

«Подвижные игры в семье»



Как известно, ведущий вид деятельности детей дошкольного возраста - игра, потому, что, именно игра вызывает качественные изменения в психике. Именно поэтому с помощью игр можно решить все педагогические задачи : образовательные(формируются и закрепляются различные умения), развивающие(развитие воображения, речи, основных физических качеств, памяти, самостоятельности) , воспитательные (воспитываются навыки общения, волевые качества личности, культуру поведения).

Игра – это вид деятельности, заключающийся в воспроизведении детьми действий взрослых и отношений между ними, в особой условной форме.

Совместные с родителями подвижные игры приносят радость общения и способствуют укреплению здоровья детей и родителей. Дети любят подражать своим родителям и стремятся посоревноваться с ними. Родители лучше знают индивидуальные возможности ребенка и могут подобрать соответствующую игру.

Предлагаю вам воспользоваться советами, для проведения подвижных игр с детьми:

- Игра должна быть безопасной для здоровья детей;
- Игра требует чувства меры и не должна унижать достоинства играющих;
- Не прерывайте и не критикуйте, только похвала!
- Будьте интересными, вносите в игру новые, развивающие и обучающие элементы;
- Не ждите от ребёнка быстрых и замечательных результатов, не торопите ребёнка. Будьте терпимы;
- Используйте для подвижной игры различный инвентарь;
- Приобретите для ребенка спортивный инвентарь, который тренирует основные физические качества и покажите ребёнку как его использовать (мячи различных размеров, диск здоровья, обруч, скакалку, гимнастическую палку, мишени для метания, настольные спортивные игры).

Игры для детей младшей и средней возрастных групп.

«Зоологические забеги»

Кенгуру с детёнышем.

Для начала игры напоминаем или рассказываем ребёнку про кенгуру.

Для игры понадобится: сумка или мешочек, мячи, верёвка.

Сумка привязывается участнику верёвкой на уровне пояса-имитируя сумку кенгуру. По команде участники кладут в свои сумки по мячу-«детёныш» и прыжками на двух ногах преодолевают дистанцию. Придерживать мяч руками нельзя! Важно что бы «малыш» не выпал из сумки.

Зайки-прыгуны

Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед по прямой до кубика. Дистанция 2,5м. Игра будет интереснее если сделать маски зайчиков.

Поймай комара.

На конец небольшого прута или палочки привязывают шнурок (или веревку) и к нему прикрепляют вырезанного из картона комара. Взрослый вращает прут над головой ребенка. Ребенок подпрыгивает на двух ногах, стараясь дотронуться до комара – поймать его.

Раки

Спасаясь от опасности, рак передвигается задом наперёд, бежит очень быстро хвостом вперёд и держит при этом свои клешни готовыми к обороне.

В эстафете участникам предстоит передвигаться на четвереньках задом наперёд, подражая действиям рака.

Шуточная олимпиада.

Стрельба из лука.

Мишень –ведро устанавливается на 2м дальше финиша. Ну а луком будет обыкновенный лук, то есть репчатый.

Луковицы берутся по количеству участников, в конце подсчитываются очки-луковицы.

Бадминтон.

Игроки несут на ракетке воздушные шарики, от линии старта до финиша.

Прокати и сбей.

На расстоянии 2м. от играющих ставятся кегля либо другие цели. Кто больше целей собьёт.

Игры для детей старшего возраста.

«Зоологические забеги»

Рыбак и рыбки.

Взрослый-рыбак, вращает скакалку по полу, ребёнок-рыбка, должен её перепрыгнуть что бы не попасться.

Кенгуру с детёнышем.

Для начала игры напоминаем или рассказываем ребёнку про кенгуру.

Для игры понадобится: сумка или мешочек, мячи, верёвка.

Сумка привязывается участнику верёвкой на уровне пояса-имитируя сумку кенгуру. По команде участники кладут в свои сумки по мячу-«детёныш» и прыжками на двух ногах преодолевают дистанцию. Придерживать мяч руками нельзя! Важно что бы «малыш» не выпал из сумки.

«Пингвины»

Взрослый предлагает ребенку зажать мешочек между коленями и прыгнуть на двух ногах, продвигаясь вперед, как пингвины (дистанция 2 м).

Шуточная олимпиада.

Закати мяч головой.

Игроки передвигаются на четвереньках и толкают головой мяч не касаясь руками в другой конец комнаты. Выигрывает тот, кто первым прикатил мяч.

Бег на коньках.

Коньки заменяются обувью большого размера. В них поневоле приходится «скользить», то есть бежать, шаркая обувью по полу.

Опусти хвост в бутылку.

Каждого игрока обвязывают верёвкой вокруг пояса, так что бы её кончик свисал со спины, как хвост. К нему привязывают карандаш, которым надо попасть в горлышко бутылки стоящей позади игрока. Выигрывает тот, кто сделает это раньше.

Сказочные эстафеты.

Баба – яга.

В качестве ступы-ведро, а в качестве метлы-веник или швабра. Участник встаёт одной ногой в ведро, другая остаётся на земле. Одной рукой он держит ведро за ручку, а в другой держит веник. В таком положении преодолеть дистанцию.

Ядро барона Мюнхаузена.

Ядром будет воздушный шарик (на нём можно написать «ядро»). В таком положении надо пройти всю дистанцию, кто быстрее. Участникам надо о седлать ядро, зажав его между коленями, не держа руками. По сигналу преодолеть путь до финиша и обратно. Не забывайте, что при неосторожном обращении ядра взрываются.

Конёк-Горбунок.

Каждый участник будет изображать Конька-Горбунока. Участник сгибается в поясе, берёт подушку и кладёт себе на спину. Во время скачки Конёк-Горбунок преодолевает препятствия, например небольшие коробки. Каждую нужно перешагнуть не теряя подушки со спины.

Приятного вам, семейного, весёлого и спортивного досуга!

