

Как играть с ребенком на свежем воздухе?

Продолжая тему, затронутую в статье «Как устроить физкультминутку для полного ребенка?», хочу поговорить об играх на свежем воздухе. Игры на улице будут полезны не только маленьким толстячкам. Вы можете превратить рядовую прогулку с ребенком в интересное событие, которое он каждый раз будет ждать с нетерпением. Неважно, гуляете ли вы в парке или во дворе, организуете семейную вылазку на природу или просто вышли подышать воздухом. Используйте это время с пользой!

Самое простое занятие на улице – изучение окружающего мира. Рассказывайте ребенку о деревьях, цветах и растениях, животных и насекомых, которых встречаете по пути. Снег, дождь, радуга, роса на траве – это безумно интересные явления для вашего маленького исследователя. Можно фотографировать то, что особенно заинтересовало малыша, а потом составить фотоальбом на память.

Однако есть детки, которые не могут спокойно рассматривать окружающие предметы, им надо бегать, прыгать и играть. Для такого «живчика» можно организовать активные «развивалки».

Приведу примеры игр на свежем воздухе для детей-дошкольников.

«Разноцветные мячики»

Скорее всего, многие из вас помнят игру «Съедобное-несъедобное». Игроки бросают друг другу мячик, называя слово. Если названный предмет – что-то съедобное, то мячик надо поймать. Если нет, то отбросить. Внесите разнообразие в эту игру!

Возьмите два мячика разных цветов. Например, зеленый и красный. Объясните ребенку, что вы будете кидать ему мяч, называя съедобные или несъедобные предметы. При этом красный мячик надо ловить, когда вы назовете съедобный предмет, а зеленый – когда несъедобный.

После объяснений поставьте ребенка на расстоянии пяти шагов от себя. По очереди бросайте то красный, то зеленый мячик, четко выкрикивая названия предметов. Если ребенок ошибся, то он остается стоять на месте, а если среагировал правильно – двигается на шаг вперед.

Эта замечательная игра развивает ловкость, внимание, подвижность, учит навыкам владения мячом.

«Внимание!»

Эта игра развивает память, внимательность и подвижность у ребенка.

Правила игры очень простые. Встаньте лицом к лицу с ребенком. Попросите его выполнять ваши задания, но только тогда, когда вы прибавляете «кодовое слово» (например, слово «пожалуйста»). Вы говорите: «Подпрыгни три раза, пожалуйста!» Малыш должен подпрыгнуть. А если вы говорите: «А ну-ка, подними руки вверх!», он должен стоять не двигаясь.

«Лягушка-попрыгушка»

Эта игра – для детишек не старше четырех лет. Она направлена на улучшение координации малыша.

Вам понадобится две веревочки. Положите обе веревочки на землю на небольшом расстоянии друг от друга (примерно тридцать сантиметров). Ребенку объясните, что между веревочками находится болото, которое ему надо перепрыгнуть. Если малыш «проваливается в болото», то становится лягушкой-попрыгушкой.

Как играть с ребенком на свежем воздухе

Автор: admin

05.12.2011 15:09 - Обновлено 02.11.2014 12:03

Эти простые игры помогут вам разнообразить ежедневные прогулки с ребенком. Кроме того, не забывайте о таких интересных занятиях, как футбол, баскетбол. Они развивают меткость, подвижность, быстроту реакции. Зимой катайтесь на коньках и лыжах. Даже лепка снеговика принесет много приятных эмоций и вашему малышу, и вам. Пусть ваши дети растут здоровыми и активными!

Автор - **Татьяна Петлева**

[Источник](#)