Департамент образования города Москвы

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

города Москвы «Школа в Капотне»

(ГБОУ Школа в Капотне)

109649, г. Москва, ул. 5-й квартал Капотни, д. 29Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

**Организация игр на переменах**

**в начальной школе**

**Введение**

Цель данной методической рекомендации – помочь педагогическим работникам снизить травмирование обучающихся на переменах. Проблему предотвращения несчастных случаев с обучающимися на переменах нужно решать с помощью целенаправленной работы администрации образовательной организации и педагогов.

**Актуальность:**

Подвижные игры, проводимые во время переменок в школе, способствуют активному отдыху детей, снижают накопившееся на уроках утомление, повышают работоспособность к следующему уроку. Дети, активно играющие на переменах, в четыре раза меньше отвлекаются на последующих уроках, чем их одноклассники, проводящие переменки в спокойном отдыхе. Такие подвижные игры очень хорошо влияют на эмоционально-психологическое состояние детей, развивают их ловкость и координацию движений. Они формируют командный дух, взаимовыручку и упорство. В подвижные игры на переменах можно играть и всем классом, и небольшими группами.

 Большинство ребят начальных классов играют в школьных коридорах, но имея большое желание двигаться, они придумывают себе игры, которые сводятся к борьбе, к беспорядочному бегу. Часто эти игры опасны.

Как ведут себя ученики на переменах:

- кто-то просто ходит по коридору;

- кто-то повторяет домашнее задание по предмету;

- кто-то увлеченно общается с друзьями;

- кто-то общается или играет в телефон.

Выборочный опрос, проведённый среди учащихся нашей школы, показал, что дети не знают интересных игр, в которые можно безопасно поиграть на перемене.

В режиме учебного дня необходимо более рационально использовать перемены между уроками. От содержания и организации активного отдыха во время перемен в значительной степени зависит работоспособность детей на уроке.

 Нежелательным вариантом проведения перемен является любой вид умственной деятельности: подготовка к следующему уроку, чтение художественной литературы, игры, требующие умственного напряжения (шашки, шахматы, электронные игры). К лучшим вариантам перемен относятся танцы, ритмические движения под музыку, игры.

**Организация и проведение подвижных игр**

Для организации и проведения подвижных игр требуется не менее 8–10 мин.

При организации игр в школе заранее намечаются места для их проведения: это может быть рекреация, коридор.

Игры мож­но планировать на несколько перемен вперед. Отбирается требующий­ся для занятий инвентарь, причем к изготовлению простейшего инвентаря неплохо привлекать самих детей.

Для игр на переменах нужны простота сюжета, возможность любо­го учащегося войти в игру и выйти из неё по своему желанию. Эти игры непродолжительны, но немаловажное значение име­ет их зрелищность, занимательность. Ученики с интересом наблю­дают игру со стороны, что также помогает отвлечься и хорошо отдохнуть.

Учащихся надо учить играть – практически показывать им наиболее целесообразные и экономные игровые приёмы, наиболее выгодные тактические действия, применяемые в различных

Игры лучше прекращать за 3 минуты до окончания перемены, чтобы дать возможность детям организованно войти в класс и своевременно подготовиться к уроку.

Считаем целесообразным проведение подвижных игр на перемене после второго урока, так как, после первого урока дети недавно пришли в школу и не успели устать. После первого урока целесообразнее проводить спокойные игры. Далее детям необходима двигательная активность.

При организации подвижных игр на переменах важны доброжелательность, двигательный и эмоциональный комфорт, желание детей участвовать в игре.

Сознательное поведение обучающихся позволяет совершенствовать игру, творчески обогащать ее. При этом значительно возрастает заинтересованность участников, увеличивается воспитательное воздействие игры т. к. если игра хорошо усвоена, то повышается активность школьников.

**Игры на переменах имеют свои особенности:**

- их организация предусматривает добровольное участие детей;

- они должны быть простыми, занимательными, в которых допуска­ется переменность состава участников, сравнительно быстро вы­являются результаты;

- отдельные игровые упражнения предназначаются для участ­ников примерно одинакового возраста и роста;

- игры не должны носить остроконфликтный характер, вызы­вать большой игровой азарт;

- нельзя проводить на переменах игры, сильно возбуждающие и утомляющие обучающихся;

- разрабатывая сценарий активной перемены, педагог должен дифференцированно подойти к мальчикам и девочкам, ученикам с разным темпераментом, физическими данными.

Подвижные игры организуются в небольших по численности группах (не более 15–20 человек в каждой).

 **Тематическое планирование игр на перемене**

 **Школы в Капотне (корпус Кузнецкий) 1 – 4 классы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Перемены** | **1 класс** | **2 класс** | **3 класс** | **4 класс** |
|  **1****(09.15-09.30)** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Спокойные игры; игры на внимание:****«Три, Тринадцать, Тридцать»****«Псевдоним»****«Пианино»****«Тропический дождик»****«Хомяк»****«Продолжи сказку»****«Лебедь»****«По алфавиту»****«Шерлок Холмс»****«Путаница»** | **Игры на развитие творческого воображения:**  **«Море волнуется»****«Фигуры»****«Ровным кругом»****«Воздух, вода, земля, ветер»****«Повтори – ка»****«Выставка картин»** |
|  **2****(10.15– 10.30)** | **Спокойные игры; игры на внимание:** **«Пианино»****«Тропический дождик»****«Хомяк»****«Лебедь»****«По алфавиту»****«Шерлок Холмс»****«Путаница»** | **Игры на развитие творческого воображения:**  **«Море волнуется»****«Фигуры»****«Ровным кругом»****«Воздух, вода, земля, ветер»****«Повтори – ка»****«Выставка картин»** | **Подвижные игры:****«Пингвин»****«Шишка, желуди, орехи»****«Подпрыгни и присядь»****«Нитка и иголка»****«Классы – путешествие»** | **Подвижные игры:****«Пингвин»****«Шишка, желуди, орехи»****«Подпрыгни и присядь»****«Нитка и иголка»****«Классы – путешествие»** |
|  **3****(11.15-11.30)** | **Подвижные игры:****«Шишка, желуди, орехи»****«Подпрыгни и присядь»****«Нитка и иголка»****«Классы – путешественники»** | **Подвижные игры:****«Шишка, желуди, орехи»****«Подпрыгни и присядь»****«Нитка и иголка»****«Классы – путешественники»** |  **Завтрак** |  **Завтрак** |
|  **4****(12.15-12.40)** | **Обед** | **Обед** | **Подвижные игры****«Пингвин»****«Шишка, желуди, орехи»****«Подпрыгни и присядь»****«Нитка и иголка»****«Классы – путешествие»** | **Подвижные игры****«Пингвин»****«Шишка, желуди, орехи»****«Подпрыгни и присядь»****«Нитка и иголка»****«Классы – путешествие»** |
|  **5****(13.20-13.40)** | **Игры на развитие творческого воображения:**  **«Море волнуется»****«Фигуры»****«Ровным кругом»****«Воздух, вода, земля, ветер»****«Повтори – ка»****«Выставка картин»** | **Спокойные игры; игры на внимание:****«Три, Тринадцать, Тридцать»** **«Псевдоним»****«Пианино»****«Тропический дождик»****«Хомяк»****«Продолжи сказку»****«Лебедь»****«По алфавиту»****«Шерлок Холмс»****«Путаница»** | **Обед** | **Обед** |

**Спокойные игры, игры на внимание**

Особенно ученикам нашей школы полюбилась игра «Пианино» и «Псевдоним», которые развивают не только воображение, произвольное внимание, но и улучшают эмоциональное состояние ребят

1. Ссылка на видео игры «Пианино»
2. **Игра «Пианино»**

Игроки садятся на стулья в ряд и кладут руки на свои колени. Определяются двое ведущих, которые садятся на крайние стулья и задают направление в игре (слева –направо и обратно).

Игроки отхлопывают поочередно каждой рукой один раз, по своим коленям, подражая игре на пианино. Движение игры от первого участника к последнему, затем в обратную сторону. В случае ошибки игрок убирает руки за спину и выбывает из игры. Игра продолжается пока не останется один победитель.



**Игра «Псевдоним»**

Каждый игрок должен придумать себе имя название любого предмета (подушка, колбаса, копилка, огурец, леденец, подарок).

Это имя он никому не говорит.

Все игроки выстраиваются в одну линию перед ведущим, а тот ходит мимо них и задает разные вопросы, на которые те должны отвечать только своим именем;

Игроки не должны смеяться. Кто засмеётся, тот выбывает из игры. Когда ведущий идет мимо игроков по второму и т.п. разу, он задает другие вопросы, а игроки отвечают все теми же именами.

Участник, который остался побеждает, он и становится ведущим в следующей игре.



**«Тропический дождик»**

Ученики повторяют движения за учителем, имитирующие звуки дождя. Трут ладошки, щелкают пальцами, хлопают ладошками по груди и по коленям, топают ногами.

**«Хомяк»**

 Первый игрок говорит: «Дома у меня хомяк живет, у него вот такие лапы» и показывает, какие. Второй повторяет движение прошлого участника и добавляет: «И еще вот такие уши», показывает. Каждый последующий игрок повторяет предыдущие движения и добавляет свои, пока кто-то не ошибется.

**«Продолжи сказку»**

Первый участник пишет первое предложение сказки, подворачивает листок и передает второму. Тот продолжает, тоже подворачивает бумагу и передает следующему. Потом зачитывается вся сказка-нескладуха.

**«Лебедь**»

Дети в кругу, произносят слова, каждый ребенок по слову: «Лебедь по небу летит, число говорит…» и произносят число, например, пять. Каждый хлопает своей ладошкой по руке соседа. Тот, кому выпадает стук на счет «пять», должен вовремя убрать руку.

 **«По алфавиту»**
Чтобы имена лучше запомнились, чтобы потренировать внимание и умение быстро переключаться с одного задания на другое, можно провести до 15 человек и такую игру.
Ведущий предлагает ребятам за определенное количество времени (за 10, 15 или 20 секунд) поменяться местами так:
— чтобы все имена расположились по алфавиту; — чтобы все встали по цвету волос (слева — брюнеты, справа — блондины);
— чтобы все встали по росту (слева — маленькие, справа — большие).
Примечание. Эти упражнения могут быть еще веселее, если есть широкие скамьи, диваны, или очень устойчивые крепкие стулья. Тогда ребята должны выполнить задания, стоя на скамьях, и переходить, не ступая на пол.
**«Три, Тринадцать, Тридцать»**
Три, Тринадцать, Тридцать — игра, которая хорошо развивает внимание и быструю реакцию детей. Участники игры заранее оговаривают: какое из чисел — какое действие обозначает. Игроки строятся в Шеренгу на расстоянии вытянутых в стороны рук.
Если водящий (учитель) говорит «три» — все игроки должны поднять руки вверх, при слове «тринадцать» — руки на пояс, при слове «тридцать» — руки вперед и т. д. (Можно придумать самые разные движения). Игроки должны быстро выполнить соответствующие движения.

**«Шерлок Холмс»**
Выбирается ведущий («Шерлок Холмс») и 3-5 «преступников». Чем меньше возраст детей, тем меньше «преступников». «Преступники» встают перед «Шерлоком Холмсом». «Шерлок Холмс» внимательно в течение нескольких секунд (20-30) внимательно разглядывает «преступников» и выходит из помещения. «Преступники» делают пять изменений в своей одежде и позе. Возвратившийся «Шерлок Холмс» должен найти у каждого его пять изменений. Тот игрок, у которого «сыщик» нашел все пять изменений, должен выполнить какое-либо желание «Шерлока Холмса». Тот, у которого не определено хотя бы одно изменение, сам становится «Шерлоком Холмсом».

**«Путаница»**
Выбирают водящего. Все остальные игроки становятся в коридоре, взявшись за руки. Водящий отворачивается, а остальные игроки начинают передвигаться относительно друг друга, но не отрывая рук (запутываться). Затем приглашают в комнату водящего. Он должен определить, в каком порядке стояли игроки изначально. Повторяют игру несколько раз, меняя водящего.

**ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ СООБРАЗИТЕЛЬНОСТИ, ТВОРЧЕСКОГО ВООБРАЖЕНИЯ**

**«Море волнуется»**
Дети идут по кругу и произносят слова: «Море волнуется – раз, море волнуется – два, море волнуется – три, морская фигура на месте замри! » На последнее слово дети останавливаются и «замирают» в позе морского животного. Ведущий или ребенок пытается отгадать название этих животных.

**«Фигуры»**
Один из игроков назначается водящим. Дети разбегаются по рекреации, по сигналу они останавливаются, изображая застывшие фигуры спортсмена, работающего человека, животного, птицы и др. Водящий ходит среди фигур и выбирает наиболее удачную. Отмечаются дети, принимавшие самые трудные позы.

**«Ровным кругом»**
Дети образуют круг, внутри которого находится водящий. Двигаясь влево (вправо) по кругу, дети произносят слова:
Ровным кругом, друг за другом.
Эй, ребята, не зевать!
Все, что Коля нам покажет,
Будем дружно повторять!
Водящий показывает какое либо движение (подпрыгивает, вращает руками, приседает и др.). Дети должны в точности повторить его. После этого назначаются новый водящий, и игра повторяется.

**«Воздух, вода, земля, ветер»**
Дети образуют круг, водящий в середине. Подойдя к кому - либо из детей, водящий говорит одно из четырех слов: «воздух», «вода», «земля», «ветер» – и считает до пяти. Ученик должен за это время придумать и показать (в зависимости от слова, которое ему задано) птицу, рыбу, зверя или покружится на месте (ветер). Кто не успел это сделать, выходит из игры.

**«Повтори-ка»**
Один из играющих показывает движениями какого-либо зверя, например зайчика. Следующий повторяет движения зайчика и от себя прибавляет движения другого животного – лисы. И так каждый следующий игрок, выполнив движения всех показанных ранее животных, прибавляет от себя еще одно, новое. Список зверей растет. Побеждает тот, у кого лучшая память и воображение.

**«Выставка картин»**
Ведущий назначает трех «посетителей», остальные дети- «картины». По сигналу: «Приготовить выставку! » - дети советуются друг с другом, какие картины они будут изображать (лыжника, конькобежца, пловца, конника, вратаря). Картину можно изображать вдвоем или втроем: елочка под не зайчик, сказку «Репка» и т. п. Через несколько секунд воспитатель объявляет: «Открыть выставку! » Дети становятся вдоль площадки и принимают задуманные позы. «Посетители» осматривают «выставку» и отмечают наиболее удачные «картины». По сигналу: «Выставка закрыта! » - дети принимают свободные позы.

 **Подвижные игры**

**«Шишки, желуди, орехи»**
Подвижная игра, которая очень сильно нравится детям.
Дети встают тройками и, взявшись за руки, образуют круг. Каждый из тройки имеет название: «шишки», «желуди», «орехи». Ведущий находится за пределами круга.
Ведущий произносит слово «орехи» (или «шишки», «желуди»), и все игроки, которые имеют это название, меняются местами, а ведущий старается занять чье-то место.
Если это ему удается, то он стает орехом («желудем», «шишкой»), а тот, кто остался без места, стает на место ведущего.

 **«Подпрыгни и присядь»**

Перед началом игры ведущий помогает детям выстроиться полукругом. Затем он начинает читать вслух заранее приготовленные предложения.

Участники должны внимательно слушать текст и сразу после завершения фразы правильно реагировать на него: если утверждение верное, хлопать в ладоши, если неверное — приседать. Если игрок ошибся, окружающие поправляют его.

Примерный список предложений для игры:

Ворона — это птица.

Зимой идет снег.

Трава красного цвета.

Рыба живет в лесу.

Днем светит солнце.

Летом река замерзает.

Осенью листья становятся желтыми.

Собака — дикое животное.

Яблоки нельзя есть.

Ночью темно.

**«Нитка и иголка»**

Увлекательная игра, которая может проводиться как на свежем воздухе, так и в помещении. Она развивает выносливость, ловкость, скорость реакции, а также увеличивает уровень двигательной активности.

Все участники игры должны построиться в колонну по принципу паровозика, то есть взять друг друга за талию. Таким образом, получается «нитка». Специально выбранный водящий становится впереди колонны и назначается «иголкой». Игра начинается с того, что «иголка» бежит, петляя из стороны в сторону, и тащит за собой всех остальных игроков — «нитку». Суть игры сводится к тому, что «иголка» должна разорвать или запутать «нитку».

**«Пингвин»**

Эта увлекательная игра может проводиться как на свежем воздухе, так и в просторном помещении.

При проведении игры все участники должны разделиться на две команды. Каждой команде следует вручить по одному маленькому мячу. Каждый участник, зажав мяч ногами (обычно между коленями), должен пронести его от старта до финиша и обратно. При этом, по условиям игры, он должен идти вразвалочку, подражая походке пингвина, и ни в коем случае не бежать и не прыгать.

Побеждает та команда, чьи игроки быстрее и точнее выполнят условия игры.

**«Классы-путешествие»**

Эта увлекательная игра проводится как на свежем воздухе, так и в помещении. Игру можно отнести к классу игр-стратегий.

Если игра проводится в помещении, то для проведения игры потребуется следующий инвентарь: бельевая веревка или какая-либо длинная лента (также можно использовать и толстую шерстяную нить), листы бумаги с номерами. Нужно также придумать план движения, то есть расположить классы не в их традиционном варианте, а на некотором расстоянии друг от друга. Далее следует разложить веревку и листы бумаги с номерами на ковре в соответствии с этим планом. В итоге получаются классики в виде дорожки. Согласно правилам игры нужно пройти по этой дорожке от первой до последней цифры (ребенок сам должен решить, насколько его путь окажется длинным). Право хода разыгрывается считалочкой, броском камешка или отгадыванием загадки. Усложнить задачу можно следующим образом: можно пройти обратно или только по четным или нечетным числам и т. п. Также можно провести соревнование на скорость. Нарушением правил считается заступ на веревку или нарушение счета.

В заключение можно сказать, что для себя мы открыла много интересного в организации содержательного отдыха на перемене. Собранный материал можно использовать как учителю, так и ребятам.