**Москальчук Светлана Николаевна**

*инструктор по физической культуре*

*СПб ГАДОУ детский сад №18 Калининского района Санкт-Петербурга*

*Санкт-Петербург*

**ИГРЫ С КОЛЬЦАМИ**

Игра – наиболее любимый вид двигательной деятельности дошкольника. Варианты игр многообразны. Предлагаемые игры с кольцами, многие из которых придумали дети, можно рекомендовать педагогам, как в помещении, так и на участке, спортивной площадке, поле, лужайке.

Набрось кольцо на мяч.

Цель игры: закреплять и совершенствовать умение дошкольников набрасывать кольцо на мяч, находящийся в ограниченном пространстве. Описание игры. Игры можно проводить в виде соревнования между командами. Два звена выстраиваются в колонну по одному за чертой, на расстоянии 2 метров от которой кладется большой обруч. В нем находятся теннисные или малые резиновые мячи по числу детей в команде. По музыкальному сигналу или по команде педагога: «Набрось кольцо на мяч» - капитаны бросают кольца, стремясь надеть его на любой мяч, находящийся в обруче. Затем подбирают мяч и кольцо (при промахе только одно кольцо), которое передают очередному играющему и кладут мячи в специальную корзину, становясь в конец команды. Игра продолжается до тех пор, пока в обруче не останется ни одного мяча. Варианты игры, предложенные детьми: набрасывать кольца, стоя в кругу (в шеренге); набрасывать на мячи одного цвета, затем другого по договоренности; набрасывать кольцо левой рукой.

Набрось кольцо на юлу (волчок).

Цель игры: упражнять детей в точном попадании в движущийся предмет, набрасывая на него сверху кольцо.

Описание игры. Дети стоят в кругу на расстоянии вытянутых в стороны рук. У каждого ребенка в руках кольцо (резиновое, пластмассовое, из фанеры или др.) диаметром 15-20 см. В центре круга на полу (на земле) лежит обруч, в котором находится юла (волчок). По команде: «Заводи – попади» - водящий заводит юлу и быстро встает на свое место. Дети поочередно набрасывают кольца на юлу сверху. Игру так же, как и предыдущую, можно проводить в виде соревнования команд. Побеждает самая меткая команда. Варианты усложнений игры, предложенные детьми: набрасывать кольца меньшего диаметра; набрасывать кольцо в прыжке.

Назови, кто ловит.

Цель игры: закреплять и совершенствовать у детей навык ловли кольца, подброшенного вверх другим ребенком.

Описание игры. Дети стоят в кругу на расстоянии вытянутых в стороны рук. Выбирается водящий. Он выходит в центр круга и, подбросив кольцо вверх над собой, называет имя того, кому надо ловить, например, «Таня, лови!» - и быстро возвращается на свое место. Тот, кого назвали, ловит кольцо на любую руку, выходит в центр круга и становится водящим. Игра продолжается. Если кольцо падает, и ребенок не успевает его поймать, водящим становится другой по выбору детей или педагога. Усложнения, предложенные детьми: ловить кольцо не на руку, а за обод; играющий должен поймать кольцо в прыжке (стоя на одной ноге и др.)

С ноги – на руку.

Цель: развивать у детей умение перебрасывать кольца ногами с последующей ловлей их руками и наоборот.

Описание игры. Игру можно проводить в виде соревнования между двумя командами. Дети придумали название этой эстафете: «Волна». Играющие встают в 2 шеренги лицом друг к другу на расстоянии вытянутых рук. Капитан, надевает кольцо на носок ноги, бросает его соседнему игроку своей команды. Тот старается поймать кольцо рукой (или за обод, или просовывая внутрь кольца любую руку). Поймав кольцо рукой, ребенок поворачивается к следующему члену команды и бросает ему кольцо таким образом, чтобы тот смог поймать его носком ноги и т.д. Выигрывает команда, которая сумеет перебросить кольцо друг другу с ног на руки как можно быстрее и без потерь.

Указания к проведению игры. Педагог добивается от детей точного соблюдения правил: не подходить ближе положенного расстояния, не затягивать время с броском, не загибать носок ноги сильно на себя (кольцо может улететь назад); дает советы: «Если кольцо не летит вперед, разверни носок ноги вниз, оттяни к полу».

Для того чтобы, успешно освоить игры с кольцами, дети должны предварительно овладеть основными приемами с кольцами. Вот некоторые из них. Вместе с детьми мы придумали названия этим игровым упражнениям.

Свечки – подбросить кольцо вверх сначала невысоко и поймать его. Второй раз бросить выше, в третий раз еще выше.

Хватки – поднять руки с кольцом над головой, выпустить его и поймать на лету.

Одноручье – подбросить кольцо вверх правой рукой и поймать правой, подбросить левой и поймать левой.

В ладоши – подбросить кольцо вверх, хлопнуть в ладоши и поймать кольцо.

По коленям – подбросить кольцо, ударить по коленям и поймать кольцо.

С ноги-на ногу – сидя на полу передавать кольцо друг другу ногами, не помогая руками.

Поймай кольцо палкой – подбросить кольцо одной рукой, а поймать другой, в которой гимнастическая палка.

Вращалка – вращение кольца на гимнастической палке (усложнение – в движении).

Мишень – попасть в кольцо (шишкой, желудем, снежком, мягким мячиком и т.д.). Усложнение – попасть в качающееся кольцо.

Самый смелый – двое детей прокатывают друг другу кольца, сидя или лежа, а третий пробегает между ними, стараясь не уронить кольца.

Юла – с помощью кисти руки вращать кольцо вокруг своей оси.

Игры и игровые упражнения с кольцами очень разнообразны и увлекательны. Я не упомянула о традиционном кольцебросе (набрасывание колец на колышки) и серсо (перебрасывание кольца друг другу, которое надо поймать на палочку или шпажку), а остановилась на играх, придуманных совместно с детьми. Эти игры можно рекомендовать детям старшего дошкольного возраста, а простейшие игровые упражнения – младшим и средним дошкольникам. Игры с кольцами развивают ловкость, глазомер, координацию движений. Командные игры и игровые упражнения в парах развивают коммуникативные качества, обогащают двигательный опыт детей.

**Список литературы:**

1. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. М.: Просвещение, 1981.

2. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. - М.: ТЦ Сфера, 2003.