

Консультация для воспитателей «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, неуверенные, 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.

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**:

1. в деятельности должны принимать участие все дети;
2. не предлагайте игр, где нужно долго и интенсивно бегать, чтобы дети не вспотели (*для бега нужно ограничивать пространство*);
3. в игре не должно быть трудновыполнимых движений (например: прыжков через скакалку, препятствия, в высоту; гимнастических упражнений и др.);
4. игры со снегом следует проводить в теплую погоду, когда снег мягкий;
5. для игр со снегом рекомендуются непромокаемые варежки;
6. **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.

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.

Картотека зимних подвижных игр

Следопыт

Отправляясь на прогулку, прочитайте сказку про Винни-Пуха, который выслеживал неведомого зверя, а в итоге оказалось, что он ходил по своим собственным следам. Предложите детям самим на время стать следопытами. Для начала научите дошколят оставлять четкие следы ножек на снегу, затем предложите отгадать, кто из ребят какой след оставил.

Прятки

Возьмите из группы различные предметы белого цвета и разложите их на площадке. Назовите детям предметы, которые замаскировались среди снега, и попросите их найти.

Снежинки и ветерок

Дети делятся на 2 команды «*снежинки*» и «*ветерок*». Снежинки кружатся, бегают на носочках; «*ветерок*» в это время отдыхает. После слов «*ветер проснулся*», дети на выдохе произносят «*ш-ш-ш*» и снежинки прячутся от ветра, оседают. Игра продолжается 4-5 раз; после чего дети в командах меняются ролями.

Льдинки, ветер и мороз

Дети стоят парами лицом друг к другу, стучат ладошками и говорят:

Холодные льдинки,

Прозрачные льдинки.

Искрятся и звенят:

Динь! Динь! Динь!

На слова педагога «*ветер*» дети разбегаются под музыку. На слово «*мороз*» — строят льдинки.

Подвижная игра : "Зимние забавы"

Цель - развить координацию речи с движением, общие речевые навыки.

Ход игры:

Мы бежим с тобой на лыжах, *(Дети изображают ходьбу на лыжах.)*

Снег холодный лыжи лижет.

А потом — на коньках, *(Дети изображают бег на коньках.)*

Но упали мы. Ах! *("Падают")*

А потом снежки лепили, *(Стоят, сжимают воображаемый снежок ладонями.)*

А потом снежки катали, *(Катят воображаемый комок.)*

А потом без сил упали. *("Падают").*

И домой мы побежали. *(Бегут по кругу.)*

Снежинки, сугробы, сосульки

Если я скажу «Снежинки», все кружатся вокруг себя, «сосульки» - подняли руки вверх, соединили ладошки и встали на носочки, «сугробы» - присели. Я могу что-то перепутать, вам путаться нельзя. Играем.

Улетают-не улетают

Когда дети слышат название перелетных птиц-машут руками, словно крыльями.

Когда слышат название зимующих птиц, они обнимают себя руками, словно согревают себя.

(Ворона, лебедь, синичка, утка, снегирь, воробей, ласточка, галка и т. д)

Инструктор физической культуры: Бороздина Р.А.