

## Консультация для родителей «Игры на прогулке – летом!»

Лето – удивительная пора, когда целый день можно гулять на свежем воздухе. Игры с родителями – это неотъемлемая часть развития детей. Это и укрепление здоровья, и хорошее настроение. Совместные игры сближают родителей и детей.

Отправляясь на отдых с детьми, не забывайте взять с собой необходимые атрибуты для игры, это могут быть мячи, ракетки, а также многое другое, на что хватит выдумки.

Игры развивают самостоятельность, активность, инициативу, творчество, позволяют освоить новые движения: прыжки, бег, ходьбу, помогают ребёнку расширить свои представления об окружающем мире.

Для развития у детей слухового внимания, изучения основных цветов я предлагаю поиграть в игру: **«Воробушки и автомобиль»**. Для неё вам понадобятся разноцветные рули. Можно взять игрушечные или вырезать из картона. Скажите детям:

Посмотрите, какой у меня руль (*круглый, синий и т. д.*) Я буду автомобилем, а вы воробушками. Воробушки будут летать по площадке, а когда я скажу **«автомобиль»** - разбегутся.

*Прилетели птички,  
Птички – невелички,  
Весело скакали,  
Зёрнышки клевали.*

Дети в соответствии со словами выполняют движения: **«летают»**, **«клюют»**. По сигналу дети разбегаются. Роль автомобиля могут выполнять двое детей с рулями разного цвета.

### Игра «Догони мяч»

Если у вас на отдыхе оказалось два мяча, можно поиграть в эту игру. Правила очень просты. Игроки передают по команде мяч друг другу, стараясь, чтобы один мяч не догнал другой.

На полянке можно поиграть и поупражняться, используя элементы бега, прыжки, лазание. Например:

- побегать друг за другом между деревьями **«змейкой»**;
- по тропинке бежать быстро и очень тихо, чтобы не было слышно хруста веток под ногами;
- пробежать или проползти под низко растущими ветками деревьев, стараясь не задеть их;
- побегать между деревьями в различных направлениях;
- побегать или попрыгать по горке вверх и вниз.



### Игра: «Поезд»

Эта игра поможет обучить детей подражать звукам, действовать по сигналу, выполнять ходьбу и бег в разном темпе, согласуя движения.

Объясните малышам:

- Сегодня мы с вами поиграем в «Поезд». Я буду паровозик, а вы - вагончики. Составим длинный поезд (помогите детям «сцепить» вагончики, положив руку на плечо впереди стоящего). Все вагончики едут, стараясь не расцепиться, пока я не скажу: «остановка». А чтобы было веселее, будем вместе петь:

*Чу – чу – чу, чу – чу – чу (медленное движение,  
Далеко я укачу,  
Чух – чух – чух – чух (дети должны бежать друг за другом,  
Мчится поезд во весь дух.*

По сигналу «остановка» дети останавливаются и разбегаются в разные стороны, по сигналу «поехали!» снова начинают двигаться. При повторной игре на роль паровоза назначается ребёнок.

### Игра: «По ровненькой дорожке»

Эта игра учит ребят ходить по прямой линии, высоко поднимая колени. Выложите дорожку из двух шнуров и скажите малышам:

- Ровненькая дорожка. Идите за ней друг за другом ровно, дружно.

Дети идут в ритме читаемого стихотворения:

*По ровненькой дорожке,  
По ровненькой дорожке  
Шагали наши ножки –  
Топ – топ – топ.  
Шагали наши ножки,  
Устали наши ножки,  
Устали, отдыхают,  
Стоп!*

Дети останавливаются и присаживаются на корточки. Можете предложить им на слово - «стоп» хлопнуть в ладоши, а потом присесть.

### Игра: «Солнечные зайчики»

Эта игра поможет научиться ориентироваться в пространстве, зрительно сосредотачиваться, бегать, не наталкиваясь друг на друга.

В солнечную погоду покажите детям зеркальце и предложите поймать солнечный лучик, поиграть с ним:

*Солнечные зайчики  
Играют на стене.  
Помани их пальчиком –  
Пусть бегут ко мне!*







### Объясните малышам:

Составим длинный поезд (помогите детям «сцепить» вагончики, положив руку на плечо впереди стоящего). Все вагончики едут, стараясь не расцепиться, пока я не скажу: «остановка». А чтобы было веселее, будем вместе петь:

Далеко я укачу,

*Мчится поезд во весь дух.*

По сигналу «остановка» дети останавливаются и разбегаются в разные стороны, по сигналу «поехали!» снова начинают двигаться. При повторной игре на роль паровоза назначается ребёнок.

Эта игра учит ребят ходить по прямой линии, высоко поднимая колени. Выложите дорожку из двух шнуров и скажите малышам:

- Ровненькая дорожка. Идите за ней друг за другом ровно, дружно.

Дети идут в ритме читаемого стихотворения:

По ровненькой дорожке,

*По ровненькой дорожке*

*Шагали наши ножски —*

*Ton – mon – mon.*

*Шагали наши ножки,*

*Устали наши ножки,*

*Устали, отдыхают.*

*Cmon!*

Дети останавливаются и присаживаются на корточки. Можете предложить им на слово - «*stop*» хлопнуть в ладоши, а потом присесть.

Эта игра поможет научиться ориентироваться в пространстве, зрительно сосредотачиваться, бегать, не наталкиваясь друг на друга.

В солнечную погоду покажите детям зеркальце и предложите поймать солнечный лучик, поиграть с ним:


# Солнечные зайчики

*Играют на стене.*

*Помани их пальчиком –*

*Пусть бегут ко мне!*





Пусть дети пытаются повторить слова и пробуют поймать зайчика. В процессе игры задавайте вопросы: «Где зайчик?», «Куда он побежал?» (вверх, вниз, вперёд, назад, в сторону, быстро, медленно и т. д).

### **Игра: «Зайка беленький сидит»**

Эта игра очень нравится детям. В процессе которой малыши учатся выполнять движения в соответствии с текстом песенки, развивают зрительные и слуховые реакции, сопереживают попавшим в беду.

Возьмите игрушку – зайчика и расскажите детям:

- Зайчик попал под дождь и замёрз на улице, я принесла его к вам погреться и поиграть.

Далее произносите текст, дети при этом должны вместе с вами выполнять соответствующие движения.

*Зайка беленький сидит (присаживайтесь на корточки)*

*Ушами шевелит (покачивайте головой, руки согнуты в локтях).*

*Вот так, вот так*

*Он ушами шевелит.*

*Зайке холодно сидеть,*

*Надо лапочки погреть (хлопайте в ладоши) –*

*Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп!*

*Надо лапочки погреть.*

*Зайке холодно стоять,*

*Надо зайке поскакать (прыгайте на двух ногах на месте) –*

*Скок – скок, скок – скок!*

*Надо зайке поскакать.*

*Кто – то зайку испугал.*

*Зайка прыг... и ускакал (хлопайте в ладоши, дети должны разбежаться в разные стороны).*

От имени зайки поблагодарите детей.

Мамам и папам на заметку!

В солнечную погоду во избежание перегрева проводите подвижные игры ранним утром или вечером, когда температура воздуха снижается.

Не играйте активно непосредственно перед дневным сном – ребёнку трудно будет уснуть.

Старайтесь активные игры чередовать со спокойными играми. Не забывайте делать «рекламную паузу» для себя и малыша.

**Желаю вам успехов в воспитании здоровых и счастливых детей  
инструктор по физической культуре: Фищенкова А.В.**