Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 271»
(МАДОУ «Детский сад № 271»)

# Рекомендательный материал: «Подвижные игры в жизни ребенка»

Выполнил:
Музыкальный руководитель
Кардаш М.Е.

2023 г.

**1. Общие положения**

Настоящий материал разработан в целях информирования родителей (законных представителей) о значимости и методике организации подвижных музыкальных и ритмических игр в условиях семейного воспитания.

В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО), двигательная активность является необходимым условием для полноценного психофизического развития ребенка. Музыкально-ритмическая деятельность выступает в качестве эффективного средства оптимизации данного процесса.

**2. Цели и задачи организации игровой деятельности**

*Цель:* создание благоприятных условий для гармоничного развития личности ребенка.

*Задачи:*

- **Оздоровительные:** оптимизация мышечного тонуса, укрепление опорно-двигательного аппарата, тренировка дыхательной и сердечно-сосудистой систем, профилактика нарушений осанки.
- **Образовательные:** формирование представлений о темпе, ритме, динамике и характере музыкального произведения; развитие слухового внимания и музыкальной памяти.
- **Развивающие:** развитие крупной и мелкой моторики, координации движений, чувства равновесия, пространственной ориентации, быстроты реакции.
- **Воспитательные:** формирование навыков произвольной регуляции поведения, умения действовать в соответствии с установленными правилами, развитие коммуникативных навыков и навыков работы в коллективе.

**3. Классификация и характеристика игр**

Систематизация игровой деятельности осуществляется по доминирующему компоненту:

- **Игры на развитие чувства ритма:** направлены на соотнесение двигательного акта с метрической пульсацией музыки. Базовые упражнения: элементарные хлопки, притопы, шлепки по коленям, использование шумовых детских музыкальных инструментов (бубен, маракасы, деревянные ложки, треугольник).
- **Игры на развитие координации и крупной моторики:** предполагают выполнение сложных двигательных комплексов, требующих согласованной работы различных групп мышц. Характеризуются

необходимостью быстрой смены направления движения, скорости и амплитуды.

- **Игры на регуляцию мышечного тонуса:** строятся на контрасте музыкальных темпов и динамики. Направлены на обучение ребенка произвольному мышечному расслаблению и напряжению по звуковому сигналу.
- **Коммуникативные хороводные игры:** направлены на отработку навыков взаимодействия в паре и группе, формирование умения соблюдать дистанцию и очередность движений.

**4. Методические рекомендации по организации игр**

- **Требования к временным нормативам:** продолжительность непрерывной игровой деятельности для детей 3–4 лет составляет 5–7 минут, для детей 5–7 лет — 10–15 минут во избежание переутомления центральной нервной системы.
- **Требования к помещению:** игровое пространство должно быть предварительно освобождено от посторонних предметов, обладать достаточной площадью для свободного перемещения, иметь безопасное покрытие (нескользкий пол) и регулярное проветривание.
- **Требования к музыкальному репертуару:** музыкальные произведения должны отличаться ясной структурой, четким ритмом, выразительной мелодией и доступной художественной образностью. Темп произведения должен строго соответствовать возрастным психофизиологическим возможностям детей.
- **Алгоритм проведения:** любая игра должна включать вводную часть (мотивация, показ образца движения взрослым), основную часть (совместное или самостоятельное выполнение действий) и заключительную часть (упражнения на восстановление дыхания, снятие мышечного напряжения).
- **Роль взрослого:** на начальном этапе взрослый выполняет функцию непосредственного участника и демонстратора. По мере усвоения правил ребенком осуществляется переход к функции наблюдателя и координатора.
- **Использование атрибутов:** рекомендуется применение доступного инвентаря (ленточки, платочки, султанчики, мячи малого и среднего диаметра, обручи) для повышения концентрации внимания.

**5. Примеры практического применения**

- **Для детей 3–4 лет (младший дошкольный возраст):**
  *Игра «Солнышко и дождик»*. На мажорную музыку (светит солнце) — дети произвольно бегают и прыгают по залу. На минорную музыку (начинается дождь) — занимают места под заранее обозначенным укрытием (зонт, обруч). Задача: развитие слухового внимания и скорости реакции на звуковой сигнал.
- **Для детей 4–5 лет (средний дошкольный возраст):**
  *Игра «Запрещенное движение»*. Взрослый под ритмичную музыку показывает различные движения. Одно движение объявляется запрещенным. Дети повторяют все движения, кроме запрещенного. Задача: тренировка процессов торможения, произвольности и концентрации внимания.
- **Для детей 5–7 лет (старший дошкольный возраст):**
  *Игра «Танцевальные замирания»*. Под быструю музыку дети выполняют танцевальные движения. Внезапная остановка музыки (пауза) требует от ребенка мгновенной фиксации позы. Задача: развитие статического равновесия, мышечного контроля и быстроты реакции.

**6. Перечень необходимого инвентаря**

- Детские шумовые музыкальные инструменты (бубен, деревянные ложки, маракасы, колокольчики).
- Атрибуты для рук (цветные ленты на палочках, легкие платочки, султанчики).
- Мячи малого диаметра, массажные мячи, гимнастические обручи.
- Элементы костюмов (элементарные маски, эмблемы) для сюжетных игр.

**7. Техника безопасности**

- Обязательный контроль за соблюдением дистанции между играющими во избежание столкновений.
- Исключение резких движений, способных привести к травматизму (падениям, вывихам).
- Недопустимость принуждения ребенка к участию в деятельности при наличии жалоб на ухудшение самочувствия.
- Контроль за соответствием высоты и веса используемых предметов физическим возможностям ребенка.

**8. Ожидаемые результаты**

Систематическое применение рекомендованных форм работы способствует:

- нормализации общего психоэмоционального фона ребенка;
- повышению уровня работоспособности и стрессоустойчивости;
- качественному улучшению показателей крупной моторики и чувства ритма;
- успешной подготовке к овладению навыками письма и чтения в начальной школе за счет развития межполушарного взаимодействия.

По вопросам методического сопровождения обращаться к педагогу-психологу или музыкальному руководителю образовательного учреждения.

Источники:

https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2020/10/05/muzykalno-podvizhnye-igry