоненты» не окажутся в круге, игра продолжается.



В результате получается вкусное, красивое блюдо.

«Рулет».

Цель: активизация группы, создание групповой сплоченности.

Дети встают в шеренгу, держась за руки.

Ребенок, стоящий первым, начинает поворачиваться вокруг своей оси, увлекая за собой стоящих следом. Таким образом, дети образуют некий «рулет». Обращается внимание детей на то, что в ходе упражнения важно не

расцеплять руки. Задание можно усложнить, предложив детям «раскрутить рулет».



«Привет! Как твои дела?».

Цель: сближение участников, установление дружеских отношений, развитие кооперации, активизация внимания

Все дети ходят по комнате, жмут друг другу руки и говорят: «Привет! Как твои дела?»

Главное правило: здороваясь с кем-то, руку можно освободить только после того, как другой рукой начнешь здороваться еще с кем-либо. То есть каждый участник должен быть в контакте с кем-либо постоянно.

Игру можно использовать в конце занятия, заменив слова: «Спасибо. С тобой было интересно»

«Прикосновение тела».

Цель: активизация и сплочение группы, развитие тактильного внимания

Объясните участникам, что вы дотронетесь до кого-нибудь. Потом они должны, используя только ту часть тела, до которой дотронулись вы, дотронуться до кого-то другого. Продолжайте игру, пока все участники не будут задействованы. Это упражнение заставляет тесно взаимодействовать друг с другом.



«Коллективная сказка»

Цель: определение уровня сплоченности коллектива, а также существующие проблемы.

Придумать сказку. Существует два варианта этого упражнения. Вариант 1 – рассказчик говорит слово, второй повторяет это слово и добавляет свое, подходящее по смыслу, третий говорит первых два слова и свое, и т.д. Нужно, чтобы получился связный рассказ. Вариант 2 – первый говорит предложение. Второй говорит второе предложение сказки, не повторяя первое, т.е. рассказ сказки по предложениям, по очереди. В этой игре можно получить дополнительную информацию о конфликтах и ожиданиях членов группы.

Игра «Телетайп»

Цель: групповое сплочение, снятие возбуждения.

Ход игры: участники встают в круг, держась за руки. Один из участников посылает телеграмму, называя имя адресата. Телеграмма передается по кругу незаметным пожатием рук. Задача ведущего, который стоит в центре, заметить пожатие. Тот, кого заметили, становится ведущим.



«Лавата»

Цель: создание эмоционально — положительного фона.

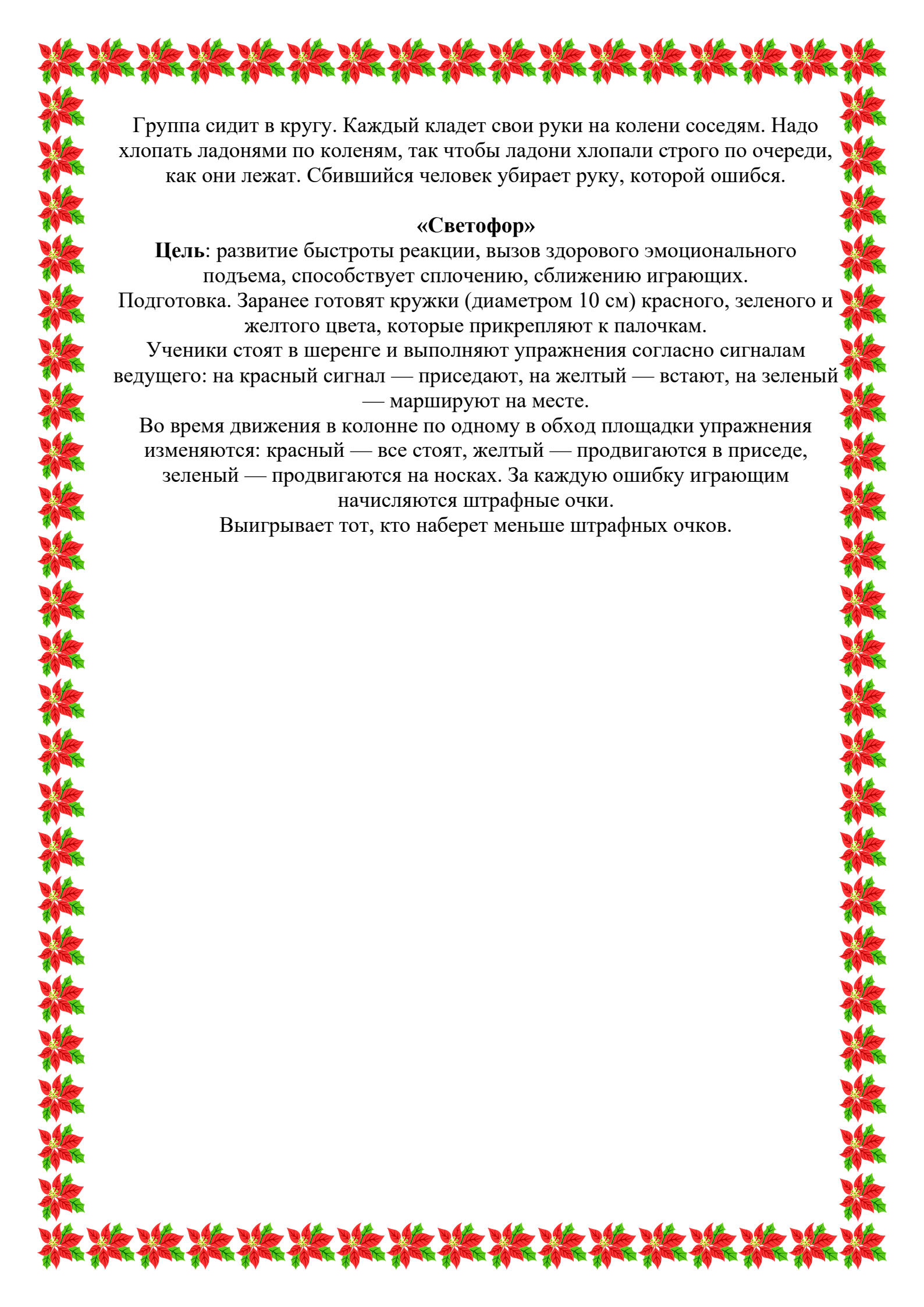
Играющие становятся в круг, берутся за руки и начинают двигаться по кругу, громко напевая: "Мы танцуем, мы танцуем, тра-та-та, тра-та-та, наш весёлый танец - это Лавата".

Потом все останавливаются и ведущий говорит: "Мои локти хороши, а у соседа - лучше" - все берут своих соседей за локти и снова начинают двигаться напевая. Ведущий может глумиться как хочет (талия, плечи, пятки, ноги и т.п.), главное - снять у детей тактильное напряжение.

«Коленочки»

Цель: определение уровня сплочения коллектива и возможность работы с группой





Группа сидит в кругу. Каждый кладет свои руки на колени соседям. Надо хлопать ладонями по коленям, так чтобы ладони хлопали строго по очереди, как они лежат. Сбившийся человек убирает руку, которой ошибся.

«Светофор»

Цель: развитие быстроты реакции, вызов здорового эмоционального подъема, способствует сплочению, сближению играющих.

Подготовка. Заранее готовят кружки (диаметром 10 см) красного, зеленого и желтого цвета, которые прикрепляют к палочкам.

Ученики стоят в шеренге и выполняют упражнения согласно сигналам ведущего: на красный сигнал — приседают, на желтый — встают, на зеленый — маршируют на месте.

Во время движения в колонне по одному в обход площадки упражнения изменяются: красный — все стоят, желтый — продвигаются в приседе, зеленый — продвигаются на носках. За каждую ошибку играющим начисляются штрафные очки.

Выигрывает тот, кто наберет меньше штрафных очков.