

Консультация для родителей «Игры нашего детства»

Информацию подготовила:
инструктор по ФК Вирясова С.Н.

Игра для ребёнка – важный момент его развития. Играя, ребёнок познаёт мир, определяет себя в этом мире свою роль в семье, в коллективе. Игры вносят в душу ребёнка веселье и радость и одновременно содействуют укреплению его организма. За игрой ребёнок приобретает множество неценных качеств: ловкость, наблюдательность, фантазию, память. Чтобы понять внутренний мир ребёнка, нужно изучить язык игры. В игре дети «говорят» с помощью игрушек, игровых действий, сюжета, ролей.



В игре развивается самосознание детей – то, как он относится к самому себе, кем он себя считает, как себя называет. В наше время серьёзным бичом здоровья стала малоподвижность, и спасение от неё это подвижные игры на свежем воздухе. Поэтому главная задача для нас, взрослых, – научить ребёнка играть и поощрять игры, самим, активно участвовать в детских забавах. Именно участие в игре взрослого наравне с ребёнком даёт малышу возможность почувствовать, что мама и папа – они такие же как он, им можно **ДОВЕРЯТЬ!**

Так давайте вспомним игры нашего детства и научим играть в них наших детей!

«Салочки»

Игроки свободно располагаются на игровой площадке. Это может быть территория во дворе дома или удобная полянка с невысокой травой. Один из участников – водящий. Ему дают в руку платочек, который он поднимает вверх и громко говорит: «Я – салка!». После этого водящий старается дognать и коснуться рукой кого-нибудь из игроков. Тот, кому передаётся платочек, становится водящим, игра повторяется.

«Умелый пешеход»

Игра для детей 5-7 лет. Игра помогает детям выработать равновесие.

На расстоянии 60 см. параллельно друг другу кладутся 2 верёвки длиной от 3 до 5 м. каждый участник игры по очереди пытается с завязанными глазами пройти между ними по дорожке.



«Белки на дереве»

Количество игроков – любое. В эту игру лучше всего играть в роще, где много деревьев, но растут они не плотно. Все играющие – «белки», они должны стоять на дереве (на пнях) или держаться за дерево. Между деревьями бегают «собака» - водящий. «Белки» прыгают, перебегают с дерева на дерево, а «собака должна поймать» (осалить) бегающих белок. Если ей это удалось, «собака» и «белка» меняются ролями.



В игре есть условие: «собака» не должна трогать «белок», которые находятся на дереве.

«Рыбаки и рыбки»



Игра для детей от 5 лет. Количество участников – любое. Игра развивает ловкость, умение прыгать. Для этой игры понадобится скакалка.

Все игроки становятся в круг, водящий – в середину круга. На роль водящего подойдёт папа, а каждый игрок может назваться какой-нибудь рыбкой. «Рыбак» начинает вращать скакалку, чтобы она скользила по земле и описывала круги под ногами играющих. «Рыбки» стараются перепрыгнуть через скакалку. Тот, кого «поймали», выходит из игры. Победителем становится игрок, оставшийся последним в круге.

«Летучий мяч»

Главным элементом игры является метание мяча – упражнение, полезное для детей, так как оно развивает и укрепляет мускулы верхних конечностей. Для игры подходит большая площадка во дворе дома. Необходим довольно большой мяч. Участники игры группируются так, чтобы образовать круг и лицами обращаются к его центру. Расстояние между играющими, равняется приблизительно двум шагам. Один игрок становится в центр образованного круга. По сигналу игроки начинают бросать мяч от одного к другому, в разных направлениях. Игрок, находившийся внутри круга, изо всех сил старается перехватить мяч, чтобы не дать ему долететь до цели – до того игрока, в чью сторону он был брошен. Перехватив мяч, ребёнок становится на место того игрока, который так неудачно его бросил. Для правильного ведения этой игры требуется соблюдение некоторых правил. Так, участники должны все время сохранять захваченные места. Когда один из игроков бросает мяч по направлению к товарищу, находящийся в центре круга не должен приближаться к нему ближе, чем на 3-4 шага.

