**Консультация для родителей**

**«Подвижные игры на улице для детей среднего дошкольного возраста»**

«Игра – это искра, зажигающая огонек пытливости и

любознательности».

В. А. Сухомлинский

Занятия физической культурой, выполнение ребенком физических упражнений — основа всестороннего гармонического развития личности. Во время проведения **подвижных** и спортивных игр на открытом воздухе дети получают возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Физические упражнения на свежем воздухе оказывают закаливающее воздействие на детский организм, что повышает его устойчивость к простудным респираторным заболеваниям, увеличивают двигательную активность **детей**, способствуют более прочному закреплению двигательных навыков и развитию физических качеств. Для **детей среднего дошкольного возраста** игру можно сделать из всего что его окружает.

Особенную ценность имеют **игры**, в которые дети играют вместе с **родителями**. Обычная прогулка на **улице** зимой - это огромное «поле» для использования **подвижных** игр на свежем воздухе. Личный пример взрослого повышает интерес **детей** к двигательной деятельности, благотворно влияет на воспитание потребности в занятиях физической культурой и спортом. И немаловажное значение здесь имеет фантазия **родителей и ребёнка**.

Также необходимо учитывать особенности физического развития малыша, его настроение, состояние здоровья в данный момент, желание играть в ту или иную игру. Необходимо чаще хвалить и подбадривать ребенка, чтобы вселить в него уверенность в собственных силах, отмечать добросовестность и старательность.

Важно интенсивные **подвижные и спортивные игры с бегом**, прыжками чередовать с более спокойными, чтобы предупредить у ребенка переутомление от активных занятий физической культурой.

Удивляйте и радуйте своих **детей**. Активно участвуйте в детских забавах, это поможет сблизить всех членов семьи и наладить взаимопонимание.

Что бы ваш ребёнок не мёрз на **улице** и с пользой для своего здоровья провёл это время, предложите ему следующие **игры**:

**«Снежные шары»**

Инвентарь: 2 снежных шара (40—60 см); 6—10 снежков.

Описание **игры**: Перед началом **игры** мама или папа скатывает из снега два больших шара, ребенок по мере возможностей 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. Надо сказать следующие слова:

Будем мы бросать снежки

В эти снежные шары.

Раз, два, не зевай,

В снежный шар попадай!

**Родители** помогают малышу правильно бросать снежки.

**«За снежинкой»**

Инвентарь: пластиковая бутылочка с окрашенной водой.

Описание **игры**: На площадке «цветной» водой очерчивается круг диаметром 50—80 см. Ребенок становится в круг, **родители** встают рядом с кругом. Один из них исполняет роль снежинки, дотрагивается до ребенка и произносит: «За мной!» После этого идет вперед по площадке в умеренном темпе, выполняя различные движения (идет на носочках, ставит руки в стороны, поднимает руки вверх и т. д., меняя направление движения. Ребенок идет за **родителем**, выполняя такие же движения. Примерно через полминуты надо произнести: «В кружок!» Ребенок и «снежинка» устремляются к кругу, стараясь занять его первым.

**«Санные гонки»**

Инвентарь: двое санок; бутылочка с окрашенной водой.

Описание **игры**: «Цветной» водой напротив друг друга на расстоянии 4—6 м обозначаются две линии длиной 2,5—3 м. За первую линию становятся **родитель**  и ребенок на небольшом расстоянии друг от друга (1,5—2 м, рядом с каждым из них — санки. Надо произнести слова:

Ты за саночки берись

И беги скорее.

Быстро саночки везти

Будет веселее!

Играющие становятся за санками, берутся за их задний край и начинают толкать санки вперед. Необходимо двигаться как можно быстрее, стараясь первым достигнуть противоположной линии. Победителем считается игрок, который первым пересек финишную черту.

**Не забывайте о главном!** В любой игре должны быть правила. Обговаривайте с ребёнком условия **игры**. Они должны быть максимально простые. По окончании **игры**, вы можете усложнить правила и поиграть ещё раз. Так же позвольте ребёнку самому придумывать **игры и правила**. Играйте в те **игры**, которые ребёнок играет в саду, спортивной секции, с друзьями.