

## **Консультация для родителей «Детские игры во дворе»**

Многие родители проявляют большую заинтересованность в том, чтобы дети росли здоровыми, меньше болели, стремились вести здоровый образ жизни. Поэтому они стремятся проводить с детьми свободное время, организовывая активный семейный отдых.

Но для организации активного отдыха родителям нужно знать подвижные игры, познакомиться с содержанием и правилами их проведения.

Место для игр выбирают в стороне от проезжей части, чтобы исключить неожиданное появление машины вблизи играющих. Очень хорошо использовать травяную или плотно утрамбованную земляную полянку, игровые и спортивные площадки в парках. В зимнее время хорошо ограничить площадки снежными валиками. Наиболее удачны площадки, имеющие физкультурное оборудование.

Дети, особенно младшего возраста, играя, нуждаются в помощи взрослых. Малышу легче овладеть движениями, играя со взрослым, который учит его ловить и бросать мяч, пролезать через обруч и т.п. При этом необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка, степень двигательной активности, уровень двигательных умений.

Во дворах дети нередко объединяются по разному возрасту: живущие в одном подъезде, часто встречающиеся, вместе посещающие детский сад. В таких объединениях более старшие ребята на основании собственного опыта знают правила многих игр, умеют использовать оборудование детской площадки, а за ними так пытаются делать и малыши. Это обогащает всех детей: младшие перенимают игровой опыт старших, усваивают правила, двигательные умения. Дети постарше привыкают заботиться о младших, предостерегать от опасностей.

Чаще всего дети играют в «магазин», «детский сад», «больницу», «стройку». В этих играх отражается уровень знаний об окружающем мире, их интересы. Сюжеты этих игр можно успешно дополнять действиями в целях физической нагрузки, логически связанной с тематикой игры: пролезть под дугой перед входом в детский сад, перешагнуть через палочку перед магазином и т.п. Особенно привлекательны для детей подвижные игры с большой физической и эмоциональной нагрузкой,

элементами соревнования (бег наперегонки, длительными прыжками и пр.) Такая деятельность должна находиться под контролем взрослых. Следует помнить, что вызываемые в процессе игры физические напряжения не должны превышать реальных возможностей дошкольников, физическая нагрузка должна соответствовать возрасту и состоянию здоровья ребенка.

Разыгравшихся детей иногда трудно остановить. Требования взрослого остановить игру часто вызывает негативную ответную реакцию. Ребенок капризничает, не подчиняется, у него пропадает жизнерадостное настроение. Чтобы такое состояние не наступило, родители должны следить за самочувствием ребенка, вовремя переключить на другую, более спокойную деятельность.

Однако, не нужна и другая крайность – постоянное вмешательство в игровую деятельность детей. Надо приучать их к самостоятельности, воспитывать умения совместно организовывать совместные игры, договариваться о правилах, месте игры, знакомить с играми, в которых участвуют несколько человек, причем каждый действует активно, выполняя какую – либо роль.

У детей разного возраста пользуются успехом игры – упражнения с индивидуальными физкультурными пособиями: обручами, мячами разных размеров. Старшие дошкольники, имеющие определенный двигательный опыт, самостоятельно играют, организуют соревнования, а малышам способы действий должны показать взрослые, первое время поиграть с ними.

### *Игры с обручем*

- **Догони обруч.** Обруч поставить на землю ободом, энергично оттолкнуть и догнать.
- **Пролезь в обруч.** Движения выполнять разными способами: сверху, снизу, боком, поставив на землю.
- **Не опоздай.** Обручи разложены на земле по кругу. Одного не хватает. Дети бегут по кругу, меняя положение рук или способ бега. По сигналу быстро встают в обручи. Оставшиеся без места считаются проигравшими.

### *Игры с мячом*

- **Лови – бросай.** Дети стоят по кругу, взрослый в центре. Он перебрасывает мяч и ловит обратно, говоря: «Лови, бросай, упасть не давай». Расстояние постепенно увеличивается до 1 – 2 метров.

- **Кто дальше?** Дети бросают мяч, находясь на линии. Побеждает тот, чей мяч улетит дальше.
- **Кто скорее дойдет?** Играющие, ударяя мячом о землю, продвигаются вперед шагом или бегом. Выигрывает тот, кто раньше дойдет до противоположной стороны, не уронив мяча.
- **Попади в ворота.** Дети распределяются парами и встают на расстоянии 4-6 шагов друг от друга. Между каждой парой устанавливаются ворота из кубиков, кеглей. Каждая пара катает мяч через эти ворота.
- **Подбрось – поймай.** Играющие распределяются по парам. Один подбрасывает и ловит мяч, другой считает, сколько раз удалось его бросить и поймать. Потом играющие меняются ролями.

### ***Игры - эстафеты***

Детям можно предложить интересные игры – эстафеты. Для этого сначала нужно распределиться на команды, выбрать капитанов. Команды выстраиваются параллельные колонны, перед стартовой линией. От этой линии на расстоянии 10 – 12 метров проводится вторая линия. Содержание игр – эстафет зависит от возрастных возможностей, уровня подготовки детей, наличия спортивного инвентаря.

### ***Игры под навесом***

В ненастную погоду хорошо организовать игры под навесом. Это поможет продлить время пребывания детей на воздухе, закалит организм, приучит самостоятельно организовывать игры на небольшом пространстве. Для этого пригодны игры малой подвижности. Это игры типа «Повтори за мной», «Угадай, кто ушел?», «Угадай, что делали?», «Что изменилось?», «Море волнуется».