

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Краснодарского края специальная (коррекционная) школа-интернат
г. Темрюка

Сборник
дидактических игр для учащихся 1-5 классов
для уроков адаптивной физической культуры

Составил: учитель физической культуры

Иванова Е.Н.



Темрюк, 2025 г.

Сборник дидактических игр предназначен для учителей физкультуры, воспитателей и родителей, которые стремятся сделать процесс физического воспитания увлекательным и эффективным. Он включает игры, направленные на решение различных образовательных и воспитательных задач, и может быть использован как на уроках, так и во внеурочной деятельности, в спортивных секциях и в семейном кругу.

Цель: Обеспечение комплексного подхода к развитию у детей моторных, умственных навыков, их социальной адаптации средствами физической культуры.

Задачи:

1. Научить детей правильно выполнять основные двигательные действия и упражнения.
2. Развить умение ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на сигналы и менять направление движения.
3. Стимулировать интерес к изучению спортивных игр и упражнений через игровой метод.
4. Учить детей работать в команде, распределять роли и согласовывать свои действия с действиями других.
5. Развивать умение анализировать ситуацию, делать выводы и применять полученные знания в новых условиях.
6. Формировать навыки безопасного поведения во время игр и упражнений.

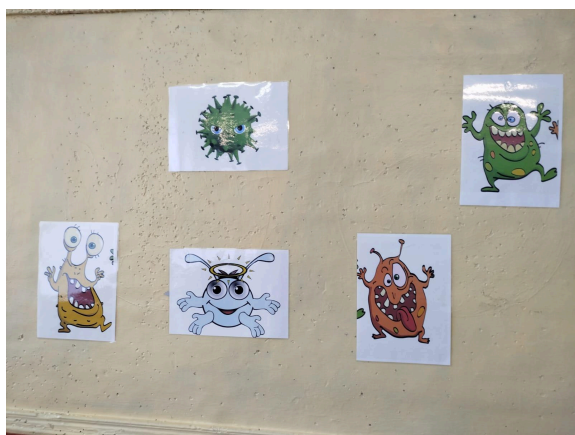
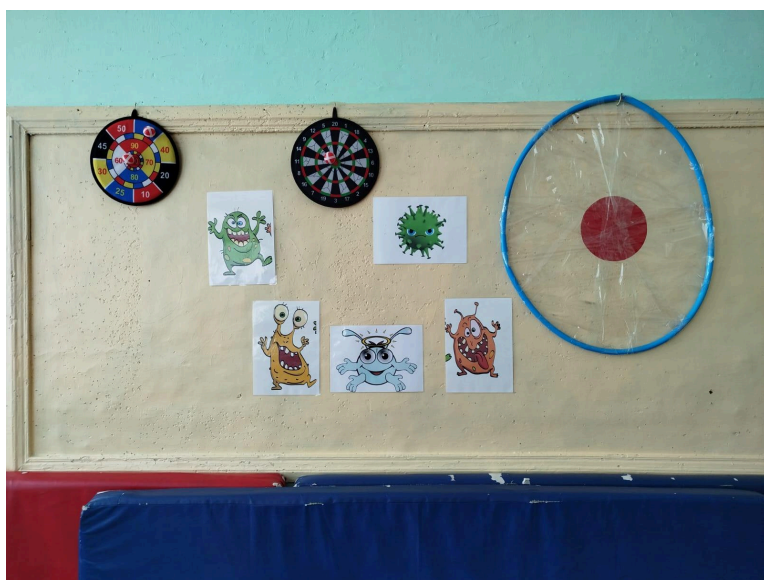
Важно! Перед началом игр необходимо убедиться в безопасности места проведения и используемых материалов, а также объяснить участникам правила безопасного поведения. Рекомендуется проводить игры под контролем учителя.

Игра «Чистые руки: битва с микробами» - участники выступают в роли «санитаров», которым предстоит уничтожить микробов, метая предметы в мишени в виде этих микроорганизмов.

Участникам объясняют, что мишени - это «опасные микробы», которые нужно уничтожить; рассказывается, как микробы могут попасть в организм и почему важно от них избавляться (в упрощённой для детей форме); объясняются правила метания и безопасного поведения во время игры.

Участники по очереди или группами метают предметы в мишени; можно вести подсчёт «уничтоженных» микробов или организовать командное соревнование; в процессе игры ведущий может рассказывать интересные факты о микробах и гигиене, чтобы усилить образовательный эффект.

Необходимые материалы: распечатанные и заламинированные картинки микробов; обруч, обмотанный скотчем; пластиковые и текстильные мячи.



Образовательные задачи:

- познакомить учащихся с понятием микробов и их влиянием на здоровье человека;
- закрепить знания о важности соблюдения гигиенических правил и здорового образа жизни;
- обучить технике метания и правильному распределению усилий при броске;
- развить понимание пространственных отношений (определение расстояния до мишени, оценка траектории броска);
- сформировать навыки анализа результатов своих действий (оценка точности попадания в мишень).

Коррекционно-развивающие задачи:

- развить координацию движений и глазомер;
- улучшить моторику и ловкость рук;
- способствовать развитию внимания и концентрации (необходимости сосредоточиться на цели);
- развить умение работать в условиях ограниченного времени и принимать решения быстро;
- корректировать навыки социального взаимодействия через игровые ситуации (если игра предполагает командные действия).

Оздоровительные задачи:

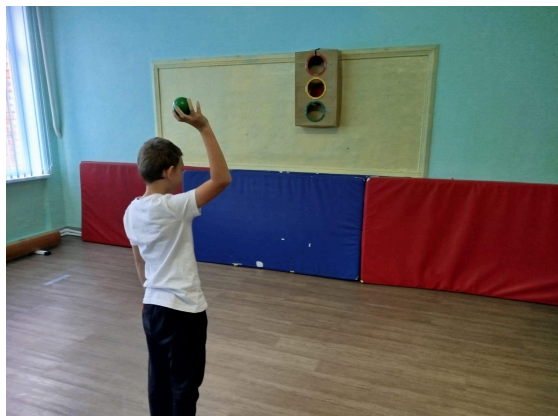
- укрепить мышцы рук, плеч и корпуса за счёт выполнения бросков;
- повысить общую физическую активность и уровень выносливости;
- способствовать улучшению работы дыхательной и сердечно-сосудистой систем благодаря динамической активности;
- формировать правильную осанку в процессе выполнения двигательных действий;
- стимулировать обменные процессы в организме через физическую активность.

Воспитательные задачи:

- воспитать целеустремлённость и настойчивость в достижении результата;
- развивать чувство ответственности за свои действия и результат команды (в командных вариантах игры);
- формировать умение достойно принимать как победу, так и поражение;
- воспитывать интерес к физической культуре и здоровому образу жизни;
- способствовать формированию навыков сотрудничества и коммуникации в процессе игры;
- прививать бережное отношение к собственному здоровью и понимание важности профилактики заболеваний.

Игра «Цветной светофор» - нужно бросать мячики в отверстия соответствующего цвета, как сигналы светофора.

Необходимые материалы: Коробка, кольца красного, желтого и зеленого цвета, пластмассовые мячи соответствующего цвета.



Образовательные задачи:

- научить детей различать и называть основные цвета (красный, жёлтый, зелёный);
- закрепить знания о сигналах светофора и правилах дорожного движения в игровой форме;
- сформировать понимание соответствия цвета мячика и отверстия в коробке;
- стимулировать познавательный интерес к теме безопасности на дорогах;
- расширить словарный запас, вводя понятия, связанные с дорожным движением и цветами.

Коррекционно-развивающие задачи:

- развивать зрительно-моторную координацию и глазомер при броске мячиков в отверстия;
- совершенствовать навыки крупной моторики и ловкость рук;
- тренировать внимание и концентрацию — умение сосредоточиться на цели и отслеживать результат;
- развивать логическое мышление, соотнося цвет мячика с соответствующим отверстием;
- улучшать пространственное восприятие — ориентироваться в расположении отверстий и рассчитывать траекторию броска;
- корректировать возможные нарушения мелкой и крупной моторики через игровые действия.

Оздоровительные задачи:

- способствовать общему физическому развитию и укреплению здоровья ребёнка;
- повышать уровень двигательной активности, развивать мышцы рук и плечевого пояса;

- улучшать работу дыхательной и сердечно-сосудистой систем за счёт активных движений;
- формировать правильную осанку и навыки естественных движений;
- создавать условия для гармоничного физического развития через игровую деятельность.

Воспитательные задачи:

- воспитывать дисциплинированность и умение следовать правилам;
- учить детей работать в команде, уважать результаты других участников игры;
- развивать доброжелательное отношение к сверстникам, навыки социального взаимодействия;
- прививать ответственное отношение к собственной безопасности и безопасности окружающих на дороге;
- стимулировать интерес к здоровому образу жизни и активным играм;
- воспитывать целеустремлённость, умение добиваться результата и справляться с возможными неудачами.

Игра «Геометрический лабиринт» - суть игры заключается в том, чтобы пройти по ковру с нарисованными или выложенными геометрическими фигурами, следуя той геометрической фигуре, которую выдал учитель.

Игровое поле: ковёр, на котором чётко выделены различные геометрические фигуры (круги, квадраты, треугольники, кольца и т. д.). Фигуры могут быть разного размера и цвета, что добавит игре интереса и сложности.

Учитель даёт задания, называя определённую геометрическую фигуру (например, «Шаг на круг!» или «Найди кольцо!»). Учитель может варьировать задания, например, просить выбрать фигуру определённого цвета или размера или самому выдать предмет ребёнку.

Необходимые материалы: полотно (1,5х2,5), разноцветные геометрические фигуры (круг, треугольник, прямоугольник, квадрат, кольцо) и соответствующие геометрическим фигурам предметы.



Образовательные задачи:

- закрепить знания о различных геометрических фигурах (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник и др.);
- научить детей различать геометрические фигуры по форме, размеру и цвету;
- формировать умение называть геометрические фигуры и соотносить их с реальными объектами;
- познакомить с понятиями «право» и «лево», «вперёд» и «назад»;
- упражнять в счёте, закреплять понятия «один», «два», «много»;
- расширить словарный запас: учить использовать в речи названия фигур, цветов, предлоги и наречия (например, «около», «рядом»).

Коррекционно-развивающие задачи:

- развивать зрительное восприятие и внимание;
- совершенствовать мыслительные операции (анализ, сравнение, обобщение);
- улучшать координацию движений и общую моторику;
- развивать логическое мышление и пространственное воображение;
- стимулировать развитие памяти и быстроты реакции;
- способствовать развитию умения следовать указаниям и планировать свои действия;
- корректировать недостатки в развитии сенсорных навыков (умение различать формы, размеры, цвета).

Оздоровительные задачи:

- стимулировать физическую активность и движение;
- укреплять мышечный корсет и развивать ловкость;
- улучшать навыки крупной моторики и равновесия;
- способствовать профилактике гиподинамии и укреплению здоровья детей через активные игры.

Воспитательные задачи:

- воспитывать организованность и дисциплинированность;
- учить работать в команде, уважать правила игры и других участников;
- развивать умение слушать и слышать других, корректно выражать свои мысли;
- поощрять доброжелательное отношение к сверстникам и умение оценивать их деятельность;
- воспитывать интерес к математическим знаниям и логическим играм;
- формировать навыки самоконтроля и самооценки в игровой деятельности;
- развивать целеустремлённость и умение добиваться поставленной цели.

Игра «По следам загадочного зверя». Суть игры заключается в том, чтобы прыгать по следам невиданного животного, выложенным на

текстильном полотне. Дети должны внимательно следить за направлением следов и правильно выполнять прыжки, следуя заданному маршруту.

Игровое поле: текстильное полотно или площадка с выложенными или нарисованными следами, имитирующими следы невиданного животного. Следы могут быть расположены в разных направлениях, что делает маршрут непредсказуемым и интересным.

Правила игры: игроки должны прыгать по следам, следуя их направлению; можно устанавливать определённые условия прыжков (например, прыгать на одной ноге, менять положение тела при прыжке); в зависимости от возраста и уровня подготовки детей можно усложнять маршрут, добавлять повороты, «тупики» или разветвления; игра может проходить как индивидуально, так и в командах — в этом случае можно засекают время и определять, кто быстрее пройдёт маршрут; при ошибке (прыжке мимо следа или нарушении правил) игрок может терять балл или пропускать ход.



Образовательные задачи:

- научить детей ориентироваться в пространстве и следовать заданному маршруту;
- познакомить с понятиями направления (вперёд, назад, влево, вправо);
- стимулировать интерес к исследовательской деятельности и решению нестандартных задач;
- развивать умение анализировать ситуацию и выбирать правильный путь;
- закрепить навыки счёта (например, считать количество прыжков или шагов до следующего следа);
- расширить словарный запас, вводя в речь понятия, связанные с направлением движения и пространственным расположением объектов.

Коррекционно-развивающие задачи:

- улучшить координацию движений и ловкость;

- развить внимание и концентрацию, умение сосредоточиться на задаче;
- способствовать развитию пространственного мышления и представления о траектории движения;
- совершенствовать навыки моторики и равновесия;
- тренировать быстроту реакции и умение оперативно принимать решения;
- корректировать возможные недостатки в развитии двигательных навыков;
- развивать навыки последовательного выполнения действий, следования инструкциям.

Оздоровительные задачи:

- стимулировать физическую активность и движение;
- укреплять мышечный корсет и развивать силу и выносливость;
- улучшать работу сердечно-сосудистой системы через умеренные физические нагрузки;
- способствовать профилактике гиподинамии и укреплению здоровья детей;
- формировать привычку к регулярным физическим упражнениям в игровой форме.

Воспитательные задачи:

- воспитывать дисциплинированность и умение следовать правилам;
- учить работать в команде, поддерживать и помогать товарищам (в случае командной игры);
- развивать умение слушать и слышать других, корректно выражать свои мысли;
- поощрять целеустремлённость и настойчивость в достижении цели;
- воспитывать умение достойно принимать как успех, так и поражение;
- формировать навыки здорового образа жизни и положительного отношения к физической активности;
- стимулировать любознательность и интерес к приключениям и новым открытиям.

Упражнение “Ходьба по бревну с мешочком на голове”.

Необходимые материалы: бревно, текстильные мешочки, кварцевый песок.



Образовательные задачи:

- научить детей удерживать равновесие и правильную осанку;
- сформировать навыки координации движений и пространственной ориентации;
- закрепить умение следовать инструкциям и правилам выполнения упражнения;
- познакомить с основами техники ходьбы по бревну;
- развить понимание важности правильного положения тела в пространстве.

Коррекционно-развивающие задачи:

- улучшить чувство равновесия и вестибулярную устойчивость;
- развить моторику, ловкость и гибкость;
- способствовать развитию проприоцепции (ощущения положения тела и частей тела в пространстве);
- совершенствовать навыки управления своим телом и контроля движений;
- корректировать возможные недостатки в развитии двигательных навыков;
- развивать способность быстро реагировать на изменения условий и корректировать свои действия.

Оздоровительные задачи:

- укрепить мышечный корсет и развить силу мышц;
- стимулировать общую физическую активность и улучшать физическое состояние;
- способствовать профилактике нарушений осанки и укреплению позвоночника;
- улучшать работу вестибулярного аппарата;

- повышать общую выносливость и работоспособность организма;
- содействовать формированию здорового образа жизни через регулярные физические упражнения.

Воспитательные задачи:

- воспитывать дисциплинированность и умение следовать правилам;
- развивать уверенность в себе и преодолевать страх высоты;
- учить детей контролировать свои эмоции и сохранять спокойствие в нестандартных ситуациях;
- формировать умение работать в команде, поддерживать и подбадривать товарищей;
- поощрять целеустремлённость и настойчивость в достижении результата;
- воспитывать ответственное отношение к собственному здоровью и безопасности;
- развивать умение адекватно оценивать свои возможности и риски.

Упражнение “Прыжки через препятствие (игрушечный костёр)”. Суть упражнения заключается в том, чтобы участники перепрыгивали через символическое (безопасное) препятствие, имитирующее костёр. Упражнение направлено на развитие физических навыков, координации и ловкости в игровой форме.

Подготавливается «игрушечный костёр» - безопасное препятствие (например, невысокая лента, мягкие модули или другой лёгкий и безопасный предмет, размещённый на полу). Участники по очереди или в командах должны перепрыгнуть через это препятствие, можно варьировать условия прыжков: прыгать на двух ногах, на одной ноге, с разбега или с места. В зависимости от возраста и уровня подготовки участников высоту или ширину препятствия можно менять. Упражнение может проходить в формате соревнования — кто прыгнет дальше, кто сделает больше прыжков подряд, кто быстрее преодолеет препятствие.

Необходимые материалы: изображение огня, приклеенное на плотный картон, дощечки для основания.



Образовательные задачи:

- научить детей технике безопасного прыжка;
- сформировать представление о правильной последовательности движений при прыжке;
- развить умение оценивать расстояние и высоту препятствия;
- познакомить с простыми правилами игры и научить их соблюдать;
- стимулировать интерес к подвижным играм и физической активности.

Коррекционно-развивающие задачи:

- улучшить координацию движений и ловкость;
- развить глазомер и чувство расстояния;
- способствовать развитию моторики и равновесия;
- тренировать быстроту реакции и умение оперативно принимать решения;
- развивать навыки управления своим телом и контроля движений;
- корректировать возможные недостатки в развитии двигательных навыков.

Оздоровительные задачи:

- стимулировать общую физическую активность и улучшать физическое состояние;
- укреплять мышечный корсет и развивать силу мышц;
- улучшать работу сердечно-сосудистой системы через умеренные физические нагрузки;
- повышать общую выносливость и работоспособность организма;
- формировать привычку к регулярным физическим упражнениям в игровой форме.

Воспитательные задачи:

- воспитывать дисциплинированность и умение следовать правилам;
- учить работать в команде, поддерживать и подбадривать товарищей;
- развивать уверенность в себе и преодолевать страх перед преодолением препятствий;
- поощрять целеустремлённость и настойчивость в достижении результата;
- воспитывать умение достойно принимать как успех, так и поражение;
- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни и физической активности;
- развивать умение контролировать свои эмоции и сохранять спокойствие в процессе игры.

Упражнение “Прыжки на лошадке возле фишек”. Суть упражнения заключается в имитации верховой езды с выполнением прыжков на игрушечной «лошадке» (палке с головой лошади — хоббихорсе) и взаимодействием с фишками (кубиками или другими маркерами), расположенными рядом.

Необходимые материалы: Гимнастическая палочка (либо черенок), фишки (кубики, кегли), изображения головы лошади.

Подготавливается место для выполнения упражнения с хоббихорсом и расставленными возле него фишками. Учащиеся по очереди выполняют прыжки на хоббихорсе. Во время прыжков необходимо выполнять определённые задания, связанные с фишками:

- допрыгать до определённой фишки;
- перепрыгнуть через фишки;
- собрать фишки после прыжка;
- пропрыгать “змейкой”.

Можно варьировать сложность упражнения: менять высоту и расположение фишек, ставить дополнительные условия (например, прыгать определённой ногой).

Упражнение может проходить в формате соревнования — кто выполнит задание быстрее, кто соберёт больше фишек, кто точнее допрыгает до цели.



Образовательные задачи:

- познакомить детей с основами имитации верховой езды и техникой прыжков на хоббихорсе;
- научить ориентироваться в пространстве и взаимодействовать с внешними предметами (фишками);
- сформировать навыки выполнения заданий по определённым правилам;
- развить понимание последовательности действий и логики выполнения упражнений;
- стимулировать интерес к подвижным играм и физической активности.

Коррекционно-развивающие задачи:

- улучшить координацию движений и ловкость;
- развить глазомер и умение оценивать расстояние до цели;
- способствовать развитию равновесия и моторики;
- тренировать реакцию и умение быстро принимать решения;
- корректировать возможные недостатки в развитии двигательных навыков;
- развивать способность сочетать несколько действий (прыжки и взаимодействие с фишками) одновременно.

Оздоровительные задачи:

- стимулировать общую физическую активность и улучшать физическое состояние;
- укреплять мышцы ног и корпуса;
- способствовать улучшению работы сердечно-сосудистой системы через умеренные нагрузки;
- повышать выносливость и общую работоспособность организма;
- формировать привычку к регулярным физическим упражнениям в игровой форме;
- улучшать осанку и развивать правильную постановку тела при движении.

Воспитательные задачи:

- воспитывать дисциплинированность и умение следовать правилам игры;
- учить работать в команде, поддерживать и подбадривать товарищей;
- развивать уверенность в себе и преодолевать страх перед выполнением новых упражнений;
- поощрять целеустремлённость и настойчивость в достижении результата;
- воспитывать умение достойно принимать как успех, так и поражение;
- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни и физической активности;
- развивать умение контролировать свои эмоции и сохранять спокойствие в процессе игры;
- учить детей планировать свои действия и выстраивать стратегию выполнения задания.

Игра “Лыжи на верёвочках”. Суть игры заключается в имитации лыжного хода с помощью специальных «лыж».

Необходимые материалы: дощечки (15х40), веревка (шпагат), декор (цветы, пампушки и др).

Подготавливаются дощечки (небольшие плоские деревянные или другие прочные пластины) и верёвки: к каждой дощечке привязывается верёвка, которую участник будет держать в руках.

Участники получают свои «лыжи» (дощечки с верёвками) и располагаются на ровной площадке.

Задача игроков — шагать, приподнимая и переставляя дощечки, так, чтобы имитировать движения лыжника. При этом нужно удерживать равновесие и стараться не запутаться в верёвках.

Можно организовать игру в формате соревнования:

- кто пройдёт заданную дистанцию быстрее;
- кто сможет выполнить определённые элементы (например, поворот, остановку);
- кто дольше продержится, не потеряв равновесия.

Для усложнения игры можно расставить на пути небольшие препятствия, пройти «змейкой».



Образовательные задачи:

- познакомить участников с основами имитации лыжного хода;
- научить координировать движения и удерживать равновесие;
- сформировать представление о принципах движения, схожих с лыжным ходом;
- развить умение следовать правилам и выполнять задания в заданных условиях;
- стимулировать интерес к подвижным играм и физической активности.

Коррекционно-развивающие задачи:

- улучшить координацию движений и ловкость;
- развить чувство равновесия и устойчивость;
- способствовать развитию моторики и укреплению мышечного корсета;
- тренировать реакцию и умение быстро адаптироваться к новым условиям движения;
- корректировать возможные недостатки в развитии двигательных навыков;

- развивать способность сочетать несколько действий одновременно (шаги, удержание равновесия, преодоление препятствий).

Оздоровительные задачи:

- стимулировать общую физическую активность и улучшать физическое состояние;
- укреплять мышцы ног, корпуса и рук;
- способствовать улучшению работы сердечно-сосудистой системы через умеренные нагрузки;
- повышать выносливость и общую работоспособность организма;
- формировать привычку к регулярным физическим упражнениям в игровой форме;
- улучшать осанку и развивать правильную постановку тела при движении.

4. Воспитательные задачи:

- воспитывать дисциплинированность и умение следовать правилам игры;
- учить работать в команде, поддерживать и подбадривать товарищей (в командном формате);
- развивать уверенность в себе и преодолевать страх перед выполнением новых упражнений;
- поощрять целеустремлённость и настойчивость в достижении результата;
- воспитывать умение достойно принимать как успех, так и поражение;
- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни и физической активности;
- развивать умение контролировать свои эмоции и сохранять спокойствие в процессе игры;
- учить планировать свои действия и выстраивать стратегию выполнения задания.

Игра “Ботинки-великаны”. Суть игры заключается в развитии координации, ловкости и равновесия, тренировать навыки ходьбы и управления своим телом в нестандартных условиях, а также сделать процесс обучения весёлым и увлекательным. Дети ходят по дистанции в «больших ботинках» из пластиковых бутылок.

Необходимые материалы: бутылки (5 л), ткань, декор.



Образовательные задачи:

- познакомить детей с нестандартным спортивным оборудованием и его использованием;
- сформировать первичные навыки передвижения в непривычных условиях;
- закрепить понятия, связанные с дистанцией, стартом и финишем;
- стимулировать интерес к физкультурным занятиям и физической активности.

Коррекционно-развивающие задачи:

- развить координацию движений и чувство равновесия;
- улучшить моторику и ловкость;
- способствовать развитию навыков удержания правильной осанки во время движения;
- тренировать глазомер и пространственную ориентацию;
- корректировать и развивать навыки ходьбы, учитывая индивидуальные особенности детей.

Оздоровительные задачи:

- обеспечить умеренную физическую нагрузку, способствующую общему укреплению организма;
- стимулировать работу мышечного аппарата;
- способствовать профилактике гиподинамии;
- укреплять связочно-мышечный аппарат;
- повышать уровень общей выносливости и работоспособности.

Воспитательные задачи:

- воспитывать у детей интерес к здоровому образу жизни и регулярным физическим упражнениям;
- формировать умение работать в команде, поддерживать и подбадривать друг друга;
- развивать целеустремлённость и стремление к достижению результата;
- учить детей соблюдать правила игры и действовать в соответствии с ними;
- способствовать формированию позитивного отношения к преодолению трудностей и развитию навыков преодоления неуверенности и страха перед новыми задачами.

Игра “Ловкие руки”. Суть игры - научиться аккуратно переносить мячики в корзину, несмотря на неудобства, которые создают большие варежки. Ребятам нужно перенести мячики из одного места в другое (например, с одной стороны площадки на другую) и положить их в корзину.

Можно установить ограничение по времени или определить количество мячей, которые нужно перенести. В командном варианте побеждает та команда, которая быстрее (или успешнее) перенесёт мячи в корзину. В индивидуальном варианте можно определить победителя по скорости выполнения задания или по количеству успешно перенесённых мячей.

Огромные варежки делают задачу переноса мячей сложнее, так как затрудняют захват и удержание мяча. Это добавляет в игру элемент веселья и соревнования.

Необходимые материалы: варежки большого размера из ткани, корзины, мячики, фишки (кегли).



Образовательные задачи:

- познакомить детей с понятием «размер» и его влиянием на выполнение действий;
- научить детей планировать свои движения и прогнозировать результат;
- сформировать навыки выполнения задания в нестандартных условиях;
- развить понимание причинно-следственных связей (как большие варежки влияют на ловкость и точность движений).

Коррекционно-развивающие задачи:

- развивать координацию движений и моторику;
- улучшать тактильные ощущения и восприятие пространства;
- тренировать глазомер и точность движений;
- способствовать развитию внимания и концентрации (необходимо сосредоточиться, чтобы удержать мяч и донести его до корзины);

- развивать навыки взаимодействия в команде (если игра предполагает командное выполнение задания).

Оздоровительные задачи:

- стимулировать физическую активность и двигательную деятельность;
- укреплять мышечный тонус и улучшать общую физическую форму;
- способствовать профилактике гиподинамии;
- развивать ловкость и гибкость;
- улучшать навыки крупной моторики.

Воспитательные задачи:

- воспитывать умение работать в команде, сотрудничать и поддерживать товарищей;
- формировать навыки преодоления трудностей и достижения цели в нестандартных условиях;
- развивать настойчивость и целеустремлённость;
- учить детей относиться к неудачам с юмором и не терять оптимизма;
- воспитывать доброжелательность и умение радоваться успехам других.

Игра “Моталочка”. Суть игры заключается в том, чтобы участник по сигналу начинают накручивать ленту (верёвку, нитку) на палочку, побеждает тот, кто первым полностью наматывает ленту на палочку.

Необходимые материалы: палочка (может быть карандаш, фломастер, маркер и т. п.), верёвка, ленточка или нитка, прикреплённая к палочке, на середине верёвки/ленты/нити может быть закреплён какой-нибудь предмет или же цветная ленточка.



Образовательные задачи:

- научить детей ориентироваться по сигналу;
- сформировать умение следовать правилам игры;
- закрепить знание основных цветов (если в игре используются разноцветные ленты);

- способствовать развитию представлений о понятиях «быстрее»/«медленнее», «первый»/«последний».

Коррекционно-развивающие задачи:

- развить мелкую моторику пальцев рук и кистей;
- улучшить координацию движений и ловкость;
- тренировать внимание и концентрацию (необходимо следить за действиями и вовремя реагировать на сигнал);
- способствовать развитию скорости реакции;
- совершенствовать навыки взаимодействия в паре или группе.

Оздоровительные задачи:

- стимулировать двигательную активность;
- укреплять мышечный тонус рук;
- способствовать общему физическому развитию ребёнка;
- повышать уровень ловкости и скорости движений.

Воспитательные задачи:

- воспитывать интерес к играм соревновательного характера;
- формировать умение играть в парах, сотрудничать и уважительно относиться к сопернику;
- развивать целеустремлённость и настойчивость;
- учить принимать как победу, так и поражение с достоинством;
- воспитывать усидчивость и умение доводить начатое дело до конца;
- способствовать созданию позитивного эмоционального фона и дружелюбной атмосферы во время игры.

Игра “Лабиринт из обручей” направлена на развитие ловкости, координации движений, внимательности и навыков командной работы. Суть игры заключается в том, чтобы пройти через лабиринт как можно быстрее и аккуратнее, а побеждает та команда, которая выполнит задание быстрее.

С помощью жгутиков скрепляют обручи таким образом, чтобы получился лабиринт. Лабиринт размещают на ровной площадке. Команды выстраиваются у входа в лабиринт. По сигналу ведущего участники начинают проходить через лабиринт. Задача игроков — преодолеть лабиринт, не задев обручи. Если игрок задевает обруч, он либо выбывает из игры, либо возвращается к началу лабиринта (в зависимости от установленных правил). После того как все участники одной команды пройдут лабиринт, стартует следующая команда.



Необходимые материалы: обручи, пластиковые жгуты.

Варианты усложнения: увеличить размер лабиринта, установить лимит времени на прохождение лабиринта, добавить дополнительные задания внутри лабиринта (например, собрать предметы или выполнить определённое движение).

Образовательные задачи:

- научить детей ориентироваться в пространстве и находить путь в лабиринте;
- закрепить умения передвигаться в ограниченном пространстве и преодолевать препятствия;
- сформировать представление о правилах прохождения лабиринта;
- познакомить с принципами командной работы и взаимодействия с другими участниками игры.

Коррекционно-развивающие задачи:

- развивать координацию движений, ловкость и быстроту реакции;
- улучшать концентрацию внимания и память;
- способствовать развитию логического мышления, умения анализировать ситуацию и принимать решения;
- развивать навыки пространственного мышления и умения предвидеть свои действия;
- совершенствовать двигательные навыки и умения работать в условиях ограниченного пространства.

Оздоровительные задачи:

- стимулировать физическую активность и способствовать общему укреплению здоровья;
- развивать мышечную силу и выносливость;
- улучшать работу дыхательной и сердечно-сосудистой систем;
- способствовать нормализации обмена веществ и улучшению общего самочувствия детей;
- формировать привычку к регулярным физическим упражнениям.

Воспитательные задачи:

- воспитывать целеустремлённость, настойчивость и умение добиваться поставленной цели;
- учить детей работать в команде, поддерживать и помогать товарищам;
- формировать навыки соблюдения правил и дисциплины;
- развивать умение достойно принимать как успех, так и поражение;
- воспитывать интерес к физической культуре и здоровому образу жизни;
- стимулировать желание активно участвовать в коллективных мероприятиях и играх.

Игра “Кольцеброс” — это игра, направленная на развитие меткости, ловкости, координации движений и глазомера. В варианте с мишенью в виде дерева с ветками игра приобретает особый колорит. Нужно накинуть как можно больше колец соответствующего цвета ленточек на ветках дерева и набрать наибольшее количество очков (на ветках имеются очки).

Необходимые материалы: дерево из фанеры (настоящая большая ветка дерева), ленты разноцветные, кольца соответствующего цвета лентам, цифры напечатанные, скотч.



Образовательные задачи:

- научить оценивать расстояние до цели и рассчитывать траекторию броска;
- сформировать навыки меткости и точности;
- познакомить с принципами подсчёта очков и ведения счёта в играх;
- закрепить умение следовать правилам и действовать в рамках установленных условий;
- развить понимание пространственных отношений (выше/ниже, ближе/дальше).

Коррекционно-развивающие задачи:

- развивать координацию движений и ловкость;
- улучшать глазомер и пространственное восприятие;
- способствовать развитию моторики и умения контролировать свои движения;
- тренировать концентрацию внимания и умение фокусироваться на цели;
- развивать навыки анализа ситуации и принятия решений на основе оценки условий (расстояние, высота веток и т. д.).

Оздоровительные задачи:

- стимулировать физическую активность и способствовать общему укреплению здоровья;
- развивать мышечную силу и выносливость;

- улучшать работу дыхательной и сердечно-сосудистой систем;
- способствовать нормализации обмена веществ и улучшению общего самочувствия;
- формировать привычку к регулярным физическим упражнениям и активному отдыху.

Воспитательные задачи:

- воспитывать целеустремлённость, настойчивость и стремление к достижению результата;
- учить детей уважать правила игры и соблюдать их;
- развивать умение работать в команде, поддерживать и радоваться успехам других;
- формировать навыки честной игры и корректного отношения к победам и поражениям;
- стимулировать интерес к активным играм на свежем воздухе и здоровому образу жизни;
- воспитывать умение слушать других, договариваться и сотрудничать.

Используемая литература

1. Букатов В. М. Секреты дидактических игр. Психология, методика, дисциплина / В. М. Букатов. – 3-е изд., доп. и перераб. – Москва : Сфера ; Санкт-Петербург : Речь, 2010. – 203 с. : ил. – (Большая энциклопедия маленького мира). – ISBN 978-5-9268-0901-2. – Текст : непосредственный.
2. Яковлева В.Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры: учебное пособие для СПО / В.Н. Яковлева. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2025. - 128 с. : ил. - Текст : непосредственный.
3. Игры на тему «Формирование здорового образа жизни» для начальных классов. Дидактические игры как средство формирования навыков здорового образа жизни
<https://ped-kopilka.ru/nachalnaja-shkola/igry-dlja-uchaschihsja-nachalnyh-klasov/igry-na-temu-zozh-dlja-mladshih-shkolnikov.html>.
4. Выпускная квалификационная работа на тему: Дидактические игры как фактор формирования представлений о здоровом образе жизни у детей младшего школьного возраста
https://kopilkaurokov.ru/nachalniyeKlassi/prochee/vypusknaia_kvalifikatsionnaia_rabota_na_temu_didakticheskie_igry_kak_faktor_formirovaniia_predstavlenii_o_zdorovom_obrazе_jizni_u_detей_mladshego_shkolnogo_vozраста.