**Подвижные игры с использованием степ-платформ**

Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей дошкольного возраста. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности.

В подвижных играх на степ-платформах создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Игры на степах помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т. д.

**«Никонориха»**

Цель: развитие быстроты, ловкости, внимания.

Ход игры: Дети стоят в кругу. Между двумя детьми кладётся степ. Дети поют, выполняя движения в соответствии с текстом.

Никонориха коров пасла (руки на поясе, пружинистые движения ногами).

Запустила в огород козла (разводят руки в стороны).

Никонориха ругается (сердито грозят пальцем),

А козёл-то улыбается (улыбаясь, изображают рожки).

Раз, два, три – беги!

Дети, между которыми стоял степ, бегут в разные стороны по кругу наперегонки. Кто первый займёт степ, тот и победил.

**Игра малой подвижности «Маланья»**

Цель: закрепление пройденного материала.

Ход игры: Дети стоят по кругу на степ-платформах. В центре круга водящий так же на степе.

Дети поют слова игры, выполняя движения в соответствии с текстом.

У Маланьи, у старушки (разводят руки в стороны)

Жили в маленькой избушке (изображают руками крышу над головой)

Семь сыновей, все без бровей, (проводят пальцами по бровям)

Вот с такими ушами, (рисуют большие уши)

Вот с такими глазами, (рисуют большие глаза)

Вот с такой бородой, (показывают длинную бороду, наклоняясь до земли)

Ой-ой-ой,ой-ой-ой. (качают головой)

Они не пили, не ели

На Маланью всё смотрели, (показывают на водящего)

И все делали вот так. Как?

Водящий показывает движение на степе, все повторяют.

**«Белый медведь и моржи»**

Цель: закрепление пройденного материала и развитие ловкости, быстроты реакции, скоростных качеств, координации.

Ход игры: Дети – «моржи», степы – «льдины» в произвольном порядке стоят на полу.

Водящий ребенок – «белый медведь» с обручем в руках. Моржи находятся на льдинах. По сигналу «Белый медведь!» водящий делает два шага вперёд и показывает любое движение. По второму сигналу «Моржи!» дети спускаются со степов и повторяют движение водящего. По сигналу «Ловля» водящий пытается поймать «моржей» и надеть на них обруч. Если «морж» забрался на льдину, то есть встал на степ, ловить его не разрешается. Долго задерживаться на «льдине» нельзя.

**«Самый ловкий»**

Цель: развитие скоростных качеств, быстроты реакции, внимания.

Ход игры: За линией 5-6 детей, в руках у каждого предмет (мяч). На другом конце зала на степах лежат по одному кубику. По сигналу «Бегом!» дети быстро бегут к степам кладут мяч, берут кубик и быстро возвращаются на свое место. Сигнал к выполнению может быть любой (прыжками, подскоками и т.п.). Выигрывает тот, кто первый поменял предмет и вернулся на место.

**«Разноцветный мячик»**

Цель: развитие скоростных качеств, быстроты реакции, меткости, ловкости.

Ход игры: По залу расставлены степы. Выбирается водящий.

Дети передают мяч по кругу, произнося слова игры:

«Разноцветный мячик

По дорожке скачет.

По дорожке, по тропинке,

По тропинке, до осинки,

От осинки поворот,

Прямо к … (имя ребёнка, у кого в руках оказался мяч) в огород.

 После слов «Раз, два, три – лови!» игроки перебегают с пенька на пенек, а водящий бросает мячом в них. Если он попадает мячом в игрока, находившегося на полу, то тот становится водящим. Долго стоять на степе нельзя.

**«Паук»**

Цель: развитие скоростных качеств, быстроты реакции, ловкости, равновесии.

Ход игры: В одном из углов зала обозначается обручем место, где живет «паук» (водящий). В другой стороне зала расположены степы. Остальные дети изображают мошек, степы – домики мошек.

Мошки стоят напротив паука и читают стихотворение:

Раз, два, три, четыре,

Жили мошки на квартире,

К ним повадился сам друг,

Крестовик - большой паук,

Пять, шесть, семь, восемь,

Паука мы все попросим,

Ты, паук, к нам не ходи,

Лучше всех нас догони.

По сигналу мошки бегут к степам, стараясь занять домик, паук догоняет.

**«Атомы»**

Цель: развитие скоростных качеств, ловкости, равновесии, взаимопомощи.

Ход игры: Степы расположены по залу в хаотичном порядке.

 Под музыку дети бегают по залу, с окончанием музыки по сигналу «Атомы по три (два, одному)!», дети забегают на степ по три (два, одному) человека, стараясь не упасть и удержать равновесие.

**«Дед Мазай»**

Цель: закрепление знания основных базовых шагов.

Ход игры: Степы расположены на одной стороне зала, за степами находится водящий – «Дед Мазай». Остальные дети – «зайцы». Зайцы договариваются, какое упражнение они будут показывать на степе и идут к водящему со словами:

- Здравствуй, Дедушка Мазай! Ты из лодки вылезай!

- Зайцы, зайцы, заходите, обо всём мне расскажите!

- Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем.

Дед Мазай должен сказать название упражнения (шага), которое выполняют зайцы. Если он угадал, по сигналу начинает ловить зайцев. Пойманные зайцы встают на степ.

**«Космонавты»**

Цель: развитие скоростных качеств, быстроты реакции, ориентировке в пространстве. Ловкости.

Ход игры: Степов «ракет» на один меньше, чем игроков. Все дети свободно маршируют по залу, проговаривая слова:

Ждут нас быстрые ракеты

Для полётов на планеты,

На какую захотим,

На такую полетим.

Но в игре один секрет:

Опоздавшим места нет.

После эти слов дети разбегаются и занимают «ракеты». Ребенок, оставшийся без степа, пропускает игру.

**Баба-Яга**

Цель: развитие равновесия, скоростных качеств, ловкости.

Ход игры: В зале расположено 5-6 степов (меньше чем детей). На одной стороне зала располагается Баба-Яга. Дети направляются к Бабе-Яге со словами:

Баба-Яга костяная нога

Печку топила, кашу варила,

Села на ведро

И поехала в кино.

А в кино-то не пускают

Только за уши таскают!

После слов, Баба-Яга начинает догонять детей на одной ноге (взяв вторую ногу в руку). Дети так же скачут на одной ноге. Можно отдохнуть недолго на степе (поменять ногу), т.к. на степе догонять нельзя.

**Игра «Я люблю степ»**

Цель: развитие умения согласовывать движения со словами.

Ход игры:дети делятся в две шеренги и распределяются друг против друга.

«Придумал друг мой озорной веселую игру (шаг на степ и со степа правой ногой)

Теперь игра его со мной и в холод и в жару! (шаг на степ и со степа левой ногой)

Себя он стукнул по лбу: «Хей! » (стоя на степе, имитируя удар по лбу произнести «Хей»- притоп правой ногой на степ, руки поднять вверх);

Пора позвать сюда друзей (дети подходят друг к другу и выполняют дружелюбное объятие)

Когда пришли к нему друзья (встают на степ)

Он крикнул им: «Привет! » (стоя на степе - дети произносят слово «привет»)

Эх, как безумно рад вам я, не виделись сто лет (дети хлопают друг друга по плечам)

Спасибо вам, спасибо вам! Спасибо вам, друзья! (дети пожимают руки друг другу)

За то, что любите вы степ, без памяти как я!»

**«Уголки»**

Цель: развитие скоростных качеств, быстроты реакции, ловкости.

Ход игры: Дети – мышки находятся в своих домиках – уголках *(стоят на стенах)*. Один из играющих, оставшийся в середине, подходит к одному из них и говорит:

*«Мышка, мышка, продай мне свой уголок»*

Ребенок отказывается, водящий идет к другому, в это время мышки меняются местами, а водящий старается занять освободившееся место. Если это удается, оставшийся без уголка, занимает его место в кругу. Если водящему не удается долго занять уголок, по сигналу *«кошка!»*, все одновременно меняются местами. Мышкам нельзя долго сидеть в своем уголке до перебежки можно договориться с тем, с кем хочешь поменяться местами.

**«Пингвины на льдине»**

Цель: развитие скоростных качеств, быстроты реакции, ловкости, ориентировке в пространстве.

Ход игры: Дети – «пингвины» бегают свободно по залу. Степы – «льдины» в произвольном порядке стоят на полу. Водящий ребенок – «охотник» пытается поймать «пингвинов» и осалить их. Если «пингвин» забрался на льдину, встанет на степ, ловить его не разрешается.

**«Бездомный заяц»**

Цель: развитие скоростных качеств, быстроты реакции, ловкости, ориентировке в пространстве.

Ход игры: Степы расположены произвольно по залу на один меньше, чем количество участников в зале. Все дети: «зайцы» бегают по залу. По команде «Все в дом!» — дети встают на любой степ. «Бездомным зайцем» является тот ребенок, который не занял степ. Он выбывает из игры. В каждой последующей игре количество степов сокращается на один.

**«Лиса и тушканчик»**

Цель: развитие скоростных качеств, быстроты реакции, ловкости, ориентировке в пространстве, умения стоять в статичной позе.

Ход игры: Выбирается один ребенок – «лиса», задача которого – переловить всех других детей – «тушканчиков**»**. По команде: «День!» «тушканчики» спрыгивают со степов (выбегают из норок) прыгают, бегают по залу, кто куда хочет. По команде «Ночь!» — запрыгивают, встают на степ и замирают. «Лиса может съесть любого кто пошевелился».

 **«Не оставайся на земле»**

Цель: развитие скоростных качеств, быстроты реакции, ловкости, ориентировке в пространстве.

Ход игры: Выбирается ловишка. Дети бегают по залу. По сигналу «лови» все должны быстро подняться на степы. Ловишка ловит те, кто остался на полу. При повторении выбирается новый ловишка. Все дети участвуют в игре.

**Игровые задания настепах:**

***«Птички на ветке»*** - сидение на корточках на **степе**.

***«Флюгер на крыше»*** - кружение в обе стороны на **степе**. Одна рука отведена в сторону.

***«Самолет»*** - стоя на **степе**, ноги вместе руки в стороны на высоту плеч, руки - крылья самолета, который при полете делает наклон то вправо, то влево.

***«Пингвины»*** - спрыгивание, запрыгивание на **степ**.

***«Стойкий оловянный солдатик»***- стойка на **степе на одной ноге**, вторая согнута в колене, отведена назад.

***«Египетский шаг»*** - стоя на **степе***(по длине****степа****)* – носок одной ноги касается пятки другой.

***«Великан»*** - стоя на носочках на **степе**, потянуть руки вверх.

***«Кран»*** - стоя на **степе ноги на ширине плеч**, руки к плечам, выдвинуты вперед. Поднять правую ногу, согнутую в колене, прикоснуться коленом к левому локтю, вернуться в и. п. то же – левой ногой.

***«Стрекоза»*** - стоя на **степе на носках**, руки на поясе, локти назад.