

## Игры на свежем воздухе зимой (Консультация для родителей)

Подвижные игры и развлечения зимой на открытом воздухе доставляют детям огромную радость и приносят неоценимую пользу их здоровью. Разнообразные подвижные игры для детей - катание на санках, игры со снегом и др. - обогащают содержание прогулок и очень увлекают детей. Играя в подвижные игры, вы сможете увеличить продолжительность прогулки, что особенно важно при низких температурах в нашем суровом климате. Да и сами родители, играя с детьми, не заметят, как пролетело время и не успеют замерзнуть, поскольку им не придется стоять и наблюдать за играющим в снегу ребенком.

Любимое зимнее развлечение малышей - санки. Но можете попробовать научить малыша спортивным играм, таким как катание на лыжах и на коньках. Используя простые игровые упражнения можно добиться многого!

Малыши также любят подвижные игры со снегом, и с удовольствием будут выполнять предложенные вами упражнения.

Зимой очень увлекательно сооружать разные постройки из снега, лепить различные фигуры. Обзаведитесь лопатками, совочками, ведерками и метелочками, они вам пригодятся на прогулках.

Для старших дошкольников используются более сложные игры. Играя и упражняясь на улице зимой, дети получают возможность проявить смелость, самостоятельность, ловкость и сноровку.

Выезжая на природу в зимнее время с вашим ребенком, или с компанией детей, обязательно продумайте в какие подвижные игры вы будете играть с детьми, в какие игры дети будут играть сами, и возьмите с собой все необходимое для игр.

### Саный круг

В этой игре участвуют несколько детей.

Санки расставляются по большому кругу на расстоянии не менее 2-3 м. друг от друга. Каждый играющий становится около своих санок внутри круга. Взрослый предлагает побегать всем вместе друг за другом так, как будто автомобили едут по дороге. Возле санок автомобили останавливаются, шоферы выходят отдохнуть и присаживаются на них. Потом они снова садятся в машины и едут до следующей остановки.

Если круг большой - длинный рейс, то автомобили продолжают движение до сигнала взрослого: «Остановка!». По этому сигналу каждый занимает одну скамеечку-саночки.

Движение автомобилей возобновляется только по указанию взрослого.

Санная путаница.

Эту игру вы можете также проводить вдвоем со своим малышом.

Играющие колонной вслед за взрослым бегут то к одним, то к другим расставленным по краям площадки санкам. Добежав до санок, колонна обегает их кругом и только потом направляется к другим санкам. Изредка взрослый предлагает детям совершить два круга около одних санок.

Попрыгунчики около санок

В эту игру можно играть вдвоем. Каждый стоит около своих санок. По команде взрослого дети начинают подпрыгивать на двух ногах возле своих санок, продвигаясь вдоль них.

Парное катание.

Двое детей везут санки, на которых сидит один ребенок. Так едут друг за другом несколько пар. Потом можно поменять пары.

Саный поезд.

Взрослые или дети постарше возят саный поезд - трое или четверо связанных друг за другом санок, на которых сидят малыши. Дети по очереди катают друг друга на санках, или двое едут на связанных между собой санках, а двое их везут. Потом они меняются местами.

Оленьи упряжки.

Заранее изготовьте рога из картона или из веточек, прикрепите их к шапкам детей-олений. К санкам должны быть привязаны две веревочки: за одну ребенок, сидящий на санках, держится и управляет оленем, в другую впрягается олень (ребенок закрепляет ее за пояс).

Веселые тройки.

Заранее изготавливается упряжь — дуга с колокольчиком, вожжи с бубенчиками. Трое ребят впрягаются в упряжь и везут санки, на которых сидят двое детей. Правит тройкой сидящий впереди. Через некоторое время сдоки говорят: «Тпру! Меняемся местами!»

Игры на снежной площадке.

Зима пришла!

Дети разбегаются по площадке и прячутся, присаживаясь на корточки за снежными валами, горкой, снеговиком и т. п. Взрослый говорит: «Сегодня тепло, солнышко светит, идите гулять!» Дети выбегают из укрытий и разбегаются по площадке. На сигнал: «Зима пришла, холодно! Скорей домой!» — все бегут на свои места и снова прячутся.

Берегись, заморожу.

Все играющие собираются на одной стороне площадки. «Убегайте, берегитесь, догоню и заморожу!», — говорит взрослый. Дети бегут к противоположной стороне площадки, чтобы спрятаться в «доме».

Снежинки и ветер.

Скажите детям, что в этой игре они будут снежинками.

Дети собираются в кружок и берутся за руки. По сигналу взрослого: «Ветер задул сильный, сильный. Разлетайтесь, снежинки!» — разбегаются в разных направлениях по площадке, расправляют руки в стороны, покачиваются, кружатся. Взрослый говорит: «Ветер стих! Возвращайтесь, снежинки, в кружок!» Дети сбегаются в кружок и берутся за руки.

Найди Снегурочку.

Нарядите куклу Снегурочкой и спрячьте ее на участке так, чтобы никто из детей не знал об этом.

Во время прогулки скажите детям о том, что сегодня к ним обещала прийти в гости Снегурочка, она хочет поиграть и поплясать с ними. Наверное, она уже пришла и спряталась от ребят, чтобы они ее поискали. Найдя Снегурочку, дети водят хороводы с ней, приплясывают, кружатся парами.

Лиса в курятнике.

Для начала игры выберете лису с помощью считалки. Остальные дети будут курами. Дети взбираются на снежный вал и присаживаются (сидят на насесте). На противоположной стороне площадки в норе живет лиса. Куры разбегаются по двору, хлопают крыльями, клюют зерна, кудахчут. По сигналу взрослого: «Лиса!» — куры убегают, прячутся в курятник, взлетают на насест. Лиса хватает (салит) ту курицу, которая не успела взобраться на насест.

Зайка беленький сидит.

Играющие подражая зайчикам бегают, веселятся на площадке-полянке, а потом, приседают на корточки. Взрослый вместе с детьми произносит следующие слова:

Зайка беленький сидит

И ушами шевелит.

Вот так, вот так,

Он ушами шевелит.

Дети поднимают руки к голове и шевелят руками, как зайцы ушами. Взрослый продолжает:

Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть.

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп,

Надо лапочки погреть.

Дети встают и хлопают в ладоши, а потом, скрестным движением рук, хлопают себя по плечам, делают вид, что греются.

Зайке холодно стоять,

Надо зайке поскакать.

Скок-скок, скок-скок,

Надо зайке поскакать.

На эти слова дети подпрыгивают на двух ногах на месте. Наконец, взрослый говорит:

Мишка зайку испугал.

Зайка прыг... и ускакал.

Он пугает детей, изображая мишку, они разбегаются по площадке кто куда.