

Самостоятельные игры детей на прогулке летом.

Обучение детей основным движениям должно быть неразрывно связано с воспитанием у них двигательной активности и самостоятельности. Это значит, что двигательные умения и навыки должны использоваться детьми в различных жизненных обстоятельствах и игровых ситуациях. Способность вовремя принять решение, самостоятельно выбрать способ движения, быстро сориентироваться в пространстве, действовать решительно и результативно – вот основные показатели двигательной самостоятельности.

Почти у каждого ребенка есть любимая игра или игрушка, которой он неизменно посвящает минуты своего досуга. Один любит играть в мяч, другой скачет, вращая скакалку не только вперед, как все, но и назад.

Эту привязанность ребят к физическим упражнениям надо всячески поощрять и развивать. В таких упражнениях закрепляются двигательные навыки, воспитывается умение самостоятельно подбирать и выполнять движения, формируются организаторские способности.

Летом для самостоятельного выполнения можно предложить детям следующие игровые упражнения:

Для младшего возраста:

«Автогонщики»

Один конец верёвочки привязывается к машине, другой наматывается на палочку, которую ребенок держит в обеих руках и вращает. Чья машина впереди?

«Верхом на палочке»

«Всадники» скачут галопом, преодолевая по пути препятствия: ров (перепрыгнем или обскочим дерево) и т. д.

«Поймай самолет»

Воспитатель пускает бумажный самолет. Дети, стоящие впереди воспитателя, стараются поймать его.

Для старшего возраста:

«Догони мяч»

Если у вас на отдыхе оказалось два мяча, можно поиграть в эту игру. Правила очень просты. Игроки передают по команде мяч друг другу, стараясь, чтобы один мяч не догнал другой.

«Будь ловким»

Под веревкой (длина 3-4 м, которую раскачивают, держа за концы двое детей), ставятся кегли. Выбрав момент, ребенок должен подбежать, взять кеглю и отбежать. Если веревка задела убегающего, он ставит кеглю на место.

«Попади в корзину»

На веревке, один конец которой привязан к дереву (забору, гимнастической стенке), а второй держит воспитатель, привязана корзина. Воспитатель раскачивает веревку вправо-влево, дети бросают в корзину мячи (мешочки с песком, шишки).

«Проскачи с мячом»

Игроки делятся на две команды. У каждой команды по мячу. Поставьте первыми в команде детей. Определите место, до которого необходимо «доскакать». По команде игроки начинают прыгать с мячом, который зажат между коленями. Выигрывает команда, которая быстрее справилась с заданием, не уронив мяч.

«Забрось мешочек с песком на пенек»

Задание считается невыполненным, если мешочек соскользнул с пенька.

«Подумай, как пройти»

На площадке нарисованы в ряд прямоугольники, расположенные по-разному: вдоль, поперёк, по диагонали. Надо пройти, ставя ногу на каждый прямоугольник только вдоль.

«Кто дальше бросит мяч (мешочек) через голову назад»

«Чей мяч отскочит дальше после броска о стену»

«Чей обруч дольше вращается»

«Догони свой обруч»

«Кто дольше удержит (вертикально) палку на ладони»

Организуя самостоятельные игровые упражнения с детьми, воспитатель должен обязательно следить за самочувствием детей, нагрузкой, подстраховывать их, предупреждать травмы, постоянно поддерживать игровое настроение.

*Материал подготовлен инструктором по физической культуре
Кротовой С.Ю.*