

## Организация подвижных игр на улице о время прогулки с детьми

Взаимодействие с ребенком на прогулке может стать очень важным и продуктивным компонентом его развития. Ребенок жаждет движения, и нужно дать ему возможность реализовать это желание. Играя на улице, дети повышают двигательную активность.

Игры во время прогулки закаливают детский организм:

- ✓ усиливают воздействия организма неблагоприятным условиям среды;
- ✓ простудным заболеваниям;
- ✓ способствует повышению ловкости и выносливости.

Вместе с движениями ускоряется обмен веществ, кровообращение, что в свою очередь, благоприятно влияет на развитие ребенка.

Игра занимает важное место в развитии каждого ребенка. Ребенку важно играть не только в детском саду, но и дома, вместе с родителями.

Особенно полезны игры на открытом воздухе. В ходе игры дети получают необходимую мышечную нагрузку и положительные впечатления, при этом избегая эмоциональных и двигательных перегрузок и находясь в поле зрения взрослых.

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.

**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.

**Для организации подвижной игры  
следует придерживаться  
следующих правил:**

1. Необходимо всегда выделять время для игр с ребенком.
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.
4. Игры должны соответствовать возрасту и потребностям ребенка.
5. Правила игры должны быть просты, четко сформулированы и понятны.
6. Распределите игры между членами семьи.
7. Игра не должна подвергать детей риску, угрожать их здоровью.
8. Инвентарь для игры должен быть красивым, интересным, безопасным.

# Подвижные игры (лето)

## «Солнышко и дождик»

Дети присаживаются на корточки за обозначенной чертой.

Мама (папа) говорит:

*«На небе солнышко!*

*Можно идти гулять».*

Дети бегают. На сигнал:

*«Дождик! Скорей домой!»* -

бегут за обозначенную  
линию и присаживаются  
на корточки.

и игра повторяется.



# «Воробышки и автомобиль»

Дети – «воробушки» садятся на скамейку – «гнёздышки».

Мама (папа) изображает «автомобиль».

После слов мамы (папы):  
«*Полетели, воробушки, на дорожку*»

дети поднимаются и бегают по площадке, размахивая руками – «*крылышками*».

По сигналу мамы (папы):  
«*Автомобиль едет!*» -  
дети - «воробушки»  
улетают в «гнёзда»  
(садятся на скамейки).

«*Автомобиль*»  
возвращается  
в «*гараж*»





## Подвижные игры (весна)

### «Прыжки по кочкам»

Мама (папа) 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 (папа) кладет какой-нибудь предмет, например, ведерко с формочками.

Объясняет ребенку, что он сейчас пойдет в поход за ведерком, но идти надо только по кочкам. Ребенок начинает движение, передвигаясь, ставит ноги на нарисованные «кочки». Эта игра хорошо развивает координацию движений

## «Карусель»

Мама (папа) предлагает детям покататься на карусели. Держит в руках обруч (находясь в середине обруча) с привязанными к нему разноцветными ленточками. Дети берутся за ленточки, мама (папа) двигается с обручем. Дети идут, а затем бегут по кругу.



Мама (папа) говорит:

*Еле-еле, еле-еле завертелись  
карусели,*

*А потом, а потом всё бегом,  
бегом, бегом!*

*Тише, тише, не бегите, карусель  
остановите,*

*Раз и два, раз и два, вот и  
кончилась игра!*

Дети останавливаются.



# Подвижные игры (зима)

## «СНЕЖОК»

*Играющие стоят в кругу, держась за руки, и выполняют движения в соответствии с текстом:*

Выпал беленький снежок, собираемся  
в кружок.

Мы потопаем, мы потопаем! (*топают*)

Будем весело плясать, будем ручки  
согревать,

Мы похлопаем, мы похлопаем!  
(*хлопают*)

Будем прыгать веселей, чтобы было  
потеплей,

Мы попрыгаем, мы попрыгаем  
(*прыгают*)



## «СНЕЖКИ»

Мама (папа) говорит: "А давай мы сейчас слепим снежные комочки".

Сжимая мячик между ладонями, показать, как лепить "снежок": "Смотрите комочек мягкий, я могу его сжимать ладошками: вот так – вот так!" Ребенок повторяет движения.

"Ну, покажите, какой "снежок" у тебя получился. Какие хорошие у тебя "снежки"! Молодец! Давай еще слепим". – дать возможность ребенку слепить еще комочки.

"А теперь бросай "снежки" мне, я буду их ловить! Ребенок бросает комочки. Мама (папа) делает вид, что ловит "снежки", но поймать или удержать их не может: "Как много "снежков". Я их и поймать не смогла (не смог)! Давай слепим "снежки" и снова поиграем".



## Подвижные игры (осень)

### «Такой листок - лети ко мне»

Мама (папа) с детьми рассматривает листья, упавшие с деревьев. Описывает их, говорит, с какого они дерева. Через некоторое время, раздает детям листья от разных деревьев, находящихся на участке, и просит внимательно его послушать. Показывает лист от дерева и говорит: *«У кого такой же листок, бегите ко мне!»*



## «Листопад»

*Листопад! Листопад!  
Листья жёлтые летят!  
Кружатся красивые жёлтые  
листочки.*

(Действия выполняют дети с жёлтыми  
листочками).

*Кружатся красивые красные  
листочки.*

(Действия выполняют дети с красными  
листочками).

*Покружились и уселись на землю.  
(Дети приседают).*

*Сели! Уселись и замерли.  
(Дети не шевелятся).*

*Прилетел лёгкий ветерок, подул.  
(Дует взрослый, за ним дети)  
Поднялись листья разлетелись в  
разные стороны.*

(Дети разбегаются по площадке).  
*Закружились, закружились,  
закружились!*