

Подвижные игры



Подвижные игры и развлечения зимой на открытом воздухе доставляют детям огромную радость и приносят неоценимую пользу их здоровью. Разнообразные подвижные игры для детей - катание на санках, игры со снегом и др. - обогащают содержание прогулок и очень увлекают детей. Играя в подвижные игры вы сможете увеличить продолжительность прогулки, что особенно важно при низких

температурах в нашем суровом климате. 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.

Любимое зимнее развлечение малышей - санки. Но можете попробовать научить малыша спортивным играм, таким как катание на лыжах и на коньках. Используя простые игровые упражнения можно добиться многого!

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.

Для старших дошкольников используются более сложные игры. Играя и упражняясь на улице зимой, дети получают возможность проявить смелость, самостоятельность, ловкость и сноровку.

Выезжая на природу в зимнее время с вашим ребенком, или с компанией детей, обязательно продумайте в какие подвижные игры вы будете играть с детьми, в какие игры дети будут играть сами, и возьмите с собой все необходимое для игр.



Подвижные игры на свежем воздухе зимой (Игры и забавы с санками.)

«Саный круг»

В этой игре участвуют несколько детей. Санки расставляются по большому кругу на расстоянии не менее 2-3 м. друг от друга. Каждый играющий становится около своих санок внутри круга. Взрослый предлагает побегать всем вместе друг за другом так, как будто автомобили едут по дороге. Возле санок автомобили останавливаются, шоферы выходят отдохнуть и присаживаются на них. Потом они снова садятся в машины и едут до следующей остановки.

Если круг большой - длинный рейс, то автомобили продолжают движение до сигнала взрослого: **"Остановка!"**. По этому сигналу каждый занимает одну скамеечку-саночки. Движение автомобилей возобновляется только по указанию взрослого.

«Санная путаница»

Эту игру вы можете также проводить вдвоем со своим малышом.

Играющие колонной вслед за взрослым бегут то к одним, то к другим расставленным по краям площадки санкам. Добежав до санок, колонна обегает их кругом и только потом направляется к другим санкам. Изредка взрослый предлагает детям совершить два круга около одних санок.

«Попрыгунчики около санок»

В эту игру можно играть вдвоем. Каждый стоит около своих санок. По команде взрослого дети начинают подпрыгивать на двух ногах возле своих санок, продвигаясь вдоль них.

«Парное катание»

Двое детей везут санки, на которых сидит один ребенок. Так едут друг за другом несколько пар. Потом можно поменять пары.

«Саный поезд»

Взрослые или дети постарше возят саный поезд - трое или четверо связанных друг за другом санок, на которых сидят малыши. Дети по очереди катают друг друга на санках, или двое едут на связанных между собой санках, а двое их везут. Потом они меняются местами.



«Гонки санок»

Ставят санки на одну линию, садятся на них верхом, опустив ноги на землю. По сигналу взрослого: «Вперед!» - передвигаются на санках до обозначенного ориентира (сугроба, флажков, снежного вала и т. п.), отталкиваясь ногами. Можно предложить покататься на санках лежа на животе, отталкиваясь руками, померяться силами с товарищем в этом упражнении.

Санки располагают на исходной линии, а играющие встают сбоку. По сигналу взрослого: «Начали!» — все быстро повертываются, садятся на конец санок спиной вперед и, отталкиваясь ногами назад, продвигаются в указанную сторону. По сигналу: «Стоп!» - играющие прекращают двигаться. Выигрывает тот, чьи санки окажутся впереди других.

«На санки!»

Санки расставляют на одной стороне площадки по числу на один меньше, чем играющих. Дети произвольно бегают, кружатся на другой стороне площадки. Как только взрослый произнесет: «На санки!», надо быстро добежать до санок и сесть на них. Опоздавший - остается без места.

Хороших вам зимних забав!!!