

Консультация: «Подвижные игры на прогулке».

Прогулка – важная часть режима дня ребёнка, которая способствует укреплению здоровья, развитию двигательных навыков, координации и социализации. Подвижные игры на свежем воздухе особенно полезны, так как позволяют детям двигаться, дышать свежим воздухом и получать положительные эмоции.

Значение подвижных игр на прогулке;

- ✚ Улучшают физическое развитие: укрепляют мышцы, развивают ловкость, быстроту, координацию.
- ✚ Способствуют социализации: учат взаимодействию, соблюдению правил, уважению к партнёрам.
- ✚ Формируют эмоциональную устойчивость: снимают напряжение, дарят радость, развивают уверенность.
- ✚ Укрепляют здоровье: закаливают организм, повышают выносливость.



Виды подвижных игр для прогулки:

Для малышей (2–3 года)

«Догони мяч» – катать мяч друг другу.

«Кто как ходит» – дети двигаются как разные животные.

«Прятки за деревом» – ребёнок прячется, воспитатель или родитель ищет.

Для детей 4–5 лет

«Ловишки» – догонялки с разными вариациями.

«Зайцы и волк» – зайчики скачут, волк ловит.

«Светофор» – бегут, если назван их цвет одежды.

Для старших (5–6 лет)

«Перебежки» – бег по сигналу.



«Попади в цель» – метание мешочков с песком.

«Каравай» – хороводная игра.

Советы по организации игр:

Подбирать игры по возрасту.

Учитывать погоду и безопасность площадки.

Вовлекать всех детей, создавая положительную атмосферу. Чередовать активные и спокойные игры.

Подвижные игры – залог здорового развития ребёнка. Важно делать прогулки насыщенными, увлекательными и полезными!

Подвижная казахская народная игра

«Дауыста, атыңды айтам» («Угадай имя»)

Цель: развивать у детей слуховое внимание, творческие способности.

Дети стоят в кругу, в середину круга выводят водящего, завязывают ему платком глаза и поворачивают несколько раз кругом, чтобы он не смог сориентироваться — где и сидит. Водящий указывает на кого-либо из игроков рукой и говорит: «Дауыста, атыңды айтам» т.е. «Поддай голос, я угадаю твоё имя»). Игрок, на которого пал выбор, подаёт голос, но изменяет его так, чтобы водящий ни в коем случае не узнал. Если водящий угадывает, чей это был голос, — то меняется с этим игроком ролями. Если же нет — он обязан понести шутовское «наказание»: рассказать стихотворение, спеть или станцевать и т.п.

Подвижная игра «Мышеловка»

Цель: развитие двигательной активности. **Задача:** выполняют действия по сигналу. **Ход игры:** Дети делятся на 2 неравные по составу группы. Меньшая группа, взявшись за руки, образует круг. Они изображают мышеловку. Остальные дети – мыши находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку начинают ходить по кругу, приговаривая: Ах, как мыши надоели, Все погрызли, все поели, Всюду лезут вот напасть, Как поставим мышеловки, Переловим всех сейчас! Дети останавливаются, поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее. По сигналу «Хлоп»



стоящие по кругу дети опускают руки, приседают – мышеловка захлопывается. Мыши, не успевшие выбежать из круга (мышеловки), считаются пойманными. Пойманные становятся в круг, мышеловка увеличивается. Когда большая часть детей будет поймана, дети меняются ролями – игра возобновляется. Игра повторяется 4-5 раз.

Подвижная игра «Затейники»

Цель: развитие двигательной активности. Задача: выполняют движения в соответствии с текстом. Ход игры: Одного из играющих выбирают затейником, он становится в середину круга. Остальные дети, взявшись за руки, идут по кругу (вправо или влево по указанию) и произносят: Ровным кругом, Друг за другом, Мы идем за шагом шаг. Стой на месте, Дружно, вместе Делаем... вот так. Дети останавливаются, опускают руки. Затейник показывает какое-нибудь движение, а все дети повторяют его. После 2-3 повторений игры (согласно условию) затейник выбирает кого-нибудь из играющих на свое место, и игра продолжается. Повторяется игра 3-4 раза.