

## **Подвижные игры для мальчиков**

### **Сильная хватка.**

Играющие в парах становятся спинами друг к другу по кругу диаметром 1,5 м. и сцепляются согнутыми в локтях руками. Подавая туловище вперед, каждый старается заставить противника оторвать ноги от пола. Побеждает тот, кто большее число, раз выигрывает поединок.

### **Перетягивание каната**

Вдоль площадки кладут канат. Середина его отмечается цветной ленточкой. На земле в 2 метрах от середины поля проводят две параллельные линии. Две команды становятся вдоль каната с разных сторон. По сигналу играющие берутся руками за канат, поднимают с земли и по сигналу начинают тянуть его в свою сторону.

Когда канат будет перетянут за линию одной из команд (ее пересечет цветная ленточка), игра останавливается. Игроки меняются сторонами площадки. Поединок повторяется

### **С ношей на спине**

Играющие парами стоят за общей линией, один смотрит по направлению бега, другой поворачивается к нему спиной. Партнеры захватывают друг друга согнутыми в локтях руками. По сигналу пары устремляются вперед. При этом один игрок, слегка согнувшись, несет на спине своего партнера до поворотной отметки, находящейся в 10 м. Там они меняются ролями, и обратно к линии финиша (бывшего стартом) на спине своего товарища везет второй игрок. Пара, раньше вернувшаяся к исходной линии, объявляется победительницей.

## **Боевые петухи**

На земле чертится круг диаметром 2 м. игроки входят в круг, каждый сгибает одну ногу, руки кладет за спину, и по сигналу участники поединка начинают плечом и туловищем выталкивать друг друга из круга, стараясь не вставать на вторую ногу. Нельзя также снимать руки со спины. Игра продолжается до тех пор, пока все побывают в роли петухов, капитаны сражаются последними. Поединок заканчивается вничью, если оба игрока (в паре) оказались за пределами круга.

.....  
Различия в скорости развития мужского и женского организмов видны уже на стадии эмбриона.

Мальчики немного превосходят девочек в длине тела – до 10 лет, а в массе – примерно до 8,5 лет. Среди мальчиков 6-7 лет кол-во лиц с подвижностью, как возбуждения, так и торможения больше, чем среди девочек.

Муниципальное автономное дошкольное  
образовательное учреждение  
«Детский сад №56 «Лесная сказка»

**Особенности  
физического развития  
мальчиков  
дошкольного возраста**



Буклет подготовила  
инструктор ФК  
Жевстовских Н.В.

Начиная уже с 3-4 лет эффективность выполнения легкоатлетических упр. у мальчиков выше.

Дальность метания мяча у мальчиков почти в 2 раза больше, чем у девочек. Мальчики

имеют более высокие показатели в беге на 30 м, прыжках в длину с места.

Тренируемость мышечной силы у мальчиков больше. Уже в три года у мальчиков выше порог болевой и тактильной чувствительности, они не так скоро чувствуют боль. Мальчики меньше спят. У них лучше развиты мышцы. Мальчики меньше любят сладкое. У мальчиков больше сила рук и становая сила. Средний объем двигательной активности мальчиков 5 лет в свободной деятельности составляет 2300 движений, девочек – 1370;

мальчиков 6 лет – 2500, девочек – 2210; мальчиков 7 лет – 3275, девочек – 3040.

Наиболее благоприятным для мальчиков 5-6 лет является режим большой двигательной активности.

У мальчиков и девочек есть свои двигательные предпочтения, то есть та деятельность, которая им интереснее, лучше удается и в которой ярко проявляются их способности, связанные с полом

В эмоциональной сфере различия столь же показательны. Мальчики, когда устают «перестают соображать», но внешне держатся. Девочки, когда устают – страдают эмоционально, могут расплакаться. На самом же деле мальчика переживают не меньше, чем девочки.

У мальчиков, как правило, игры динамичнее, чем у девочек, и поэтому успокоить их значительно труднее. Большая потребность мальчиков в двигательной активности приводит и к своеобразию их

поведения по сравнению с девочками. Они больше ерзают и отвлекаются на занятиях, более шумно ведут себя в играх и, следовательно, чаще нарушают дисциплину. Мальчикам, в отличие от девочек, для их полноценного психического развития требуется большое пространство, чем девочкам.

Мальчикам требуется большее пространство в играх, чем девочкам. Поэтому если пространства мало в горизонтальной плоскости, то они осваивают вертикальное: лазают по лестнице вверх, забираются в шкафы. Взрослым необходимо подбирать такие двигательные-игровые ситуации, которые способствовали бы формированию у детей жизненно важных физических качеств (у мальчиков – силу, выносливость, быстроту) и позволяли бы детям выбирать себе партнера, при этом роль лидера принадлежит мальчику. Дошкольное детство – это период, когда закладывается фундамент здоровья, физического развития и культуры движений. Общая задача педагогов и родителей выпустить из д/с личность, способную не только адаптироваться в любом общеобразовательном пространстве, но и имеющую достаточный потенциал в сфере двигательной подготовленности и функциональных возможностях.

Для реализации этого направления всем взрослым необходимо учитывать различия в развитии двигательных функций мальчиков и девочек, осуществлять дифференцированный подход к ним в процессе физического воспитания.