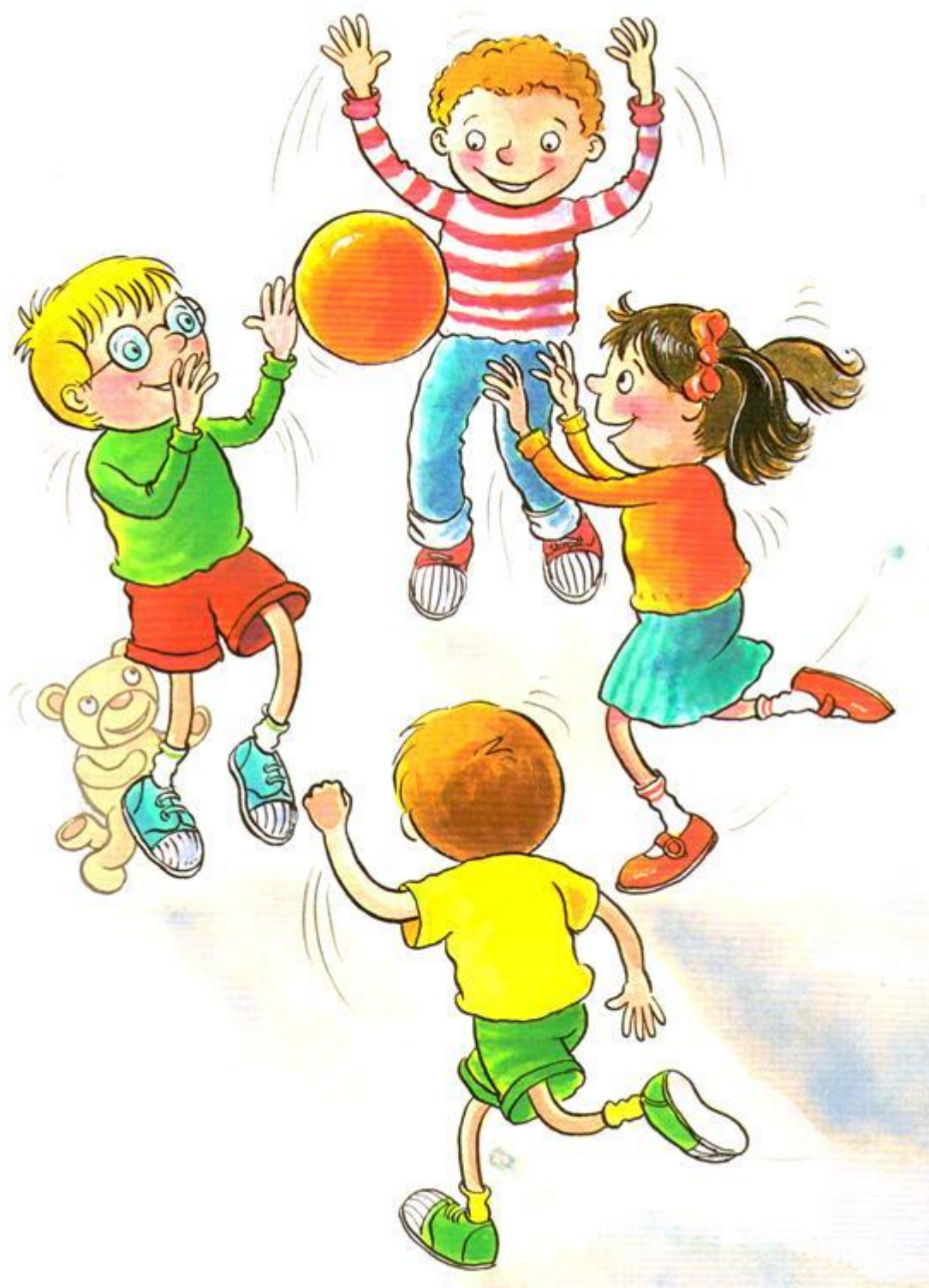


Консультация для родителей

## Подвижные игры для родителей с детьми 6- 8 лет



### «Четыре стихии»

*Инвентарь:* пластиковый или резиновый мяч диаметром 18-23 см.

Мама и ребенок становятся на расстоянии 1,5 – 2 м друг от друга. В руках у мамы мяч. Она объясняет ребенку, что четыре стихии – это земля, вода, воздух и огонь; на земле живут звери, в воде – рыбы, в воздухе – птицы, в огне не живет никто.

Мама бросает ребенку мяч и произносит, например слово «земля». Ребенок сразу же кидает мяч обратно маме и называет какого-либо зверя, например зайца. Если мама скажет огонь и бросит ребенку мяч, то его ловить нельзя, от мяча нужно увернуться.

*Примечания:*

1) Мама кидает ребенку мяч несколько раз подряд (3-5), постепенно ускоряя темп.

2) Если ребенок даст неправильный ответ или затрудниться с ответом, то они с мамой меняются ролями. (и наоборот).

3) По мере овладения правилами игры первый водф\ящий выбирается по считалки.

### «Перепрыгни и пролезь»

*Инвентарь:* 2 скакалки, 2 малых обруча диаметром 50 см, кусочек мела или «липучка» длиной 1,5-2 м.

На краю комнаты мелом или «липучкой» обозначается линия старта, за которой на расстоянии 90-100 см становятся мама и ребенок. Напротив каждого на расстоянии 1 м от линии, перпендикулярно к ней, кладется по скакалке, вытянутой во всю длину. Далее, через 80-100 см кладется по обручу. По команде мамы «Раз, два, три, беги!» игроки быстро подбегают к своим скакалкам, прыжками на двух ногах с продвижением вперед преодолевают расстояние, равное их длине, добегают до обручей, поднимают их вверх, пролезают в обручи, кладут их на место, бегом вдоль скакалок возвращаются обратно к линии старта. Побеждает тот, кто быстрее пересечет линию.

*Примечание:* Вместо скакалки между линией старта и обручем можно разложить другие препятствия: кружки для перепрыгивания, дуги для пролезания, кубики для оббегаания и т. п.

### «У Меланьи, у старушки»

Мама и ребенок встают друг напротив друга на расстоянии 80-100 см. Мама читает стихотворения и показывает движения, которые ребенок повторяет вслед за ней:

У Меланьи, у старушки (*«Завязывают платочек» под подбородком*)

Жили в маленькой избушке (*Складывают руки «домиком» над головой*).

Пять сыновей и пять дочерей (*Показывают правую ладошку с широко расставленными пальцами, левая рука на пояс, то же – с переменной рук*).

И все без бровей (*Закрывают брови ладонями обеих рук*).

Вот с такими носами (*Движением от носа выпрямляют вперед правую руку, потом – левую*).

Вот с такими усами (*Сложенные вместе пальцы обеих рук помещают под носом, затем руки разводятся в стороны*).

Вот с такими ушами (*Выполняют машущие движения кистями рук вперед – назад около ушей*).

И все с бо-ро-дой. (*Движением от подбородка выпрямляют вперед – вниз правую руку, то же – левой рукой*).

Они не пили, не ели (*Подносят ко рту правую руку, кисть сжата в кулачок, то же – левой рукой*).

Друг на друга смотрели (*Выполняют полунаклон вперед, руки вперед – в стороны*).

И разом делали, как я. (*Мама показывает любую фигуру или движение, которое ребенок повторяет как можно точнее*).

*Примечания:* По мере освоения правил игры водящим назначается ребенок. При следующем повторении игры водящего выбирают по считалке.

### **«Запрещенное движение»**

Мама и ребенок становятся в центре комнаты друг напротив друга на расстоянии 1-1,5 м. Мама произносит слова:

Чтобы всем нам закаляться,  
Чтобы нам не захворать,  
Нужно делать всем зарядку  
И движенья выполнять!  
Кто там спит в постели сладко?  
Выбегайте на зарядку!  
Вы старайтесь, не зевайте,  
Упражненья выполняйте!

После этого мама начинает выполнять разные движения, ребенок должен их повторять. Но одно из движений - «запрещенное», его за мамой повторять нельзя (например запрещено выполнять движение «руки к плечам»). Мама делает разные движения, ребенок их повторяет, неожиданно мама выполняет «запрещенное движение». Если ребенок повторил его, он совершил ошибку, игра останавливается. Через 10-15 секунд игра продолжается.

*Примечания:*

1) По мере освоения ребенком правил игры можно увеличить темп показа движений.

2) При совершении игроком ошибки игру можно не прекращать, а предложить игроку. Например сделать шаг вперед, после чего продолжить игру.

3) «Запрещенные движения» следует менять после 4-5 повторений.