Домокурова Олеся Александровна

"Детский сад №106 ОАО "РЖД"

Воспитатель

**Консультация для родителей**

**«Игры на природе»**

Подвижные игры укрепляют здоровье, развивают ловкость, выносливость, силу и координацию движений.

Кроме того, во время подвижных и спортивных игр на природе к благоприятному воздействию на организм физических упражнений добавляется закаливающее влияние естественных сил природы.

В предложенных ниже играх могут участвовать не только дети различного возраста, но и родители. Играйте на здоровье!

«Мяч соседу». Игроки становятся по кругу лицом в центр круга, на расстоянии шага друг от друга. У двух игроков, стоящих друг против друга, в руках по мячу. По сигналу, играющие начинают передавать мяч вправо или влево по кругу так, чтобы один мяч догнал другой. Тот, у кого окажется два мяча, получает штрафное очко.

«Чур у дерева». Играют на лужайке, где есть деревья. Все, кроме водящего, становятся у деревьев, водящий в середине между деревьями. Стоящие у деревьев начинают перебегать от дерева к дереву, а водящий должен занять дерево без игрока.

«Пустое место». Играющие встают в круг, заложив руки за спину, а водящий за кругом. Он, обходя круг, дотрагивается до руки кого-либо из игроков и бежит в другую сторону за кругом, а вызванный – в обратную сторону. Задача бегущих – обежать круг и первым занять пустое место. Оставшийся без места становится водящим.

«Лисички». Игра проводится в густом лесу, кустарнике. Выбирают 2-3 «лисички», которым дают 30-5- бумажек (ленточек). «Лисички» уходят в лес, оставляя через 5-10 шагов бумажки на земле или на ветках. Через 2-3 минуты все идут искать «лисичек».

«Бой». Чертят круг диаметром 3-4м. Два участника встают в середину круга, каждый стоит на одной ноге, а другую, согнутую в коленях, захватывает кистью одноименной руки за стопу. Подпрыгивая на одной ноге, участники толкают друг друга плечом, стараясь заставить противника стать на обе ноги или выйти из круга. Тот, кому удается это сделать, выигрывает. Запрещается толчки в грудь, в спину. Можно выполнять обманные движения.

Дошкольное воспитание играет значительную роль в жизни общества, создавая условия для дальнейшего развития человека, а гармоничное развитие не возможно без физического воспитания!

