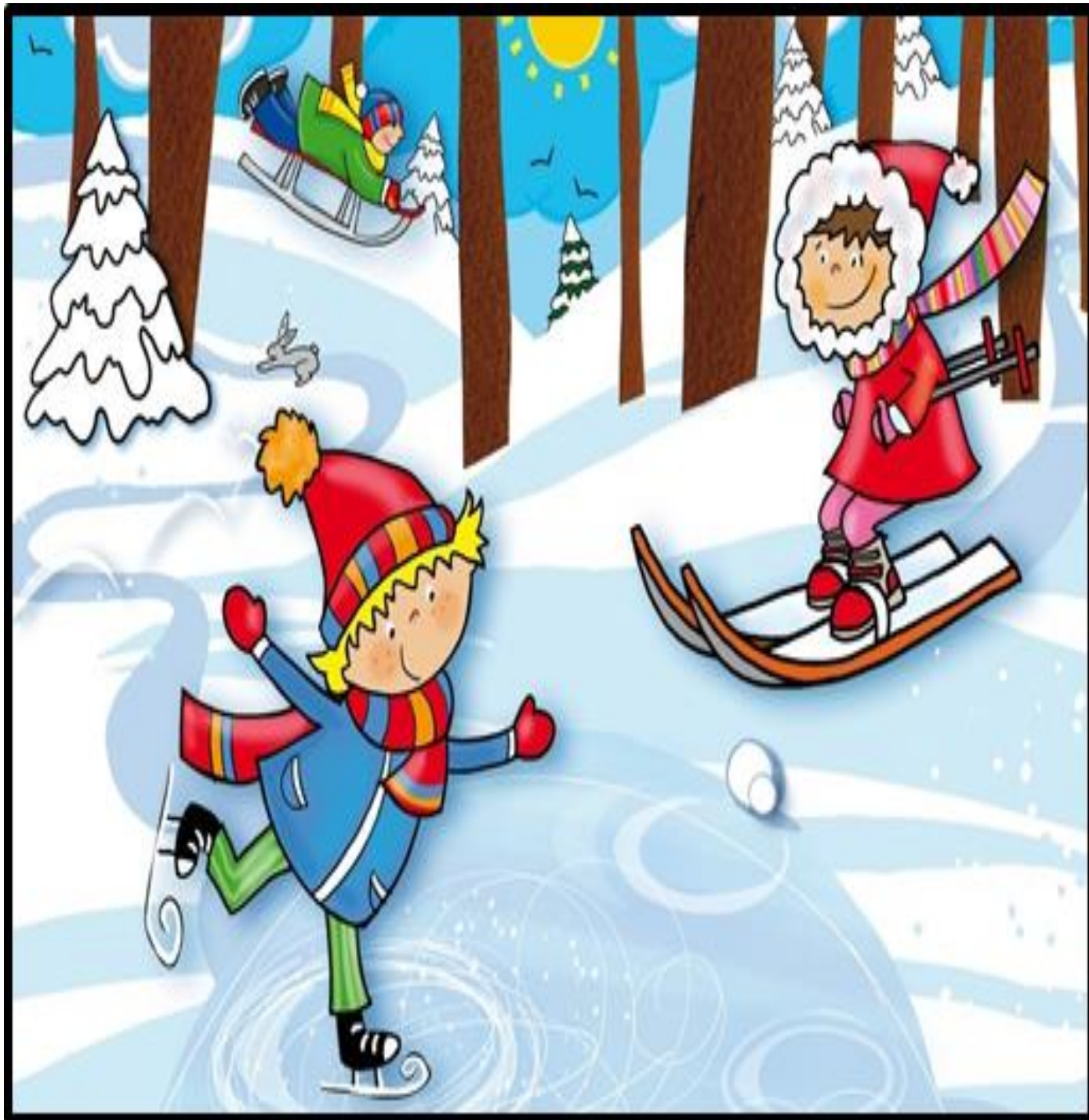


Консультация для родителей

«Подвижные игры

на прогулке зимой»



Для детишек зима очень веселая пора! Пожалуй, никакое другое время года не может их порадовать таким большим разнообразием игр и развлечений на свежем воздухе. Зимние игры, безусловно, идут на пользу малышам. Прогулка зимой – это чаще всего активный и подвижный отдых, доставляет детям огромную радость и приносят неоценимую пользу их здоровью. Разнообразные подвижные игры для детей - катания на санках, лепка снеговика, метание друг в друга снежков и другие зимние игры на свежем воздухе заряжают малышей энергией, радостью и счастьем! Поэтому зря многие родители боятся лишний раз выпускать ребенка на улицу, опасаясь, что он простудится или подхватит какой-нибудь вирус. На самом деле морозный воздух – лучшее лекарство от всяких хворей и прекрасное средство для укрепления всех систем организма. Достаточно лишь одеть малыша в теплую и удобную одежду, которая не стесняет его движений – и вперед, к новым свершениям!

Какие же зимние игры на свежем воздухе обрадуют Вашего малыша больше всего? Ребенок может всю прогулку увлеченно заниматься только одними санками- не только кататься с горки, но и бегать с ними, толкать, возить кого-либо и др.

Зимние игры на свежем воздухе с санками:

1. «**Попрыгунчики**». Количество играющих в эту игру не ограничено. Можно играть вдвоем, втроем, вчетвером и более. Дети должны встать каждый возле своих санок и по команде взрослого начать подпрыгивать возле них на обеих

ногах, постепенно продвигаясь от конца санок в их начало и наоборот.

2. «Поезд из санок» Для этой игры нужно побольше играющих – около 7-8 человек. Суть ее в том, что между собой связываются 3-4 санок, на них садятся дети, а другие – ребята постарше или взрослые – везут этот «поезд», катая малышей. Кроме того, дети одного возраста могут катать друг друга или двое детей везти «поезд» из двух связанных между собой санок, в которых сидят другие двое. Везть друг друга нужно по очереди, попеременно меняясь местами. Эта зимняя игра на свежем воздухе очень хороша для больших групп детей.

3. «Оленьи упряжки» Это забава с элементами сюжетно-ролевой игры. Для нее достаточно двух детей, один из которых будет оленем, а другой – пассажиром. Для ребенка, изображающего оленя, можно заранее изготавливаются картонные рога и прикрепляются к шапке. К санкам привязываются две веревки – одна для управления «оленем», другая – для закрепления на поясе «оленя», чтобы он вез санки.

4. «Тройка» Для этой игры, в которой также прослеживаются сюжетно-ролевые элементы, нужно пятеро детей. Заранее нужно изготовить дугу с бубенцами из картона или веток, и вожжи из веревки. Трое детей «впрягаются» под дугу, а двое садятся в санки. Сидящий спереди держит вожжи и управляет «тройкой». Через некоторое время дети меняются местами.

5. «Эх, прокачу!» В эту зимнюю игру на свежем воздухе может играть взрослый со своим ребенком. Для нее

понадобятся санки со спинкой, чтобы малыш не вывалился из них при быстрой езде. Когда ребенок сядет в санки, а взрослый возьмет в руки веревку, предупредите малыша, что сначала он поедет медленно, затем, ускоряясь, скажите, что теперь Вы едете чуть быстрее. И в конце концов скажите: «А сейчас я помчу тебя очень быстро!» и двигайтесь с максимальной скоростью. В процессе катания Вы можете напевать ребенку веселую песенку про зиму. Тогда Ваш малыш будет в полном восторге!

Но можете попробовать научить малыша спортивным играм, таким как катание на лыжах и на коньках. **Внимание: Нужно только соблюдать технику безопасности!**

Малыши также любят подвижные игры со снегом, и с удовольствием будут выполнять предложенные вами упражнения. Зимой очень увлекательно сооружать разные постройки из снега, лепить различные фигуры.

Обзаведитесь лопатками, совочками, ведерками и метелочками, они вам пригодятся на прогулках. Можно из снега сделать « Праздничный пирог». Придавая снегу необходимую форму, уплотняя его лопаткой, ребяташки готовят большой праздничный пирог. Он может быть любой формы, все зависит от их фантазии. Пирог украшают льдинками и другими подручными материалами (веточками, ягодами рябины и т.п.).

Старших дошкольников можно обучить играть в хоккей. Для хоккея нужны клюшки (длина 60-70 см) и шайбы пластмассовые, резиновые (диаметр 5-6 см, высота 2-2,5 см, масса 50-70 Г). Дети учатся передавать мяч (шайбу) друг

другу в парах, забрасывать в ворота, ударяя по мячу (шайбе) с места и после ведения.

Предлагаем вам несколько простых идей подвижных игр на свежем воздухе, которые помогут вам приятно провести с детьми зимние месяцы:

«Мороз Красный нос»

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки стоит Мороз Красный нос.

Мороз Красный нос:

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Дети:

Не боимся мы угроз .

И не страшен нам мороз.

После этого они перебегают через площадку в другой дом,

«Мороз» догоняет и старается их заморозить (осалить).

Замороженные остаются на месте и стоят так до окончания перебежки. Мороз подсчитывает, скольких играющих удалось заморозить.

При повторе игры выбирается новый Мороз, и уже он салит игроков, в конце подводятся итоги какой Мороз (старый или новый игрок) больше заморозил.

«Назови вид спорта»

Взрослый с ребенком становятся на игровой площадке рядом друг с другом и берутся за руки. Они договариваются между собой, кто будет первым водящим. Затем взрослый вместе с ребенком произносят:

Ровным кругом

Друг за другом

Мы идем за шагом шаг.

Стой на месте,

Дружно вместе

Сделаем вот так.

После этого игроки останавливаются, взрослый показывает какое-либо движение, характерное для одного из зимних видов спорта (например, вращение фигуриста на льду, скольжение конькобежца, удар клюшкой хоккеиста, шаг лыжника, прыжок на лыжах с трамплина и т.д.). Ребенок должен повторить движение и назвать вид спорта. После этого игроки меняются ролями, и игра повторяется.

Примечание. Повторять движения нельзя, необходимо постараться вспомнить другие.

«Зайчик беленький сидит»

Участвующие в игре детки бегают по площадке. Словно зайчики играют на полянке, а потом садятся на корточки. Взрослый вместе с ребятами начинает читать стихотворение: Зайка беленький сидит и ушами шевелит.

Вот так, вот так он ушами шевелит. Дети прижимают руки к голове и начинают шевелить ими, словно ушки у зайчика. Взрослый продолжает: Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть. Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть. Ребятишки поднимаются и хлопают в ладоши, а потом, скрестив руки, начинают хлопать себя по плечам, делая вид, что греются. Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать. Прыг-скок, прыг-скок, надо зайке поскакать. После этих слов дети подпрыгивают на месте на двух ногах. В конце взрослый произносит: Волчонок зайку испугал. Зайчик прыг... и ускакал! Пугает детей, изображая волка, они разбегаются по площадке в разные стороны.

«Попади в цель!»

На верхний край снежной стенки или на большой сугроб кладут абсолютно любой предмет. По сигналу взрослого, ребенок и взрослый стараются сбить этот предмет снежками. У кого наибольшее количество метких попаданий, тот и выиграл.

« Кто быстрее?»

Взрослый и ребенок произносят слова: Раз, два, три-беги!» и наперегонки бегут к предмету, поставленному на сугроб. Побеждает тот, кто первым добежит до предмета.

Когда малыш на улице занят активными действиями, то продолжительность прогулки может быть увеличена. Это особенно важно при минусовых температурах суровыми российскими зимами. Да и сами родители, играя с детьми, не заметят как пролетело время и не успеют замерзнуть,

поскольку им не придется стоять и наблюдать за играющим в снегу ребенком.

Как видите, любую прогулку можно превратить в маленький праздник, а нужно для этого совсем немного - просто поиграйте со своими детьми! Выдумывайте! Фантазируйте! Радуйтесь!