

Игры на прогулке. Рекомендации для родителей

по организации подвижных игр во время прогулки.

Игра занимает важное место в развитии каждого ребенка. Очень часто родители забывают, что ребенку жизненно важно играть, а не смотреть телевизор, помогать маме, убирать свои игрушки, и пр. Ребенку важно играть не только в детском саду, но и дома, вместе с родителями. Особенно полезны игры на открытом воздухе.

Особое значение в плане воспитания здорового и физически развитого малыша имеют подвижные игры. С момента рождения ребенок стремится к движению. Дети познают мир, ползая, лазая, бегая и т.д. Использование в повседневной жизни подвижных игр создает условия для того, чтобы ребенок научился владеть своим телом, его движения стали красивыми и, главное, уверенными. Подвижные игры - хорошая профилактика плоскостопия, нарушений осанки и других заболеваний, которые часто встречаются в детском возрасте и вызваны недостатком физической активности. Кроме того, подвижная игра - источник радости одно из лучших средств общения взрослого с ребенком. Включение элементов фольклора, использование различных персонажей стимулируют детскую фантазию, способствуют формированию речи и, в конечном счете, становлению личности ребенка.

Особенности подвижных игр с правилами в возрасте 3-4 лет

Дети младшего дошкольного возраста довольно активны, они много двигаются, ходят, бегают, лазают, поднимаются по лесенкам и т.п. В этом возрасте большое значение имеет создание необходимых условий, использование различных предметов, игрушек, мячей, шариков, обручей, вожжей, скакалок и т.п. В этом возрасте необходимо внимание родителей, их помощи и даже непосредственного участия в играх и упражнениях. У детей младшей группы кругозор еще не велик, мышление конкретно, внимание неустойчиво, поэтому им даются игры с простым, несложным сюжетом.

При организации подвижной игры следует придерживаться следующих правил:

1. Необходимо всегда выделять время для игр с ребенком. Иногда достаточно 15-20 минут, иногда следует поиграть подольше.
2. Желательно, чтобы игры были повторяющимися. В этом случае ребенок видит, чему он научился, и понимает, чему он учится.
3. Большое внимание уделяйте содержанию игры. Игры должны соответствовать возрасту и потребностям ребенка, а не навязываться ему взрослыми. Пусть постепенно ваши игры усложняются.
4. Правила игры должны быть просты, четко сформулированы и понятны.
5. Распределите игры между членами семьи. В одни пусть играет папа, в другие - мама, бабушка, дедушка. В некоторые игры полезно играть всей семьей.
6. Игра не должна подвергать детей риску, угрожать их здоровью.

7. Инвентарь для игры должен быть красивым, интересным, безопасным.

Рекомендуемые игры:

- «Солнышко и дождик»
- «Мыши и кот»
- «Воробушки и автомобиль»
- «Цветные автомобили»
- «По ровненькой дорожке»
- «Поймай комара»
- «Прыжки по кочкам»
- «Самолеты»
- «Попади мешочком в круг» и другие.

Солнышко и дождик

Описание. Дети присаживаются на корточки за обозначенной чертой.

Мама говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять». Дети бегают. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» - бегут за обозначенную линию и присаживаются на корточки.

Мама снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.

Воробушки и автомобиль

Описание. Дети – «воробушки» садятся на скамейку – «гнездышки». Мама изображает «автомобиль». После слов мамы: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети поднимаются и бегают по площадке, размахивая руками – «крылышками». По сигналу мамы: «Автомобиль едет!» - дети - «воробушки» улетают в «гнезда» (садятся на скамейки). «Автомобиль» возвращается в «гараж». Игра повторяется.

Мыши и кот

Описание. Выбирается водящий – кот, все остальные мыши. Кот садится или ложится на пол, он спит. Мыши, взявшись за руки, идут по кругу **игворят:** Тра – та – та, тра – та – та, не боимся мы кота!

Мама говорит: «Кот проснулся, потянулся и сказал...мяу! Я вас всех поймаю!»

Мыши убегают в домик, а кот догоняет их. По сигналу «Уснул кот!» игра повторяется.

Правила: Кот ловит детей только до линии дома. Следить, чтобы дети во время бега не наталкивались друг на друга.

Самолеты

Описание. Взрослый и дети становятся самолетиками. Сначала «самолетик» заводит пропеллер (делает круговые движения рукой), а затем расправляет «крылья» и летит (двигается в разных направлениях по площадке).

Прыжки по кочкам.

Описание. Мама рисует на земле геометрические фигуры (кружочки, квадратики и т.п.). Рисовать можно мелками на асфальте или палочкой на земле. Это будут «кочки». На самую дальнюю «кочку» мама кладет какой-нибудь предмет, например, ведро с формочками. Мама объясняет ребенку, что он сейчас пойдет в поход за ведром, но идти надо только по кочкам.

Малыш начинает движение, передвигаясь, ставит ноги на нарисованные «кочки». Эта игра хорошо развивает координацию движений. Систематические игровые занятия с ребёнком - это долгосрочная инвестиция в его будущее. И окупится сполна. Ни один специалист не сможет дать ребёнку столько, сколько даст семья, заинтересованная будущим своего ребенка.

Для детей старшего дошкольного возраста, можно предложить поиграть в игры своего детства, такие как:

- «Светофор»
- «Море волнуется»
- «Горячая картошка»
- «Краски»
- «Салки»
- «Вышибалы» и множество других.

Вспомните, как было весело и интересно играть во дворе. Помогите своим детям правильно организовать свое свободное время.

Подготовила педагог-психолог Волкова А.И.