

Рекомендации для родителей детей дошкольного возраста

«Подвижные игры на прогулке для мини-группы детей»

Гуляя с детьми в парковой зоне или во дворе дома родителю нужно чем-то занять детей: отличным решением является организация подвижных игр. Сначала родитель знакомит ребенка или детей с различными играми, а в дальнейшем дети сами смогут решить, в какую игру они хотят играть.

Игры на свежем воздухе оказывают благотворное влияние на развитие детского организма и укрепление иммунитета. Также они влияют на формирование мышления, смекалки, сноровки, ловкости, морально-волевых качеств. Подвижные игры для детей укрепляют физическое здоровье, обучают жизненным ситуациям, помогают ребенку получить правильное развитие. И время прогулки пролетит незаметно!

Перед началом игры родителю нужно обратить внимание на состояние игрового поля: нет ли лишних предметов, осколков и всего того, что может помешать играть и создаст травмоопасную обстановку.



Дети младшего дошкольного возраста (2-4 года) в игре, как правило, подражают всему, что они видят. В подвижных играх малышей, как правило, проявляется не общение со сверстниками, а отображение той жизни, которой живут взрослые или животные. Дети в этом возрасте с удовольствием летают как воробушки, прыгают как зайчики, взмахивают руками как бабочки крылышками. Благодаря развитой способности к имитации большинство подвижных игр детей младшего дошкольного возраста несут в себе сюжетный характер.

• Игра "Солнышко и дождик"

Задачи: научить детей находить свое место в игре, ориентироваться в пространстве, развивать умение выполнять действия по сигналу взрослого.

Описание: Дети находят себе место (скамейка, пенек, ступенька на лесенке и т. д) — это их «дом». После слов взрослого: «Какая хорошая погода, идите гулять!», ребята встают и начинают двигаться в произвольном направлении. Как только родитель скажет: «Дождь пошел, бегите домой!», дети должны прибежать к своим домикам и занять свое место. Взрослый приговаривает «Кап – кап – кап!». Постепенно дождь стихает и родитель говорит: «Идите гулять. Дождь кончился!».

- **Игра "Воробушки и кот"**

Задачи: учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, увертываться от водящего, убежать, находить свое место.

Описание: На земле нарисованы круги — «гнездышки». Дети — «воробушки» сидят в своих «гнездышках» на одной стороне площадки. На другой стороне площадки расположен «кот». Как только «кот» задремлет, «воробушки» вылетают на дорогу, перелетают с места на место, ищут крошки, зернышки. «Кот» просыпается, мяукает, бежит за воробушками, которые должны улететь в свои гнезда.

Сначала роль «кота» выполняет взрослый, потом — кто-нибудь из детей.



- **Подвижная игра "Воробушки и автомобиль"**

Задачи: приучить детей бегать в разных направлениях, начинать движение или менять по сигналу ведущего, находить свое место.

Описание: Дети — «воробушки», сидят в своих «гнездышках» (на скамейке). Родитель изображает «автомобиль». Как только взрослый произнесет: «Полетели воробушки на дорожку», дети поднимаются со скамейки и начинают бегать по площадке. По сигналу взрослого: «Автомобиль едет, летите, воробушки в свои гнездышки!» — «автомобиль» выезжает из «гаража», а дети должны вернуться в «гнезда» (сесть на скамейку). «Автомобиль» возвращается в «гараж».

- **Игра "Поезд"**

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу, закреплять навык построения в колонну (друг за другом). Упражнять в ходьбе, беге друг за другом.

Описание: Дети строятся в колонну. Первый ребенок в колонне представляет собой паровоз, остальные участники — вагоны. После того, как взрослый дает гудок, дети начинают двигаться вперед (без сцепления). Вначале медленно, затем — быстрее, постепенно переходя на бег, произносят «Чу –



чу – чу!». «Поезд подъезжает к станции», — говорит родитель. Дети постепенно замедляют темп и останавливаются. Взрослый вновь дает гудок, движения поезда возобновляется.

- **Подвижная игра "Жмурки"**

Задачи: воспитание ловкости, выработка умения ориентироваться в пространстве, наблюдательности.

Описание: для проведения игры необходимо свободное пространство. Выбирается водящий, которому завязывают глаза и выводят на середину площадки. Водящего поворачивают несколько раз вокруг собственной оси, после чего он должен поймать любого игрока. Пойманный становится водящим.



У детей 5-7 лет характер игровой деятельности несколько меняется. Теперь их уже начинает интересовать результат подвижной игры, они стремятся выразить свои чувства, желания, осуществить задуманное. Однако подражательность и имитация не исчезают и продолжают играть немаловажную роль в жизни старшего дошкольника.

- **Игра "Паук и мухи"**

Задачи: развивать у детей умение выполнять действия по сигналу.

Описание: в одной части игровой площадки кружком обозначается паутина, в которой находится паук — водящий. Все остальные ребята — мухи. Все мухи «летают» по площадке, жужжат. По сигналу ведущего «Паук!» мухи замирают. Паук выходит из укрытия и внимательно осматривает всех мух. Тех, которые пошевелились, он отводит в свою паутину. После двух-трех повторений, подсчитывается количество пойманных мух.



- **Подвижная игра "Выше ноги от земли"**

Задачи: учиться соблюдать правила игры.

Описание: Водящий вместе с другими ребятами ходит по игровой площадке. Как только взрослый произнесет: «Лови!», все участники разбегаются, стараясь взобраться на любое возвышение, где можно поднять ноги над землей. Осалить можно только тех, у кого ноги на земле. По окончании игры подсчитывается количество пойманных и выбирается новый водящий.



- Игра "Удочка"

Задачи: развивать ловкость, внимание, быстроту реакции.

Описание: участники располагаются по кругу. В центре находится водящий — взрослый. Он в руках держит веревочку (скакалку). Водящий вращает веревочку по кругу над самой землей. Дети подпрыгивают таким образом, чтобы веревочка не задела их ног. Те участники, которым веревочка задела по ногам, выбывают из игры.

Надеюсь, что данный материал поможет вам организовать игры и с пользой для здоровья провести время с семьёй!

