

## **Консультация для родителей «Подвижные игры с детьми раннего возраста на прогулке»**

Игры с родителями – это неотъемлемая часть развития детей. Это и укрепление здоровья, и хорошее настроение. Совместные игры сближают родителей и детей. Ваш ребенок придет в восторг, когда увидит серьезного папу, весело играющего в мяч. Для дошкольника «игра – единственный способ освободиться от роли ребенка, оставаясь ребенком». Для взрослого – «единственный способ стать снова ребенком, оставаясь взрослым».

Подвижные игры занимают большое место в жизни маленького ребенка. В них детям приходится проделывать разнообразные движения: ходить в разных условиях, бегать, прыгать, бросать, лазать. Выполняя данные движения, малыши обогащают свой двигательный опыт, учатся ориентироваться в пространстве. У них развиваются такие физические качества, как ловкость, быстрота, выносливость. Благодаря разнообразию движений в играх весь организм ребенка вовлекается в работу: учащается сердцебиение, углубляется дыхание, усиливается обмен веществ, что в целом оздоровливает его.

В играх детям приходится согласовывать свои движения с движениями других детей, выполнять несложные правила, например, выполнять движения в соответствии с текстом игры, убегать только после определенных слов. Это дисциплинирует малышей, воспитывает выдержку, внимание.

Продолжительность подвижных игр ориентировочно может быть от 5—8 минут (*второй год жизни*) до 10—15 минут (*третий год жизни*). Количество повторов — 3—5 раз с учетом возраста, уровня здоровья, характера двигательных заданий, настроения детей. Одна и та же подвижная игра может повторяться до тех пор, пока малыши не освоят ее.

Игры можно усложнять. *Например*, в игре с одним и тем же сюжетом одному ребенку предлагается просто пройти к кукле по дорожке, а другому — по дорожке с перешагиванием через предметы, одному ребенку прыгать через ручеек, расстояние которого 10—15 см, для другого же малыша это расстояние составит 15—25 см.

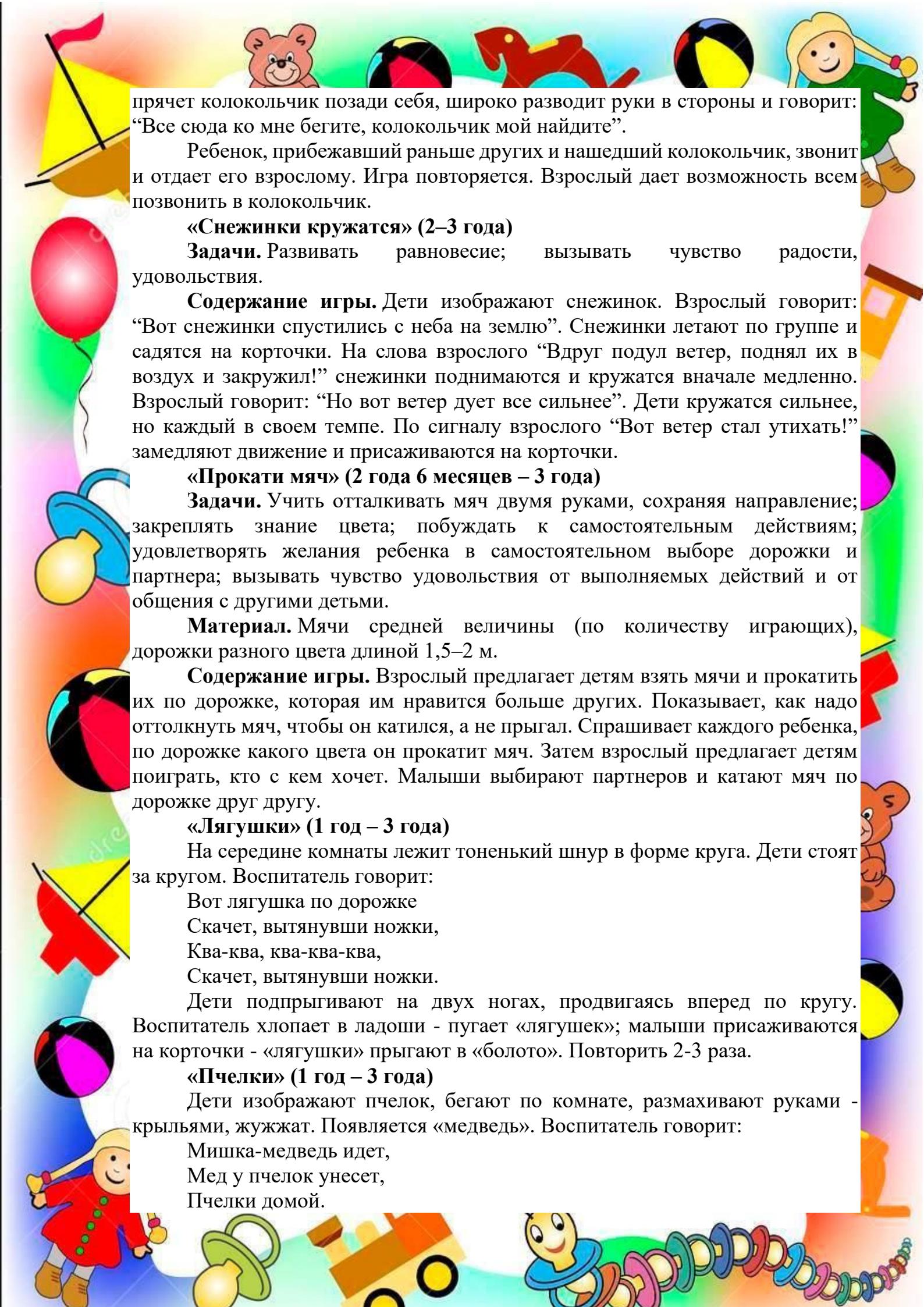
Наиболее целесообразно проводить подвижные игры на свежем воздухе.

### **Игры для детей раннего возраста**

#### **«Колокольчик» (1 год 6 месяцев – 2 года)**

**Задачи.** Учить ориентироваться в пространстве; развивать умение бегать в разных направлениях; вызывать чувство радости от совместных действий.

**Содержание игры.** Взрослый привлекает внимание детей звучанием колокольчика, показывает его, звенит им и быстро прячет за спину (повторяет это несколько раз). Ребенок может приговаривать: “Динь-динь”. Затем взрослый бежит в противоположную сторону, звяня колокольчиком и напевая: “Я бегу, бегу, бегу, в колокольчик я звеню”. Добежав до противоположной стороны комнаты, взрослый быстро поворачивается, садится на корточки,



прячет колокольчик позади себя, широко разводит руки в стороны и говорит: “Все сюда ко мне бегите, колокольчик мой найдите”.

Ребенок, прибежавший раньше других и нашедший колокольчик, звонит и отдает его взрослому. Игра повторяется. Взрослый дает возможность всем позвонить в колокольчик.

### «Снежинки кружатся» (2–3 года)

**Задачи.** Развивать равновесие; вызывать чувство радости, удовольствия.

**Содержание игры.** Дети изображают снежинок. Взрослый говорит: “Вот снежинки спустились с неба на землю”. Снежинки летают по группе и садятся на корточки. На слова взрослого “Вдруг подул ветер, поднял их в воздух и закружили!” снежинки поднимаются и кружатся вначале медленно. Взрослый говорит: “Но вот ветер дует все сильнее”. Дети кружатся сильнее, но каждый в своем темпе. По сигналу взрослого “Вот ветер стал утихать!” замедляют движение и присаживаются на корточки.

### «Прокати мяч» (2 года 6 месяцев – 3 года)

**Задачи.** Учить отталкивать мяч двумя руками, сохраняя направление; закреплять знание цвета; побуждать к самостоятельным действиям; удовлетворять желания ребенка в самостоятельном выборе дорожки и партнера; вызывать чувство удовольствия от выполняемых действий и от общения с другими детьми.

**Материал.** Мячи средней величины (по количеству играющих), дорожки разного цвета длиной 1,5–2 м.

**Содержание игры.** Взрослый предлагает детям взять мячи и прокатить их по дорожке, которая им нравится больше других. Показывает, как надо оттолкнуть мяч, чтобы он катился, а не прыгал. Спрашивает каждого ребенка, по дорожке какого цвета он прокатит мяч. Затем взрослый предлагает детям поиграть, кто с кем хочет. Малыши выбирают партнеров и катают мяч по дорожке друг другу.

### «Лягушки» (1 год – 3 года)

На середине комнаты лежит тоненький шнур в форме круга. Дети стоят за кругом. Воспитатель говорит:

Вот лягушка по дорожке  
Скачет, вытянувши ножки,  
Ква-ква, ква-ква-ква,  
Скачет, вытянувши ножки.

Дети подпрыгивают на двух ногах, продвигаясь вперед по кругу. Воспитатель хлопает в ладоши – пугает «лягушек»; малыши присаживаются на корточки – «лягушки» прыгают в «болото». Повторить 2–3 раза.

### «Пчелки» (1 год – 3 года)

Дети изображают пчелок, бегают по комнате, размахивают руками – крыльями, жужжат. Появляется «медведь». Воспитатель говорит:

Мишка-медведь идет,  
Мед у пчелок унесет,  
Пчелки домой.



«Пчелки» летят в угол - улей. «Медведь» идет туда же. «Пчелки» говорят:

Этот улей - домик наш  
Уходи, медведь, от нас,  
Ж-ж-ж-ж-ж.

Машут крыльями, прогоняют медведя. Улетают от него, бегая по комнате. «Медведь» ловит их.

### **Подвижная игра «Воробы»**

Ребенок прыгает на месте на обеих ногах и с места вперед и назад. Взрослый вначале держит ребенка под мышки, а позже за плечи, лицом к себе. Освоив этот способ, держите ребенка только за одну руку и прыгайте вместе с ним. Лазанье следует активно использовать в своих занятиях и подвижных играх, так как оно благотворно воздействует на подвижность позвоночника, укрепляет мышцы рук, ног и туловища, стимулирует деятельность внутренних органов. Дети любят лазать, особенно вверх, поскольку именно таким путем они удовлетворяют свою потребность в движении. Родители должны стремиться к тому, чтобы ребенок вместо ползания на коленках, которое чрезмерно отягощает чувствительные коленные суставы, быстрее начал ползать на четвереньках, опираясь на кисти и ступни.

### **Подвижная игра «Кошечка крадется»**

Ребенок ползает на четвереньках. Потом он останавливается и поворачивает голову (кошечка оглядывается), затем наклоняет голову к земле (кошечка пьет). Упражнение выполняется только на гигиенической подстилке.

### **Подвижная игра «Змей ползет»**

Взрослый укрепляет веревку в горизонтальном положении низко над землей и побуждает ребенка проползти под ней на животе.

### **Подвижная игра «Мишка»**

Ребенок лазет (со страховкой) по наклонной лестнице, наклонной доске, по лавочке и т. п. Взрослый при этом приговаривает: «Лазет, лазет мишка со ступеньки на ступеньку. Лазет, лазет мишка - вот и влез высоко». Метанию ребенок сможет легко научиться в игре. Цель - обучить детей сразу же метать правильно - вперед-вверх, чтобы потом не пришлось отучать их от привычки метать предмет снизу или сбоку. Сначала научите ребенка метать легкие предметы достаточно высоко. Чтобы помочь ребенку, натяните над его головой веревку и попросите перебросить мячик через нее. Покажите ребенку несколько раз правильный замах для броска. Поймать мяч с лёта для ребенка в возрасте до 3 лет - слишком сложная задача. Поэтому достаточно того, что ребенок научится правильным замахом метать предмет и катать его в заданном направлении.

Развивающий эффект от игр невозможен без участия **родителей**. Чем младше ребенок, тем активнее взрослые должны включаться в игровой процесс. Именно мама с папой являются главными партнерами маленьких детишек, инициируя игры или поддерживая инициативу малышей.

А как часто встречается такая ситуация, **родители**, когда выходят на прогулку со своими детьми, отпускают их бегать, прыгать и заниматься тем,

что им нравиться. А ведь ребёнок даже на улице нуждается во внимании. Знакомая ситуация, когда ребёнок подходит и говорит: «Мам, пап пошли поиграем», а в ответ слышит «Я занят (а, мне некогда, я устал». Это неправильно, так как первая мысль у ребёнка возникает, что он совсем не интересен им. **Родителям** следует уделять внимание своему ребёнку для игр хотя бы полчаса, и ребёнок осталное время будет счастливо играть сам.

Главная цель нас взрослых - расширить для ребенка окружающий мир, помочь реализовать сегодняшние возможности и создать условия для дальнейшего развития.

Игра – замечательный способ пообщаться с ребенком, лишний раз продемонстрировать ему свою любовь. Не секрет, что детские воспоминания накладывают глубокий отпечаток на всю дальнейшую жизнь человека. Каждая семья может сделать эти воспоминания теплыми и добрыми!

