

## Консультация для родителей на тему:

### «Летние подвижные игры для детей дошкольного возраста».

*Подготовила: Л.Н.Илюшина, инструктор по физической культуре МДОУ детский сад общеразвивающего вида № 46.*

Лет двадцать назад вопросов о малоподвижности детей ни у кого не возникало — во дворах с раннего утра и дотемна звенели детские голоса. Подвижные игры были неотъемлемой частью детства — футбол и хоккей, прятки и катание на велосипедах. Приятная усталость к вечеру и спокойный здоровый сон ночью. Современные дети большую часть времени, как известно, проводят с планшетами и ноутбуками. О физическом развитии при таком образе жизни и речи не идет.

Детские подвижные игры на воздухе, как увлекательное и подвижное мероприятие, решает эту проблему.

Уважаемые родители, предлагаю вашему вниманию несколько вариантов подвижных игр с детьми во время прогулок. Игры рассчитаны на разное количество играющих – это может быть два человека (мама и малыш), а можно собрать игроков от 4-х и более.

### Варианты летних подвижные игры для детей на улице.

#### Игры с мячом.

Несмотря на простоту, игры с мячом очень полезны для детей, так как развивают практически все виды мышц. И не важно, кидает малыш мячик или ловит, он тренирует координацию движений и зрение. Можно придумать самые разнообразные игры с мячом, который можно как покидать, так и попинать ногой.

Можно поиграть и в такие игры, которые развивают мыслительную деятельность ребёнка, тренируют концентрацию внимания. Например, игра **«Наоборот»**. Дети становятся в круг. Водящий бросает кому-либо мяч и говорит: *«Светло»*, поймавший должен сказать слово наоборот, т. е. противоположное по смыслу. Игрок отвечает: *«Темно»* и возвращает мяч ведущему, тот продолжает игру (*широкий - узкий, горячий –холодный и т. д.*). Можно произносить разные части речи: и существительные, и глаголы, и прилагательные. Игрок, не ответивший или замешкавшийся более чем на 10 секунд, выходит из игры.

### **Летающая тарелка.**

Очень увлекательна игра с пластмассовой тарелочкой (*frisби*). В неё может играть любое количество человек. Например, десять игроков встают по кругу на расстоянии 4 шагов друг от друга. Дети перебрасывают тарелку друг другу в любом направлении, но не стоящему рядом.

При помощи пластмассовой тарелки также можно поиграть и в игру **Снайпер**: на расстоянии 5 метров от стартовой линии на землю кладут разные предметы — кубик, кеглю, коробочку и др. Дети стараются сбить их тарелкой. Каждый игрок по очереди подходит к стартовой линии и бросает 3 раза тарелку, стараясь попасть в цель. Побеждает самый меткий участник игры, выбивший три предмета за три попытки.

### **Игры с обручем и скакалкой.**

Улучшить физическую подготовку ребенка можно также при помощи обруча и скакалки. Так как малыши не могут использовать эти снаряды по прямому назначению, то вначале можно предложить, например, небольшой обруч в качестве руля, либо поставить обручи ребром, чтобы ребенок прополз по тоннелю.

### **Надувание мыльных пузырей.**

Такая игра будет, не только полезна, но и доставит массу удовольствия! Главное набраться терпения и научить ребенка надувать мыльные пузырьки. Летние игры для детей с помощью мыльных пузырей станут не только радужными, но и веселым развлечением в виде догонялок за пузырями. Надувая пузыри, малыши тренируют легкие. Кроме того, дуть в одну сторону не такое уж легкое задание! Дуть мыльные пузыри можно не только через палочку, но и через соломинку, и чем больше отверстие, тем больше получаются пузыри.

### **Игра с камешками.**

Детки очень любят собирать камни. Наберите камней разного цвета и размера в ведро, высыпьте их в миску с водичкой и помойте. Когда вы помыли камешки, можно начинать с ними играть. Можно класть камни в ведро и переносить их в какое-то место, можно делать это с помощью лопатки или чашечки. Можно обложить камешками цветочную клумбу, или дерево. Можно нарисовать на земле палочкой какую-то фигуру, и по контуру выкладывать ее камнями.

### **Оживление предметов.**

Эта игра особенно подходит для самых маленьких. Дома вырежьте из бумаги веселые глазки и возьмите кусочек пластилина и идите с детьми на прогулку. Пусть дети выбирают, какие предметы они хотят оживить – цветочки, деревья, карусели.. Можно даже устроить соревнование между детьми – кто быстрее «оживит» предметы. Это хорошо развивает у детей воображение.

### **В песочнице.**

Берем какой-то предмет, просим детей отвернуться, и закапываем эту вещь в песочнице. Дети должны покопать лопатками и найти закопанный предмет. (Очень хорошо играть в эту игру на пляже. Только нужно будет очертить территорию для поисков).

### **Теннис с воздушным шариком.**

Возьмите ракетки бадминтона или тенниса. Надуйте шарик и используйте его вместо теннисного мячика или волана. Воздушный шарик летит долго, а у ребенка есть время немного подумать, куда бежать и отбить шар.

### **Наматывание веревки.**

В эту игру смогут играть только двое. Если больше желающих, то можно играть поочередно с победителем, а остальные – болельщики. Возьмите две одинаковые ветки или палки и веревку подлиннее (3 и больше метра). Привязываем по ветке или палке к каждому концу веревки . Посередине этой веревки привязываем флажок или делаем узелок. Каждый участник берет по палке, отходит настолько, чтобы сама веревка хорошо натянулась. Так, по сигналу дети начинают наматывать веревку на свою палку. Кто быстрее всего дойдет до узелка или флажка – победитель!

### **Светофорчики.**

После того как будет выбран водящий, все встают по одну сторону от него на расстоянии пяти шагов. Водящий отворачивается от игроков и называет любой цвет. Участники должны найти в своей одежде этот цвет, и держась за него, могут свободно перейти на другую сторону. У того, кого нет этого цвета, должен перебежать на противоположную сторону, чтобы его не поймали. Кого поймают, становится водящим.

### **Дедушка Водяной.**

Все встают в круг и ходят вокруг, водящего с закрытыми или завязанными глазами: «Дедушка Водяной, что сидишь ты под водой! Выйди на минуточку! Поиграем в шуточку!» После чего Водяной встает и выбирает наугад любого игрока, трогает и пытается угадать - кто это. Если угадал, то угаданный становится «Водяным».

### **Удочка.**

Участники встают в круг. Ведущий в центре крутит скакалку, которая должна проходить под ногами игроков. Кто заденет веревку, временно выбывает из игры. Выигрывают те, кто ни разу не задел веревку.

### **Сделай фигуру.**

Дети бегают, прыгают по всей площадке, а один ребенок (*судья*) - стоит в стороне. По сигналу воспитателя «*Раз, два, три - замри!*» все дети останавливаются и делают «*фигуру*». Судья осматривает все «*фигуры*», выбирает ту, которая ему нравится, и этот ребенок становится судьей. Играющие останавливаются по сигналу и каждый раз изображают новую «*фигуру*». Судья, выбирая «*фигуру*», должен оценивать красиво и точно выполненное движение.

### **Ручеек.**

Количество участников - нечетное. Дети становятся в ряд парами, берутся за руки и поднимают руки над головой. Получается «*коридор*». Оставшийся участник, хватая за руку любого человека, стоящего в паре, пробегает с ним по «*коридору*», и они вместе становятся в начале. Участник, оставшийся без пары, в свою очередь проделывает то же самое. В течение игры у каждого участника должен поменяться партнер.

### **Коршун и клуша.**

Выбираются двое водящих: «*коршун*» и «*клуша*». Остальные играющие становятся цыплятами. Они выстраиваются в колонну по одному за «*клушей*» и крепко держатся друг за друга. «*Коршуну*» нужно утащить «*цыпленка*», а «*клуша*», разведя руки в стороны, защищает свое потомство. Тот, кого коршун поймает, становится водящим.

## **Медведь на бору.**

Выбирается водящий - медведь, он становится в угол площадки - берлогу. Остальные играющие - дети. Они становятся на другой стороне площадки в своем доме. Пространство между детьми и медведем – бор. Дети идут в бор за грибами и ягодами, постепенно приближаясь к медведю. Во время сбора даров дети дружно говорят:

У медведя на бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь сидит,

И на нас рычит.

Только после последних слов медведь, который притворялся спящим, просыпается и бежит к детям, а они быстро разбегаются в разные стороны от медведя. Задача последнего - поймать кого-нибудь из детей. Пойманный, становится медведем и идет в берлогу.

На самом деле вариантов летних игр с детьми очень много, просто подключите свою фантазию, и каждый день лета будет праздником для вас и ваших детей.