

Консультация для родителей:

«Зимние забавы»



Во время проведения подвижных игр на открытом воздухе дети получают возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Физические упражнения на свежем воздухе оказывают закаливающее действие 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.

Особую ценность имеют игры, в которые дети играют вместе с родителями. Личный пример взрослого повышает интерес детей к двигательной деятельности, благотворно влияет на воспитание потребности в занятиях физической культурой и спортом.

Подвижные игры для детей 4-5 лет

«Здравствуй, зимушка-зима!». Мама с ребёнком становятся на площадке друг против друга на расстоянии 50-70 см. Мама читает стихотворение и показывает движения, которые ребёнок повторяет вслед за ней.

Ждали зиму мы давно

И смотрели все в окно. *(Выполняют «пружинку», руки на поясе)*

Наконец она пришла.

Здравствуй, зимушка-зима! *(Хлопают в ладоши)*

Всюду снег на ветках пышный,

Ветерка почти не слышно *(Плавно поднимают в сторону правую и левую руку; медленно опускают руки вниз)*

Словно лёгкие пушинки

В танце кружатся снежинки. *(Кружатся на месте, руки в стороны – вниз)*

Речка быстрая молчит,

Птичья песня не звучит. *(Приседают, обхватывают плечи руками)*

Эй, ребята, выходите,

Поскорей гулять идите. *(Шагают на месте)*

Мы на саночки селись

И под горочку катились. *(Легко бегут по дорожке друг за другом)*

Дружно мы на лыжи встали,



Друг за другом зашагали. (*Идут широким шагом, взмахивая руками вперёд-вверх, затем отводя назад – вниз. Движения рук попеременные*)

«За снежинкой». На площадке «цветной» водой очерчивается круг диаметром 50-80 см. Ребёнок стоит в кругу, мама стоит рядом с кругом. Она исполняет роль снежинки. Мама начинает движения вперед по площадке (идет на носочках, ставит руки в стороны, поднимает руки вверх), меняет направление движения. Ребёнок идет за ней, выполняя то или иное движение. После команды «В круг» ребёнок и мама устремляются в круг.

«Снежки». На противоположных сторонах площадки чертятся две линии «цветной» водой. Мама стоит за одной, за другой – ребёнок. Мама берёт в руки снежки и начинает двигаться по направлению к ребёнку. При этом она произносит:

Раз – снежок, два – снежок,
Я иду к тебе дружок! (Подойдя к ребёнку, она кладёт снежки рядом, с ним произносит)

«У кого снежок лежит,
Тот за мною не бежит,
Он снежок мой поднимает
И скорей в меня бросает».

После этого мама убегает за свою линию, ребёнок старается попасть снежком в убегающую от него маму.

«Санные гонки». Ставят санки на одну линию, садятся на них верхом, опустив ноги на землю. По сигналу мамы:

Ты за саночки берись
И беги скорее.
Быстро саночки везти
Будет веселее.

Передвигаются на санках до обозначенного ориентира (сугроба, флажков, снежного вала и т. п.), отталкиваясь ногами.

Подготовила: воспитатель Шкиря Я. В.

