Консультация для родителей
«Организация подвижных игр в зимний период»

Прогулка является надежным средством укрепления здоровья и профилактики утомления. Пребывание на свежем воздухе положительно влияет на обмен веществ, способствует повышению аппетита и, конечно, оказывает закаливающий эффект.

Подвижные игры на свежем воздухе оказывают закаливающее действие на детский организм, что повышает его устойчивость к простудным респираторным заболеваниям, увеличивают двигательную активность детей, способствуют более прочному закреплению двигательных навыков и развитию физических качеств. И зима — не повод отменять прогулки на свежем воздухе! Даже короткие 15-20 минутные прогулки при неблагоприятных условиях погоды дают детям эмоциональную и физическую зарядку. А чтобы холод принес пользу и не помешал малышам получить удовольствие, они должны быть заняты интересным делом.

Подвижные игры в этом отношении занимают особое место – они считаются универсальным и незаменимым средством физического развития. Главная цель воспитателя – дать почувствовать ребёнку, что ему доверяют, включают его в решение трудных для него проблем и задач. Именно подвижная игра помогает ребёнку обрести, друзей, выразить себя в интересной для себя деятельности. Во время проведения подвижных игр на открытом воздухе дети получают возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях.

Задача воспитателя создать условия для реализации возможностей ребёнка, через подвижные игры. Необходимо лишь следить за тем, чтобы более интенсивные движения сменялись более спокойными видами деятельности.

В ходе игры важно знать и обращать внимание на внешние признаки утомления в каждой возрастной группе он разный. Нормальным считается чуть возбуждённое лицо, немного сниженное внимание, но четкое выполнение заданий и, главное отсутствие жалоб в чём – либо! В том случае если движения детей нечётки, неуверенны, пробуждение конфликтности, отказ от участия в игре, необходимо перейти к другой деятельности и снизить нагрузку.

Подберите специальные игры, задания, забавы, подходящие для зимних условий. Ведь только зимой есть снег, лед, ледяные дорожки! Не упускайте возможность использовать снежные постройки: горки, ледяные дорожки, валы, — лыжные трассы и специальный инвентарь для игр со снегом: лопаты, санки с ящиками, листы фанеры, пластика для построек.

Следите за тем, чтобы все дети были вовлечены в игру: она не только развивает и воспитывает, но и согревает в холодный день.

Итак, для зимних игр и забав необходимы следующие условия:

- в деятельности должны принимать участие все дети;
- не предлагайте игр, где нужно долго и интенсивно бегать, чтобы дети не вспотели (для бега нужно ограничивать пространство);
- в игре не должно быть трудновыполнимых движений (например: прыжков через скакалку, препятствия, в высоту; гимнастических упражнений и др.);

- игры со снегом следует проводить в теплую погоду, когда снег мягкий;
- для игр со снегом рекомендуются непромокаемые варежки;
- зимние игры, забавы, развлечения проводятся на утрамбованной площадке.

Игры со снегом

Дети учатся взаимодействовать с природой и приспосабливаться к условиям зимы. Ведь только зимой можно использовать в играх такой замечательный строительный материал, как снег. После снегопада взрослые сгребают на участках снег и рыхлят его, чтобы детям было легко его копать. Для строительства пригодится специальный инвентарь: лопаты, санки с ящиками, листы фанеры, пластика для готовых композиций. В подвижных играх и зимних забавах можно использовать снежные постройки: горки, ледяные дорожки, валы, лыжные трассы.

Игры со снегом в **младших и средних** группах достаточно просты. **В младших группах** дети могут раскапывать снег, накладывать в ящики, крупные формы, а воспитатель в их присутствии выполняет несложную постройку, домик для кукол или животных. Дети могут подвозить снег педагогу.

Детей **средней группы** можно привлекать к лепке несложных снежных построек, с которыми потом они будут играть. Малыши подвозят, подносят снег, складывают в кучу, утрамбовывают, пытаются самостоятельно что-нибудь придумать и построить. Эти попытки нужно обязательно поддерживать. Кроме того, дети могут лепить мелкие фигурки из снега, заранее подготовленного воспитателем. Такие игры рекомендуется проводить в безветренные дни при слабом морозе.

В старших и подготовительных группах воспитатель показывает детям новые способы обработки снега. Можно научить детей делать снежные фигуры. Педагог чертит на слежавшемся снегу разные фигуры (круг, треугольник, квадрат и т. д.), дети по линиям надрезают снег и снизу осторожно вынимают получившуюся фигуру. Если эти фигуры слегка смочить водой, получится хороший строительный материал, из которого можно соорудить любые постройки. Для игры дети самостоятельно лепят мелкие фигурки. Можно построить снежный городок, а затем организовать в нем зимний праздник, используя спортивные игры, лыжные эстафеты, гонки на санках.

На прогулке можно заняться не только подвижными играми, но и развитием наблюдательности, внимания, умения ориентироваться.

Кроме игр со снегом, занимательных упражнений и забав, большим успехом у детей пользуются игры-эстафеты, аттракционы. Такие развлечения помогут педагогу содержательно и весело провести с детьми прогулки, спортивные состязания и праздники.

После активного движения необходим небольшой отдых. В это время можно предложить отгадать загадки о зиме.

Подвижные игры обогащают содержание прогулок, увеличивают их продолжительность.

Выходя на прогулку, прихватите с собой лопаточки, совочки для строительства снежных фигур. Подвижные игры вызывают у детей сильные эмоции, чувство удовольствия, радости. Складывающиеся в подвижных играх ситуации характеризуются большим разнообразием и задача воспитателя использовать их

для формирования социального поведения. Здесь важнейший мотив переключения внимания ребёнка на действия сверстника – оценка результатов выполнения двигательной задачи. Для формирования дружеских взаимоотношений каждый ребёнок должен усвоить правила обязательные для соблюдения всеми участниками игры. Наиболее эффективным способом для побуждения к подчинению общим правилам являются не только разъяснения, беседа, но и приёмы, активизирующие ребёнка на выполнение заданий другими детьми. Для положительных взаимоотношений между детьми важными являются подвижные игры, в которых действия каждого следующего участника служат продолжением действий предыдущих.

Почему же так важны подвижные игры для дошкольников?

- Потому, что в дошкольном возрасте у ребенка происходит усложнение моторики и координации движений. Этот процесс происходит в результате повседневного выполнения таких движений, как ходьба, бег, подпрыгивание, перепрыгивание, ползание.
- Повторение тех же движений в ходе подвижной игры позволяет значительно ускорить формирование двигательных навыков, способствуя раннему развитию ребенка, как в физическом, так и в психическом плане.
- Во время подвижных игр дошкольник учится слушать, выполнять четкие правила, быть внимательным, согласовывать свои движения с движениями других играющих, и, конечно же, дружить и находить взаимопонимание со сверстниками.
- Особенно полезны подвижные игры для дошкольников застенчивым деткам! Активные подвижные игры помогают им преодолеть робость. В запале игры малыш забывает о своем стеснении и просто наслаждается действием и успехом, когда все у него получается.

Подготовила: инструктор по физической культуре Горбунова О.В.