*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад №16 «Ягодка» ЯМР*

**Консультация**

***(для родителей и воспитателей)***

**«Подвижные игры зимой с детьми дошкольного возраста»**

Гимнастика, физические

упражнения, ходьба должны

прочно войти в повседневный

быт каждого, кто хочет сохранять

работоспособность, здоровье,

полноценную и радостную жизнь.

*Гиппократ*

 Чудесное, волшебное время года – зима. Главная задача каждой семьи – вырастить здорового, закаленного, жизнерадостного, сильного и ловкого ребенка. Для этого необходимо воспитывать у малыша потребность ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, регулярно заниматься физической культурой: играть в подвижные игры в помещении и на прогулке, бегать, прыгать, играть с мячом, кататься на санках, лыжах. Движение составляет основу любой детской деятельности, особенно игровой. **Ограничение двигательной активности ребенка противоречит биологическим потребностям растущего организма, негативно сказывается на его физическом состоянии (замедляется рост, снижается сопротивляемость инфекционным заболеваниям) и двигательных функциях, приводит к задержке умственного и сенсорного развития. Выполнение ребенком физических упражнений, игр – основа всестороннего гармонического развития личности.**

 Особенную ценность имеют игры и упражнения, в которые дети играют и занимаются вместе с родителями. Активное участие родителей в детских забавах помогает сблизить всех членов семьи и наладить взаимопонимание между ними.

**«Хоровод вокруг снежной бабы».**

**Инвентарь:** снежная баба (высота 80-100см).

Родители и дети водят хоровод вокруг снежной бабы со словами.

*Скоро праздник новогодний,*

*Вокруг бабы мы идем,*

*И как легкие снежинки*

*Мы летаем и поем.*

*Ла-ла-ла, тук-тук-тук!*

*Ла-ла-ла, тук-тку-тук!*

На слова «ла-ла-ла» играющие кружатся на месте, на слова «тук-тук-тук» топают ногами и хлопают в ладоши.

**«Разбегись и прокатись»**

На площадке очищается от снега ледяная дорожка длиной 1,5-2 м. После чего ребенку предлагается не спеша пройти по ледяной дорожке, удерживая равновесие. Затем родитель показывает, как нужно разбежаться и прокатиться по дорожке.

**Примечание.** Ребенка можно придерживать за руку в целях безопасности.

**«Снежные шары»**

**Инвентарь:** 2 снежных шара (диаметр 40-60 см), 6-10 снежков.

Скатать два шара. Шары ставят на площадке на расстоянии 30-50 см друг по одной линии. На расстоянии 1-2 м от больших шаров положить маленькие снежки.

Взрослый произносит слова.

*Будем мы бросать снежки*

*В эти снежные шары.*

*Раз, два, не зевай,*

*В снежный шар ты попадай!*

**«Пройди по лабиринту»**

**Инвентарь:** 3-4 палки длиной 20-30 см, 3-4 снежка, игрушка любая.

 Воткнуть в снег по одной линии палки на расстоянии 50-60 см; далее через 20-25 см друг от друга снежки; на расстоянии 50-70 см игрушка – это лабиринт. Дети проходят быстро и аккуратно, стараясь не сбить палки и не раздавить снежки.

**Примечание.** Сначала упражнение показывает взрослый.

**«Найди зайку»**

**Инвентарь:** фигурка зайца из резины или пластмассы высотой 10-15 см.

Взрослый незаметно прячет игрушку на площадке, становится с ребенком на расстоянии 2-3 м от нее, произносит слова:

*Зайка серенький бежал*

*И немножечко устал.*

*Забежал он за кусток и молчок!*

*Ну-ка, Машенька, иди,*

*Зайку ты скорей найди!*

Ребенок ищет зайца, взрослый помогает, если ребенок не может найти.

**«Кто кинет снежок дальше»**

**Инвентарь:** цветная вода в пластиковой бутылке, 8-10 снежков.

На площадке цветной водой на снегу обозначается линия броска длиной 1,5-2 м. снежки лежат вдоль линии. Взрослый произносит слова:

*Брось снежок свой далеко.*

*Ты бросай его легко.*

*Сильно ручкой замахнись,*

*Да смотри не торопись!*

Взрослый и ребенок бросают снежки вдаль.

*Консультация подготовлена по материалам журнала «Дошкольная педагогика»*

 Инструктор по физической культуре:

Крапивницкая Л.А.

Январь 2018 год.