

Подвижные игры зимой для родителей с детьми младшего дошкольного возраста.

Цель: оформление картотеки подвижных игр зимой для родителей с детьми.

Задачи:

- познакомить родителей с подвижными играми зимой совместно с детьми;
- способствовать сплочению и взаимопониманию между родителями и детьми в процессе совместных подвижных игр;
- вызывать чувства радости от совместных игр родителей с детьми.

Чудесное, волшебное время года - зима. Зимой все люди планеты отмечают самые светлые, радостные и таинственные праздники - Новый год и Рождество. Нарядно украшенная елка, запах хвои и мандаринов, Дед Мороз и Снегурочка, ожидание чего-то чудесного и неповторимого сопровождает зимние дни. Эти необычные, замечательные праздники дают удивительную возможность изменить на время всю жизнь: выбрать роль и поиграть, пошалить, освободиться от привычного, загадать любое, пусть даже несбыточное желание и верить, что Дед Мороз обязательно его исполнит.

Главная задача каждой семьи – вырастить здорового, закалённого, жизнерадостного, сильного и ловкого ребёнка. Для этого необходимо воспитывать у малыша потребность ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, регулярно заниматься физической культурой: играть в подвижные игры в помещении и на прогулке, бегать, прыгать, играть с мячом, кататься на санках, лыжах и т.д.

Особенную ценность имеют игры и упражнения, в которых дети играют и занимаются вместе с родителями. Их личный пример повышает интерес детей к двигательной деятельности, благотворно влияет на воспитание в детях потребности в занятиях физической культурой и спортом.

Вашему вниманию представлены разнообразные подвижные игры на свежем воздухе в зимний период года для родителей с детьми. Это и забавные игры в сопровождении весёлых стихов, игры со снежками, со снежной бабой и снеговиком; скольжение по ледяным дорожкам, игры с бегом, метанием, прыжками и т.д. В предложенных играх у детей развивается ловкость, быстрота, выносливость, чувство координации, равновесия, ориентировка в пространстве.

При организации подвижных игр взрослым рекомендуется осуществлять индивидуальный подход к ребёнку. Нудно учитывать особенности физического развития малыша, его настроение, состояние здоровья в данный момент, желание играть в ту или иную игру. Необходимо чаще хвалить и подбадривать ребёнка, чтобы вселить в него уверенность в собственных силах, отмечать добросовестность и старательность.

“Пришла снежная зима”

Мама (или папа) с ребёнком становятся друг напротив друга на небольшом расстоянии. Мама читает стихотворение, выполняя движения, которые ребёнок повторяет за ней.

Пришла снежная зима,

Наступили холода.

(Хлопают в ладоши)

Выпал беленький снежок,
Разгулялся ветерок.
(Потряхивают кистями рук, держа кисти рук на уровне груди)
Нам пора идти гулять.
Значит, надо надевать
(Выполняют “пружинку”, руки на пояс)
Тёплые валенки
На ножки маленькие.
(Выполняют два наклона вперёд, при наклоне руки на колени.)
По снежочку топ-топ-топ,
(Топают ногами, руки вниз)
Ручками хлоп-хлоп-хлоп.
(Хлопают в ладоши)
По снегу ножки маленькие
Гуляют в тёплых валенках.
(Выполняют наклоны вправо-влево, руки на пояс)

“А я по лесу пойду”

Инвентарь: ”цветная” вода в пластиковой бутылке.

На площадке на снегу цветной водой обозначается линия длиной 1.5-2 м, за которой становится ребёнок, это его дом. Напротив линии на расстоянии 2.5-3 м также цветной водой обозначается кружок – это берлога, в которой спит медведь, роль которого исполняет мама (или папа). Мама объясняет ребёнку, что он сейчас пойдёт в лес, чтобы срубить к Новому году ёлочку. Взрослый произносит:

А я по лесу пойду,
Ёлочку себе найду.
Вдруг топор я уронил
И медведя разбудил!
Ну-ка, Толик, не зевай,
От медведя убегай!

Во время произнесения мамой текста стихотворения ребёнок маленькими шагами на цыпочках идёт в сторону спящего медведя, делает вид, что выбирает себе ёлочку. Когда мама произнесёт последнее слово заклички, она выходит из кружка – “медведь выходит из берлоги” и бежит за ребёнком, делая вид, что хочет поймать его. Ребёнок убегает за линию.

“Хоровод вокруг снежной бабы”

Инвентарь: снежная баба (высота 80-100см)

Перед игрой на площадке мама (или папа) с ребёнком лепят и устанавливают снежную бабу, после этого они берутся за руки и начинают двигаться вокруг неё.

Одновременно с этим мама читает стишок:

Скоро праздник новогодний,
Вокруг бабы мы идём,
И как лёгкие снежинки

Мы летаем и поём.
Ла-ла-ла, тук-тук-тук!
Ла-ла-ла, тук-тук-тук!

На слова “ла-ла-ла” играющие кружатся на месте, на слова “тук-тук-тук” топают ногами и хлопают в ладоши.

“Найди змейку”

Инвентарь: фигурка зайца из резины или пластмассы (высота 10-15 см)
Мама (или папа) незаметно прячет фигурку зайца на игровой площадке. Взрослый с ребёнком становятся на расстоянии 2-3 метра от неё. Мама просит:

Зайка серенький бежал
И немножечко устал.
Забегал он за кусток и молчок!
Ну-ка, Машенька, иди,
Зайку ты скорей найди!

Ребёнок идёт искать игрушку. Мама помогает ему, указывая ориентиры (дерево, песочница, забор, горка и т.д.) Когда малыш найдёт зайца, он приносит его маме.

“По снежному мостику”

Инвентарь: снежный вал (высота 20-25 см, длина 2-3 м), детская лопата и лопата для взрослого.

На площадке мама (или папа) вместе ребёнком с помощью лопат сооружают невысокий снежный вал. Когда вал будет сделан, мама с ребёнком друг за другом поднимаются на него и проходят по валу до конца, стараясь сохранить равновесие. Дойдя до конца вала, спрыгивают с него и возвращаются назад, чтобы пройти по валу ещё раз.

Примечание

1. Если ребёнок не уверен в своих силах, тогда мама проходит первой по снежному валу, возвращается и помогает ребенку пройти по нему, придерживая его за руку. Торопить ребёнка не рекомендуется.

2. При прохождении ребёнка по валу можно использовать стишок:

Я по мостику иду,
Ни за что не упаду.
Я сильный и смелый,
Ловкий и умелый!

“Разбегись и прокатись”

На площадке очищается от снега ледяная дорожка длиной 1.5-2 метра. После чего ребёнку предлагается не спеша пройти по ледяной дорожке, Удерживая равновесие. Затем мама показывает, как нужно разбежаться и прокатиться по дорожке, вслед за ней упражнение повторяет ребёнок.

Примечание.

Сначала ребёнка необходимо придерживать за руку в целях его безопасности. По мере

освоения техники катания малыш может выполнять упражнение самостоятельно.

“Попади снежком в кружок”

Инвентарь: цветная вода в пластиковой бутылке, 6-8 снежков.

На игровой площадке цветной водой на снегу обозначается большой круг (диаметром 1-1.5 м). Мама с ребенком становятся на расстоянии 1-2 метра от круга на небольшом расстоянии друг от друга. У ног каждого игрока кладётся по 3-5 снежков.

Мама произносит:

Дружок, бери рукой снежок!

Кидай снежок скорей в кружок!

Игроки берут по одному снежку и бросают их вперёд, стараясь попасть в круг, затем они выполняют броски в цель ещё несколько раз.

Примечание.

Мама по своему усмотрению может увеличивать или уменьшать расстояние, с которого игроки бросают снежки. Снежки рекомендуется бросать поочерёдно правой и левой рукой. При необходимости можно слепить вместе с ребёнком ещё несколько снежков для бросания.

“Снежные шары”

Инвентарь: 2 снежных шара (диаметр 40-60 см), 6-10 снежков.

Перед началом игры мама (или папа) скатывает из снега два больших шара, ребёнок по мере возможностей ей помогает. Шары ставят на площадке на расстоянии 30-50 см друг от друга по одной линии. Затем игроки лепят 6-10 снежков и кладут их на расстоянии 1-2 м от снежных шаров.

Мама произносит:

Будем мы бросать снежки

В эти снежные шары.

Раз, два, не зевай!

В снежный шар ты попадай!

Взрослый и ребёнок начинают бросать снежки в снежные шары.

Мама помогает малышу правильно выполнять упражнение.

“Меткие снайперы”

Инвентарь: мишень-лист фанеры (50 на 50) с нарисованным на нём контуром головы тигра с раскрытой пастью; 6-10 снежков; пластиковая бутылка с цветной водой.

На площадке цветной водой обозначается линия длиной 1-1.5 м. Напротив неё на расстоянии 1.5-2 м ставится мишень (она прислоняется к стене или забору). Рядом с линией кладутся снежки. Мама с ребёнком становятся около снежков, после чего она произносит:

Перед нами тигр лежит,

Притворился, будто спит.

Только тигр закончит спать,-

Будет он на нас рычать.
Чтобы тигр не стал кусаться,
Будем вместе защищаться!
Будем мы снежки кидать,
Тигр же будет их глотать!

Игроки берут по одному снежку и стараются попасть им в пасть тигра. Каждый игрок имеет право на 3 броска.

“Кто кинет снежок дальше”

Инвентарь: цветная вода в пластиковой бутылке, 8-10 снежков.

На площадке цветной водой на снегу обозначается линия броска длиной 1.5-2м. Мама с ребёнком лепят снежки и кладут их вдоль линии броска. Затем мама говорит:

Брось снежок свой далеко,
Ты бросай его легко.
Сильно ручкой замахнись,
Да смотри не торопись!

После этого мама и ребёнок берут по снежку и кидают их из-за линии броска вперёд как можно дальше.

Примечание.

Взрослому рекомендуется соразмерять свои силы с силами малыша, стараясь не бросать снежок дальше, чем он. Бросить снежок далеко взрослый может только при первоначальном показе броска снежком перед игрой.

“Пройди по лабиринту”

Инвентарь: 3-4 ветки или прута (длиной 20-30 см), 3-4 снежка, игрушка (собачка, мишка)

На площадке втыкаются в снег по одной линии друг за другом 3-4 ветки, расстояние между которыми 50-60 см, далее через 20-25 см друг от друга раскладываются снежки, за снежками на расстоянии 50-70 см ставится игрушка. Мама с ребёнком становятся напротив выставленных в одну линию пособий. Мама объясняет ребёнку, что перед ними находится лабиринт, через который нужно пройти быстро и аккуратно, стараясь не сбить ветки и не раздавить снежки. По команде мамы “Раз, два, три, иди”-ребёнок “змейкой” быстро проходит между ветками, перешагивает последовательно через снежки, берёт в руки игрушку и по прямой возвращается к маме, отдаёт ей игрушку.

Примечание.

Сначала упражнение выполняет взрослый, вслед за ним его повторяет ребёнок.

“Конь-огонь”

Мама (или папа) с ребёнком становятся на площадке рядом друг с другом. Взрослый объясняет ребёнку, сто сейчас они, как лошадки, поскоками, будут скакать по дорожке друг за другом. Мама начинает читать стихотворение:

По дорожке скачет конь.
Гоп-гоп-гоп!

Быстро скачет конь-огонь.
Гоп-гоп-гоп!
Ты скачи, скачи в галоп.
Гоп-гоп-гоп!
Конь-огонь, скачи в галоп!
Гоп-гоп-гоп!

Одновременно с этим мама с ребёнком начинают движение. По окончании текста играющие останавливаются, затем спокойно ходят по площадке – “лошадки отдыхают”. После небольшой паузы игра повторяется.

Примечание.

Скакать на лошадки игрокам рекомендуется не только по прямой дорожке, но и по кругу, “змейкой”, мимо различных предметов (деревьев, кустов, горок и т.д.)

“Снежинки и ветер”

Инвентарь: бубен или пластиковая бутылочка, наполненная горохом или другой крупой, бутылочка с цветной водой.

Мама (или папа) цветной водой на снегу рисует на площадке круг диаметром 1.5-2 м, после чего становится в его центр с бубном в руках. Ребёнок встаёт за нарисованной на снегу линией. Мама объясняет ребёнку, что когда она будет стучать в бубен, он в это время должен шагать по кругу, рядом с линией, а когда она будет подавать команды, малыш должен их выполнять:

1. “Снежинка” – ребёнок в среднем темпе бежит по кругу, легко помахивая руками вверх-вниз. Во время бега мама произносит: “Вот летит снежинка, лёгкая пушинка”.
2. “Ветер”- останавливается, ставит руки на пояс, выполняет повороты вправо-влево, одновременно показывает, как гудит ветер: ”У-у-у-у”

Примечание.

Мама может не стоять в центре круга, а выполнять движения вместе с ребёнком, шагая по кругу.

“Хрюша”

Инвентарь: пластмассовая или резиновая игрушка свинка (высота 10-15 см)

Мама (или папа) с ребёнком становятся на игровой площадке напротив друг друга на расстоянии 50-60 см. Мама читает стишок и показывает движения. Ребёнок повторяет движения вслед за взрослым. Игрушка перед игрой ставится на землю между игроками.

А у Хрюши, а у Хрюши,
Вот такие уши!

Изображают руками возле головы огромные уши.

А у Хрюши нос курносый,
Вот такой, вот такой!

Касаются кончика носа поочередно правой, затем левой рукой.

А у Хрюши хвост вертялый,
Вот такой, вот такой!

Слегка наклоняются вперёд, ставят одну руку на пояс, второй ниже спины показывают хвостик.

А у Хрюши ножки

Вот какие, вот какие!

Ставят на пояс обе руки, поочередно выставляют вперёд правую, затем левую ногу.

А у Хрюши живот

Вот, вот, вот!

Поглаживают живот правой, затем левой рукой.

Ходит Хрюша бочком,

Вот так, вот так!

Выполняют 2-3 шага в правую, затем в левую сторону.

Ходит Хрюша с пяточком

Вот таким, вот таким!

Дотрагиваться 3 раза до носа указательным пальцем правой руки, то же левой рукой.

А наш Хрюша говорит

Вот так, вот так!

Произносят “Хрю-хрю-хрю!”, затем повторяют ещё раз.

Хватит Хрюшу нам дразнить,

Лучше будем дружно жить!

Поднимают игрушку с земли. Обнимают друг друга.

Спасибо за внимание!