

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ**

### **«Игры детей на свежем воздухе»**

Игра для ребенка является самым важным моментом его развития. Играя, ребенок познает мир, определяет себя в этом мире, свою роль в семье, в коллективе. В отличие от гимнастики, в активных играх в полной мере проявляется инициатива ребенка, его творческие способности. За игрой ребенок приобретает множество неоценимых качеств: развивает ловкость, наблюдательность, фантазию, память. Игра стимулирует умение сравнивать, комбинировать, размышлять, анализировать.

Подвижные игры на свежем воздухе — неотъемлемая часть жизни ребенка. Они важны и для гармоничного физического развития, и как источник радости. Часто мы уделяем массу времени развивающим играм, забывая, что активное движение на свежем воздухе тоже стимулирует умственную деятельность. Кроме пользы для здоровья, подвижные игры нужны для развития силы и выносливости, ловкости и смекалки, выдержки и находчивости, воли к победе и творческого мышления. Игры на свежем воздухе оказывают закаляющее действие на детский организм, что повышает его устойчивость к простудным респираторным заболеваниям, увеличивают двигательную активность детей, способствуют более прочному закреплению двигательных навыков и развитию физических качеств. Особую ценность имеют игры, в которые дети играют вместе с родителями. Личный пример взрослого повышает интерес детей к двигательной деятельности, благотворно влияет на воспитание потребности в занятиях физической культурой и спортом.

Нужно учитывать особенности физического развития малыша, его настроение, состояние здоровья, желание играть в ту или иную игру. Необходимо чаще хвалить ребёнка, вселять ему уверенность в собственных силах. Важно: интенсивные подвижные и спортивные игры с бегом, прыжками чередовать с более спокойными, чтобы предупредить у ребёнка переутомление от активных занятий физической культурой. Удивляйте и радуйте своих детей. Активно участвуйте в детских забавах, это поможет сблизить всех членов семьи и наладить взаимопонимание. Предлагаем вам некоторый перечень игр, которые вы можете использовать с детьми во время отдыха на свежем воздухе.

#### **«Салки»**

Это одна из самых популярных игр с детьми на свежем воздухе. Дети выбирают водящего, которому нужно догнать одного из участников и прикоснуться к нему — осалить, тем самым передав право быть водящим. Новый водящий будет догонять игроков и при этом держаться за то место на теле, в которое его осалили. Побеждает тот, кто ни разу так и не был пойман.

#### **«Светофор»**

Это очень интересная игра с детьми на свежем воздухе, которая развивает смекалку и реакцию у ребенка. На ровной площадке чертят две прямых линии,

расстояние между которыми должно составлять примерно 5 метров, то есть получается что-то вроде участка дороги. Все участники стоят по одну сторону дороги, а «светофор» — человек, который будет называть цвета, на самой дороге, спиной к игрокам. Он называет любой понравившийся цвет и те, у кого он есть на одежде, спокойно переходят на другую сторону дороги. Остальные стараются перебежать дорогу, чтобы «светофор» не успел их поймать. Тот, кого он поймает, становится «светофором».

### «Самолетики»

На игровой площадке чертится круг. Это аэродром. Ребёнок, изображает самолётик, расставив руки в стороны, летает за пределами круга, мама при этом произносит:

Самолетик летит,  
Весело несётся,  
Вдруг летит большая туча.  
Стало всё темно вокруг,  
Самолётик – в свой круг!

При этих словах мама - «туча «пытается поймать самолётик, а тот пытается укрыться в кругу.

### «Змейка»

На земле (зигзагообразно) кладут предметы на расстоянии 50 см один от другого. Мама и ребёнок бегут змейкой, обегая каждый предмет и стараясь не задеть его.

Игры с мячом. Проще простого прихватить с собой на прогулку любой мячик. А там уже импровизировать под настроение. Самая популярная игра с мячом – это футбол. Причем ворота можно сделать символические, из камней, палочек, или в качестве ворот использовать деревья. Ребенок испытает огромное удовольствие, когда будет забивать вратарю голы.

Можно поиграть в "Съедобное-несъедобное" (ребенок должен ловить мячик, только если ведущий называет съедобные продукты). Детки прекрасно разбираются, что можно есть, а что нельзя.

Бросаем или передаем мячик малышу, называя животное. Ребенок должен поймать мяч и вернуть обратно, называя детеныша этого животного (свинья-поросенок, лиса-лисенок, кот-котенок и т.д.). Или называем ребенку животное, а он отвечает, какие звуки издает это животное.

В принципе, подойдет любая игра, где мячик нужно ловить. Если есть хотя бы три игрока, то можно стать в круг и перебрасывать мячик по кругу. Если кто-то роняет мяч, он выбывает из игры - выходит из круга. Выигрывает тот, кто остался последним. Кстати, такая простая игра хорошо тренирует координацию движений и ловкость.

**Прыгаем.** Если нарисовать "классики", то все вдоволь напрыгаются.

Море волнуется раз. Знакомая всем игра с детства, которая не потеряла своей актуальности. Играть в нее легко даже с самыми маленькими. Чтобы было

интересней, попросите ребенка замереть в фигуре какого-нибудь животного (зайчика, обезьянки и т.д.).

**Рисуем, строим.** Рисовать можно не только мелками на асфальте, но и палочками (или пальцами) на песке.

Это всего лишь некоторые из интересных игр для детей на свежем воздухе. Можно играть в футбол, бадминтон, прыгать на скакалке, устраивать настоящие спектакли с переодеваниями и декорациями, водить хороводы, кататься на велосипедах, а вечером, когда стемнеет, играть в «жмурки» (прятки). Вариантов игр с детьми на свежем воздухе множество, и все они по-своему увлекательные и интересные.

Участие в игровом процессе взрослых поможет обрести взаимопонимание в семье, лучше узнать друг друга, построить доверительные отношения. Проводите больше времени с детьми, гуляя в парке или играя в мяч, ведь совсем скоро они станут взрослыми и самостоятельными. Пусть дети играют и веселятся, главное, чтобы они были счастливыми и здоровыми.

Помните, что не все игры подходят для самых маленьких. Например, в прятки с малышами на природе играть однозначно не стоит! Дети могут так спрятаться, что потом еще на помощь звать придется, чтобы отыскать пропажу.

Чуть-чуть фантазии и вариантов игр на свежем воздухе можно придумать предостаточно. Все зависит от смекалки и желания. Бегайте, прыгайте, веселитесь с ребенком, ведь активные игры – это лучший способ отдыха на природе.

**Хорошего всем отдыха и веселых игр!**

Литература:

1. Шишкина, В.А. Двигательное развитие дошкольника: пособие для педагогов учреждений дошкольного образования/В.А. Шишкина. – Мозырь: Белый Ветер, 2014. – 133, [3]
2. Шишкина, В.А. Подвижные игры для детей дошкольного возраста: пособие для педагогов учреждений дошкольного образования/В.А. Шишкина, М.Н. Дедулевич. – 3-е изд. – Мозырь: Белый Ветер, 2016. – 88
3. Власенко, Н.Э. Картоотека подвижных игр по физической культуре для детей дошкольного возраста/ Н.Э. Власенко. Мозырь, 2008