

Консультация для родителей «Игры для детей весной на улице»

Инструктор по ФК: Егозарьянц В.М



Прогулки с детьми Весной – активное, полезное физическое упражнение, которое под силу выполнить не только Вам, но и Вашему ребенку. При таких прогулках человек задействует все мышцы своего тела, особенно рук, спины, ног и таза. Также полезны такие прогулки и для здоровья всего организма в целом, потому что при длительной прогулке будет активизирован Ваш организм и все его системы. Если использовать

разнообразные подвижные игры, то Вы сможете заметить, что Ваш ребенок стал болеть намного реже. Что можно предложить интересного на весенней прогулке для Вашего ребенка?

Для любого ребенка процесс прыгания, лазания и бегания является не только приятным, но и необходимым. Для малышей, это прекрасная возможность развивать крупную моторику и оттачивать координацию движений, а для деток постарше вклад в физическое развитие организма, формирование ловкости и выносливости. Поэтому подвижные **игры для детей весной на улице** просто незаменимы для растущего организма, укрепляют мышцы и иммунитет малыша.

В сухие весенние дни есть масса подвижных игр с мячом.

Для маленьких деток будут интересны нижеприведенные **игры для детей весной на улице**:

Игра для детей весной на улице:

«Лягушата».

На площадке рисуется мелом круг, символизирующий болото. Малыши бочком стоят вдоль круга, как лягушата на берегу болота. Взрослый читает стишок:

Поскакали по дорожке, лягушки, вытянувши ножки,

Ква-ква-ква-ква-ква,

Скачут, вытянувши ножки.

В это время малыши прыгают друг за другом по кругу. А когда стих окончен, нужно запрыгнуть в круг.

«Пройди шагами лилипута»

В эту игру можно поиграть с друзьями ребенка, надо выбрать место, до которого хотите дойти, потом нарисовать или отметить палочками линию старта, тогда можно начинать движение лилипутскими шагами (нога при шаге ставится впритык к другой ноге) Выигрывает тот, кто первым без ошибок дойдет до конечного места.

«Самый прыгучий»

В эту игру можно играть вместе с друзьями ребенка. Все играющие делятся на две команды. Надо нарисовать линию старта, от которой команды начнут прыжки с места. Место приземления отмечается по пяткам, от этой линии прыгает следующий участник команды. Выигрывает команда, которая прыгнула дальше другой. Также в ходе игры Вы увидите, какой ребенок прыгнул дальше всех, что тоже можно отметить.

Веселые подвижные игры с ребенком на свежем воздухе весной – увлекательное и полезное для детского организма занятие.

Уважаемые родители, играйте со своими детьми на прогулке! Проведение таких игр позволит эффективно использовать прогулку для развития движений у детей!