

Консультация для родителей «Играем в семье. Народные игры»

Основной целью для каждого родителя должно быть сохранение и укрепление здоровья детей и улучшение их двигательного статуса с учетом индивидуальных возможностей и способностей. Дошкольное детство – короткий, но важный период становления личности ребенка. В эти годы ребенок приобретает первоначальные знания об окружающем мире, у него начинает формироваться определенное отношение к людям, к труду, вырабатываются навыки и привычки правильного, социально-желательного поведения.

Огромное значение на развитие ребенка оказывают подвижные игры. Подвижная игра – это естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой силой. А также они являются традиционным средством педагогики. Вместе с тем эти игры доставляют ребенку радость и удовлетворение, активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы, совершенствуют движения, развивают координацию, формируют быстроту, силу, выносливость.

Участие взрослых в подвижных играх приносит двойную пользу: доставляет детям много радости, а родителям дает возможность лучше узнать своего ребенка, стать ему другом.

Для вас, родители, подборка народных подвижных игр, в которые можно играть дома с детьми.

«Золотые ворота»

Цель: совершенствовать медленный бег, развивать ловкость

Ход игры: Участники игры делятся на тех, кто стоит в кругу, подняв сомкнутые руки. И тех, кто через эти ворота пробегают цепочкой или по одному.

Стоящие говорят: Золотые ворота

Пропускают на всегда:
Первый раз прощается,
Второй запрещается
А на третий раз
Не пропустим вас!

«Ворота» закрываются и «ловят» того, кто остался у них. Оказавшиеся внутри круга, берутся за руки с образующими круг, увеличивая «ворота»

«Много троих, хватит двоих»

Цель: развивать быстроту, ловкость и координацию

Ход игры: Дети встают парами лицом в центр круга. Игру начинают двое, один из них – водящий, он стоит на 3-4 шага сзади того, кто убегает от него. Убегающий хлопает три раза в ладоши и после третьего хлопка бежит от водящего. Чтобы не быть осаленным, он встает впереди какой-нибудь пары. Прежде чем встать, на бегу кричит: «Много троих, хватит двоих». Тот, кто в этой паре оказывается за ним, убегает от водящего. Если водящему удалось осалить убегающего, то они меняются ролями.

«Подкиды»

Цель игры: упражнять детей в ловле и подбрасывании мяча

Ход игры: Один из играющих берет в руки мяч и напевает: «Оля, Коля, дуб зеленый, ландыш белый, зайка серый. Брось!». Со словом «Брось!» сильно подбрасывает мяч вверх. Кто из игроков первым на лету его подхватит, тот поет тот же игровой припев и подбрасывает мяч.

«Цепи кованные»

Цель игры: Развивать у детей умение действовать по сигналу, упражнять в построении в две шеренги, беге

Ход игры: Две шеренги детей, взявшись за руки, становятся друг против друга на расстоянии 15-20 метров.

Одна шеренга детей кричит:

-Цепи, цепи, разбейте нас!

- Кем из нас? – отвечает другая

-Степой! – отвечает первая

Ребенок, чье имя назвали, разбегается и старается разбить вторую шеренгу (целясь в сцепленные руки). Если разбивает, то уводит в свою команду ту пару участников, которую он разбил. Если не разбивает, то встает в шеренгу, которую не смог разбить. Выигрывает та команда, где оказывается больше игроков.

Уважаемые родители, если вы хотите, чтобы детство вашего ребенка было незабываемым подарите его своему ребенку, играйте с ним, будьте для него другом и не бойтесь показаться смешным. Дети очень искренние и поэтому оценят по достоинству все, что мы (взрослые) им даем. Играйте со своими детьми и будьте счастливы вместе.

Подготовила инструктор
по физической культуре и плаванию
Челяпова Оксана Сергеевна