

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №2

Проект

на фестиваль родительских инициатив

«Играем вместе: родители и дети.

Игры нашего детства»

авторы-составители:

инициативная группа родителей в

количестве 6 человек

г.Лебедянь,2020год

Проект «Игры нашего детства»

Паспорт проекта

Вид проекта: групповой, игровой.

Продолжительность: сентябрь-октябрь 2020год

Участники проекта : родители, дети средней группы, воспитатели

Игра для ребенка – это не просто веселое времяпровождение – это его жизнь.

Ведь именно в процессе игры ребенок, сам того не замечая, приобретает навыки, без которых ему просто не выжить в настоящей жизни.

Коммуникабельность, развитие мышления, умение подчиняться установленным правилам, приобретение уверенности в себе (в случае выигрыша) и умение контролировать свои эмоции (в случае проигрыша) – вот только малая часть тех положительных качеств, знаний и умений, которыми, играя, овладевает ребенок.

Ни для кого не секрет, что дворовые игры почти исчезли из жизни современных детей. А когда-то эти игры учили детей находить общий язык, помогали им решать спорные конфликтные ситуации. Они давали детям возможность познавать самого себя и доставляли при этом огромную радость. А много ли сейчас играют наши дети, им часто совсем некогда поиграть. Одни с ранних лет нацеливаются родителями на обучение, другие просиживают все свободное время у телевизора или компьютера, при этом лишая себя радости движений и живого общения со сверстниками.

В настоящее время, по мнению специалистов, нарушена межпоколенная преемственность передачи игрового опыта, большая часть игр наших родителей забыта. Ребенку будет интересно узнать о том, в какие игры играли мама и папа, бабушки и дедушки. При этом важно не только рассказать и научить играть, но и организовать детей на игру, поиграть вместе с ними. Кроме этого, и взрослым полезно будет познакомиться с разнообразием современных подвижных игр и научиться им от своих детей. Польза от этого огромная. Кроме укрепления здоровья и хорошего настроения, совместные игры способствуют улучшению взаимоотношений, сближают детей и родителей.

Цель проекта: способствовать налаживанию эмоционального контакта, дружеских отношений родители-дети, способствовать улучшению детско-взрослых отношений на основе осознанного отношения родителей к организации интересного образа жизни ребенка в семье, формирование игровых умений, обмен игровым опытом между детьми и их родителями, формирование интереса к совместной игре с правилами.

Задачи:

- приобщать детей к играм своих родителей, побуждать самостоятельно организовывать их в свободной деятельности;
- вызвать у детей желание научить родителей новым играм с правилами;

- возрождать интерес к дворовым играм;
- формировать представления родителей о разнообразии игр с правилами-повысить уровень общения родителей с детьми посредством совместной игры, содействовать развитию взаимопонимания;
- привлечь родителей к сбору информационного и наглядного материала, формировать активную позицию родителей в педагогическом процессе ДОУ.

Этапы работы над проектом:

Подготовительный этап: формулировка проблемы и цели проекта, определение продукта проекта. Привлечение детей и родителей к участию в планировании деятельности. Анкетирование «Во что играют наши дети?»

Практический этап: реализация проекта: с педагогами, детьми и родителями.

Деятельность с педагогами

1. Консультация «Дворовые игры – как один из способов освоения и усвоения социального опыта».
2. Создание «Коллекции дворовых игр».
3. Организация подготовки к совместному развлечению: «Играем вместе», подведению итогов проекта
4. Публикация на сайте школы результатов проекта.

Деятельность с детьми

1. Рисунки о любимых подвижных играх.
2. Подвижные игры на свежем воздухе.
3. Разучивание с детьми игр, в которые играли их родители.
4. Совместное развлечение с родителями «Играем вместе».

Деятельность с родителями

1. Анкетирование (приложение 1).
2. Домашние задания для родителей
(Вспомните дворовую игру и подробно опишите правила игры)
3. Составление сборника «Игры нашего детства» силами родителей (приложение 2)
4. Консультация для родителей «Консультация родителям по формированию здорового образа жизни у детей»(приложение 4)
5. Раздача памяток для родителей «Формированию привычки к здоровому образу жизни» (приложение 5)
6. Рисунки и фото совместно с детьми «Играем дома»

Итоговый этап:

1. Развлечение с участием родителей «Играем вместе» (приложение 3)
2. Награждение семей, участвовавших в проекте.
3. Фиксирование итога проекта в фотоматериалах
4. Итоговые беседы с родителями, обмен мнениями.

Вывод:

1. Дети проявили активный интерес к дворовым играм своих родителей, начали самостоятельно их организовывать в свободной деятельности. Кроме этого, они научили своих родителей играть в новые подвижные игры с правилами.
2. Совместные игры содействовали взаимопониманию между поколениями, дети гордились своими родителями, принявшими участие в проекте.

3.Игры способствовали становлению у детей коммуникабельности, уверенности в себе, контроля над своими эмоциями, развивали организаторские способности, учили подчиняться установленным правилам. 4.Родители повысили педагогическую грамотность в вопросах использования игр с правилами в воспитании своих детей.

Список литературы

1. «Всё обо всем»- популярная энциклопедия для детей-2014г.
2. Кузин В.В., Палиевский С.А., Баскетбол. Начальный этап обучение. Физкультура и спорт- 1999.
3. Курамшин «Теория и методика физической культуры» -2011.
4. Кун «Всеобщая история физической культуры и спорта»- 2007.
5. Столбов В.В. История физической культуры и спорта- 1995.
6. Физкультура и спорт. Малая энциклопедия – М.: «Радуга», 2012.
7. Сайт: www.dou-ufa.ru
8. Сайт: www.nsportal.ru
9. Т.Е. Заводова. Организация летнего – оздоровительного отдыха. 2006 год.
10. Сайт: www.ug.ru
11. Сайт: . www.2mm.ru/dosug
- 12.Сайт: www.o-detstlve.ru

Приложение

Приложение 1

(Анкета)

Уважаемые родители!

Дворовая игра -это один из способов познания мира!

Это возможность стать Вам и Вашему ребенку ближе друг к другу.

Ответьте на вопросы анкеты, это поможет нам обогатить игровой опыт ваших детей.

1. *Были ли Вы в детстве участником какого-либо дворового игрового сообщества?*

2. *В какие игры Вы любили играть во дворе?*

3. *Каким играм Вас научили ваши родители?*

4. *Каким играм Вас научили ваши сверстники и старшие друзья*

5. *Каким играм научили Вы своего ребенка?*

6. *Хотели бы Вы, чтобы ваш ребенок больше играл на улице?*

7. *Опишите правила вашей любимой дворовой игры*

Приложение 2

Сборник «Игры нашего детства» (от родителей)

«Десятки» с мячом (играют двое, трое детей).

1. Ударить мяч о стенку и поймать его (один раз).
2. Мяч о стенку с поворотом вокруг себя на 180 градусов и поймать (два раза).
3. Мяч о стенку и поймать после отскока от пола (три раза)
4. То же с поворотом вокруг себя на 180 градусов(четыре раза)
5. Мяч бросить о стенку, хлопнуть в ладоши и поймать (пять раз)
6. Мяч бросить о стенку под ногой и поймать (шесть раз)
7. Мяч бросить вверх, хлопнуть в ладоши и поймать (семь раз)
8. «Корзина»- мяч подбросить вверх руки сложить кольцом и пропустить мяч в «кольцо» (восемь раз)
9. Бросить мяч о стенку, хлопнуть руками по коленям и поймать мяч. (девять раз)
10. Отбивание мяча о пол (десять раз)

Если упражнение не получилось, мяч передается другому игроку. После потери мяча игра возобновляется с того кона, на котором заронил.

«Свечки»

Все дети встают в круг, а водящий становится в центр круга, бросает мяч как можно выше над собой и громко кричит имя одного из игроков. Все дети кидаются врассыпную, стараясь убежать как можно дальше от центра круга. Тот, чье имя было названо, ловит мяч и кричит: «Стоп!» Все должны остановиться, а водящий пытается мячом попасть в ближайшего от него игрока. Если ему это удалось, то этот игрок становится водящим.

Правила:

1. Водящий должен делать «свечку», бросая мяч как можно выше.
2. Ловить мяч можно после отскока от земли.
3. После слова «стоп!» нельзя сходить с места.

«Чай-выручай»

Из играющих выбирается ловишка. Его задача пятнать убегающих. Те дети, кого «осалил» ловишка, вытягивают руки в стороны и кричат: «Чай, чай, выручай». Задача игроков: освободить того, кого запятнал ловишка, дотронувшись до руки «осаленного» и самому убежать от ловишки.

Правила:

1. «Осаленному» нельзя сходить с места.
2. «Ловишка» меняется через 3-5 минут.

«Маляр и краски.»

Перед началом игры выбирают «маляра» и «хозяйку красок». Остальные дети становятся «красками», каждый ребенок выбирает себе цвет, но так, чтобы «маляр» не услышал его названия. Водящий приходит в магазин и, обращаясь к «хозяйке», говорит:

-Я маляр в синих штанах
 -На коленке латка,
 -Во рту шоколадка,
 -Пришел за краской.
 -Разрешите взять?

«Хозяйка» отвечает: « У меня красок много, какую тебе?»

«Маляр» называет цвет краски. Если такого цвета нет, «хозяйка» говорит: «Иди по голубой дорожке на одной ножке», - и назначает число прыжков.

Все «краски» сидят рядышком на лавке и ждут, какой цвет назовет «маляр». Названная краска должна вскочить с места и успеть добежать до противоположного конца площадки или комнаты, где можно будет укрыться за линией. Если «краска» убежала и «маляр» не успел ее осалить или поймать, то диалог начинается снова. Обычно, по условиям игры «маляр» должен насобирать не менее пяти красок. Затем выбирают новых ведущих «хозяйку» и «маляра» и присваивают «краскам» новые имена. Игра начинается заново.

Правила:

Маляр не должен ловить «краску», когда она только поднимается со стула. Нельзя двум игрокам выбрать название одной краски.

«Три –пятнадцать»

Дети становятся в круг (6-7 человек), выставляя вперед одну ногу (в центр круга), говорят хором: «Три-пятнадцать!»- и отпрыгивают назад. Далее один из игроков начинает прыгать на одного из играющих, стоящих рядом, стараясь наступить ему на ногу. Игрок, в сторону которого прыгают, должен одновременно отпрыгнуть назад, и в свою очередь сделать прыжок в сторону рядом стоящего игрока, также стараясь наступить на ногу соседу, если ему это удастся, то сосед выходит из игры. Игра продолжается, пока в игре останется один победитель.

Наступать на ногу надо аккуратно, только обозначая движение.

«Вышибалы»

Дети делятся на две равные команды. По жеребьевке или считалке определяются «вышибалы». «Вышибалы» делятся на две группы и становятся на расстоянии 6-7 метров на заранее прочерченных линиях. У них в руках мяч. В середине (в кругу) – другая команда, которую будут выбивать мячом. Игра начинается по сигналу. Задача детей в кругу - увернуться от мяча. Игрок, которого выбили мячом, выходит из круга. Если кто-нибудь из детей в кругу ловит мяч, то выбитый ранее игрок возвращается в круг. Когда дети в кругу ловят мяч, то этот мяч считается, как запас и, если выбивают игрока, то он остается в игре. Игра продолжается до тех пор, пока не будут выбиты все игроки. Затем команды меняются местами.

Варианты: 1. Вышибала кидает мяч вверх, крича: «Бомба»,- все должны сесть и не шевелиться, если при этом мяч попадает на игрока, тот выходит с поля.

2. Вышибала говорит: «Торпеда»,- и пускает мяч катиться по земле, все игроки должны пропустить мяч между ногами.
3. Оставшийся один, игрок может выручить всю команду, если его не выбьют мячом столько раз, сколько ему полных лет, в этом случае вся команда заходит в круг и игра продолжается.

До игры дети договариваются, считать ли игрока выбитым, если мяч отскочил от земли, а потом “попал” в игрока.

«Прятки с домом»

На игровой площадке очерчивается дом и определяется кон - то место где будет «жмурка» «застукивать» найденного игрока. Выбранный детьми водящий встает около дома, закрывает глаза и ждет, пока все спрячутся и кричит: «Раз, два, три, четыре, пять, я иду искать, кто не спрятался, я не виноват! Первая (вторая, третья и т.д.) «курица» жмурится!» После этих слов идет искать детей.

Каждого найденного он громко называет по имени, бежит к дому и «застукивает» его - стучит рукой по кону и кричит: «Тук- тук за Таню» (называет имя ребенка, которого увидел), затем снова идет искать, до тех пор, пока не будут найдены все игроки.

Когда «жмурка» ищет детей, тот, кого уже «застукали», может подсказывать другим игрокам о приближении «жмурки» словами: «Топор, топор сиди как вор!»-значит, «жмурка» подошел близко, если «Пила, пила, лети, как стрела»,- можно бежать к кону.

«Клубочек»

(В игре участвуют не менее 10 человек).

Считалкой выбирают водящего – «бабку», которая становится спиной к детям, на расстоянии 2-3 метров. Все остальные дети становятся в круг и крепко держатся за руки. Их задача – запутать «нитку» так, чтобы «бабке» было трудно их распутать. Можно пролезать под рукой, перешагивать через сцепленные руки и т.д. Как только «нитка» запутается, дети кричат: «Бабка, бабка, распутай нитки!» После этих слов «бабка» поворачивается лицом к детям, идет к ним и распутывает «нитки».

Правило: детям, стоящим в кругу, нельзя расцеплять руки, пока «бабка» не распутает все «нитки».

"Резиночки"

Цель: развивать вестибулярный аппарат, координацию, внимательность. Учить тренироваться, побеждать, достойно проигрывать, прыгать выше всех и дружить с девочками, даже если в данную минуту они соперницы.

Ход игры:

Главный атрибут этой игры для девочек — бельевая резинка. Идеальное количество играющих — 3–4 человека. Каждая участница выполняет прыжковые фигуры и комбинации на разной высоте: от уровня щиколоток (прыгают «первые») до уровня шеи (прыгают «шестые»). Как только прыгунья ошибается, на ее место встает другая участница, а допустившая ошибку девочка надевает на себя резинку. Если игроков четверо, пары меняются местами, когда оба игрока из одной пары поочередно допускают ошибки.

"Классики"

Цель: развивать ловкость, меткость, умение концентрироваться и знание цифр. Требуется мелки, асфальтовая площадка и камушек (или шайба). Рисуешь мелком клеточки с цифрами в определенной последовательности, и можно прыгать хоть в одиночку. Главное — попасть камнем в клетку, допрыгать до нее на одной или двух ногах и вернуться обратно тем же путем. Самым удачливым игроком считается тот, кому удастся пройти весь путь от единички до десятки. Количество игроков в «классики» может быть любое.

"Бояре"

Цель: развивать умение быть в команде и выигрывать в ситуации «один против всех».

Участники этой старинной русско-народной игры делятся на две равные команды и становятся друг напротив друга шеренгами, взявшись за руки, на расстоянии 10–15 м. Команды двигаются навстречу, произнося по очереди длинную речовку: «Бояре, а мы к вам пришли, дорогие, а мы к вам пришли...»

Диалог заканчивается словами: «Бояре, отворяйте ворота, отдавайте нам невесту навсегда». Тот, кого выбирают невестой, должен после этого разбежаться и прорвать цепь противника. Если попытка оказывается удачной, игрок возвращается в свою команду, если нет — остается в другой. Следующий кон начинается проигравшая команда. Цель игры — собрать в команде как можно больше участников.

"Тише едешь, дальше будешь — стоп"

Цель: развивать координацию, умение быстро бегать и реагировать на меняющиеся обстоятельства.

Задача водящего — стать спиной к участникам на линии финиша (чем больше будет расстояние между водящим и участниками, тем лучше) и громко произнести: «Тише едешь, дальше будешь — стоп». Пока водящий говорит (а делать он это может в любом темпе), участники стараются как можно дальше убежать по направлению к финишу. Как только водящий замолкает, нужно застыть на месте. Тот, кто не успел остановиться или сделал случайное движение, выбывает из игры. Побеждает тот, кто доберется до линии финиша первым и дотронется до водящего.

"Колдунчики"

Цель: развивать умение шустро бегать, быстро соображать и реагировать на происходящее.

Участники убегают от водящего (эта игра — разновидность салок). Водящий догоняет игрока и дотрагивается до него — осаливает. Осаленный расставляет руки, а любой другой участник может подбежать, дотронуться до него и «выручить». Задача водящего — не отходить далеко от осаленного и не подпускать к нему никого ни на шаг.

"Море волнуется раз"

Цель: развивать воображение, спонтанность и артистичность.

Ведущий отворачивается от игроков и произносит считалочку:

Море волнуется раз,

Море волнуется два,

Море волнуется три,

Морская фигура на месте замри!

Пока он говорит, участники хаотично двигаются в любом порядке, изображая руками движения волн. Как только водящий замолкает, нужно замереть в какой-нибудь фигуре. Водящий подходит к одному из игроков и дотрагивается до него. Игрок изображает свою фигуру в движении, а водящий угадывает, что это такое. Игрок, чью фигуру не удалось угадать, сам становится водящим.

"Казачьи разбойники"

Цель: развивать базовые навыки разведчиков, умение ориентироваться на местности и стойкость.

Игроки делятся на две команды — «казаков» и «разбойников». Договариваются, на какой территории играют. Это может быть двор, подъезд, улица, несколько дворов. «Разбойники» загадывают секретное слово. «Казачьи» отходят в сторону так, чтобы не видеть «разбойников». «Разбойники» убегают, помечая стрелками на асфальте (стенах домов, бордюрах, деревьях и т.п.) направление своего

движения. Начинают бежать группой, а потом разбегаются кто куда, стараясь запутать стрелками «казаков». Задача «казаков» — найти по стрелкам «разбойников».

"12 палочек"

Цель: развивать умение грамотно прятаться и быстро бежать при первой необходимости.

Игра напоминает классические прятки. 12 небольших палочек укладываются на «рычаг» (например, на дощечку и положенный под нее камушек) так, чтобы, наступив на рычаг, можно было разбросать палочки. Задача водящего — собрать палочки, сложить их на рычаг, произнести с закрытыми глазами считалочку и отправиться на поиски спрятавшихся игроков. Как только водящий обнаруживает игрока, бежит к «рычагу» и разбивает палочки, называя имя найденного. Игрок становится водящим. Если найденный успеваешь опередить водящего и добежать до палочек первым, водящий не меняется.

"Вышибалы"

Цель: развивать умение уворачиваться, ловкость, координацию движений «Вышибалы» — два игрока — встают с двух сторон площадки. Остальные игроки находятся в центре. Задача «вышибал» — бросая мяч друг другу, попасть в любого из «центральных» игроков. Задача игроков — увернуться от летящего мяча. Тот, в кого попали, выходит из игры. Другие участники могут «спасти» выбывшего игрока, поймав мяч в воздухе (главное условие — не от земли, иначе тоже вылетаешь). Когда в команде «центральных» игроков остается один участник, он должен увернуться от мяча столько раз, сколько ему лет. Если ему удастся это сделать, все выбывшие возвращаются на прежние места.

"Я знаю 5 имен"

Цель: развивать многозадачность, эрудицию, способность исправлять свои ошибки и двигаться дальше.

Первый игрок берет мяч в руки, произносит: «Я знаю одно имя девочки», ударяет одной рукой мячом о землю и называет имя. Потом продолжает с разными вариациями: «Я знаю одно имя мальчика», «Я знаю один цвет», «Я знаю одно животное», «Я знаю один город». Когда все комбинации использованы, игрок произносит те же самые считалки, только уже на счет два: «Я знаю два имени девочки» — и далее по кругу. Игра продолжается до десяти. Если, отбивая мяч, игрок не успел назвать имя или ударить по мячу, ход переходит к другому участнику. Когда мяч, пройдя через всех участников, возвращается к первому игроку, он продолжает играть с той фразы, на которой ошибся. Побеждает тот, кто первым добирается в этой речевке до десятки.

"Съедобное-несъедобное"

Цель: развивать чувство юмора, умение внимательно слушать и быстро реагировать.

Все игроки садятся или встают в ряд. Водящий кидает мяч одному из участников и одновременно называет какой-нибудь предмет. Если предмет «съедобный», игрок ловит мяч. Если нет — отбивает. Задача водящего — запутать игрока, например, в цепочке «яблоко-дыня-морковь-картошка» неожиданно произнести: «утюг». Если игрок ошибается и «съедает»

«несъедобное», то сам становится водящим. Чем быстрее водящий кидает мяч и называет предметы, тем азартнее и интереснее играть.

Колечко-колечко

Цель: развивать способность следить за манипуляциями окружающих, действовать быстро и решительно.

Игроки садятся в ряд и складывают ладони лодочкой. Водящий держит в кулаке или сложенных ладонях мелкий предмет, например монетку, пуговицу, колечко. По очереди обходит каждого игрока, вкладывая в его «лодочку» свою и произнося считалку: «Я ношу-ношу колечко и кому-то подарю». Задача водящего — незаметно вложить «колечко» одному из игроков и произнести «Колечко-колечко, выйди на крылечко!» После этого игрок, которому достался предмет, вскакивает и пытается убежать. Задача остальных участников — задержать убегающего.

Вы поедете на бал?

Цель: развивать воображение, подбирать синонимы и задавать вопросы, умение нестандартно мыслить, следить за собственной речью, удерживать внимание и быстро находить выход из сложившейся ситуации.

Водящий произносит считалку:

Вам барыня прислала кусочек одеяла

Велела не смеяться,

Губки бантиком не делать,

«Да» и «нет» не говорить,

Черно с белым не носить.

Вы поедете на бал?

После считалки водящий задает игроку самые разные уточняющие вопросы: в чем поедет, на чем поедет, какого цвета будет платье или брюки, как зовут жениха и т.д. Задача игрока — ответить на вопросы, не используя слова «да», «нет», «черный», «белый». Интереснее всего перемешивать простые и сложные вопросы, менять темп речи и интонацию.

"Я садовником родился"

Цель: развивать память, внимание, смелость и готовность отвечать за свои поступки.

Каждый игрок выбирает себе имя — название цветка и сообщает его «садовнику»-водящему и другим игрокам. Водящий произносит считалочку: «Я садовником родился, не на шутку рассердился, все цветы мне надоели, кроме...» И называет «имя» (название цветка) одного из игроков. Происходит диалог между водящим и игроком. Игрок произносит название одного цветка из тех, что есть в команде. Участник, чье имя прозвучало, должен откликнуться. Диалог продолжается. Тот, кто ошибся: например, не отреагировал на свое имя, перепутал название цветов, — отдает фант (любую свою вещь). В конце игры фанты разыгрываются. «Садовник» отворачивается, вещь достают и спрашивают водящего: «Что делать этому игроку?» «Садовник» назначает задание (попрыгать на одной ноге, присесть, спеть, рассказать стихотворение и т.д.) — игрок «отрабатывает» фант и забирает свою вещь.

"Горячая картошка"

Цель: развивать ловкость, координацию движений, внимание.

Все игроки становятся в круг и перебрасывают друг другу мяч, отбивая его. Если кто-то из игроков мяч не отбил, он садится на корточки в центр круга ("котел"). Игра продолжается.

Любой игрок по желанию может выручить «провинившихся». Для этого он, отбивая мяч, старается попасть им по сидящим в центре круга.

«Освобожденный» (тот, кого коснулись мячом) вновь принимает участие в игре. Сидящие внутри круга стараются поймать летящий мимо мяч. Важно - при этом нельзя вставать с корточек в полный рост, можно только пытаться подпрыгнуть, не вставая в полный рост. Если кому-то из игроков это удалось, то все «наказанные» возвращаются в игру, а игрок, бросивший мяч, занимает их место. Для игроков помладше - то же самое, но мяч можно не отбивать, а ловить в две руки и быстро (!!! - картошка же горячая, обожжемся !!!) перекидывать следующему игроку. Если кто-то замешкался - тоже идет в круг "провинившихся".

Участники – не менее 4 человек.

Считалкой выбираем водящего. Он берет мяч в руки и становится в центр круга, который образуют остальные игроки. Водящий подбрасывает мяч и называет имя любого игрока (например, "Штандер-Паша"; «Штандер-Вася», еще вариация - "Хали-хало Паша"). Тот, чье имя назвали, должен поймать мяч, в это время все остальные разбегаются как можно дальше от него. Как только мяч пойман, игрок кричит: Штандер-стоп! (Хали-Хало стоп!)

Все замирают на месте.

Игрок с мячом выбирает любого игрока, до которого ему нужно будет дотронуться мячом.

Дальше игрок начинает говорить, сколько и каких шагов ему понадобится для того чтобы достать до игрока.

Шаги:

- гигантские - шаг на весь размах ноги
- человеческие - обычные шаги
- лилипутские - когда пятка одной ноги ставится сразу перед носком другой
- муравьиные - на носочках делают маленькие шажки (один шажок сразу перед другим)
- зонтики - кружок вокруг себя на одной ноге
- утиные - шаги вприсядку
- лягушка - прыжок
- верблюжья - нужно было шагать туда, куда доплюнул

Лучше назвать кучу "развлекательных" шажков, чтоб было веселее. Например: "До Кати 7 гигантских, три зонтика, два лилипутских..." После того, как названы все шаги, игрок с мячом выполняет их и должен кинуть мяч в сторону загаданного игрока. Если игрок мяч поймал или увернулся, водящий снова подкидывает мяч вверх и все повторяется сначала. Если попал, то игрок становится водящим.

Цель; обмен игровым опытом между детьми и их родителями, формирование интереса к совместной игре с правилами.

Задачи;

- развивающие: развитие творческих способностей, любознательности, памяти, воображения; физических качеств: ловкости, гибкости, быстроты при проведении дворовых, подвижных игр;
- воспитательные: воспитание интереса к физической культуре и спорту через дворовые игры и сказочный сюжет;
- оздоровительные: укрепление физического и психического здоровья детей.

Предполагаемый результат: умеют работать в коллективе, соблюдают правила игр.

Виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная, познавательная.

Индивидуальная работа: закрепить двигательные навыки в прыжках, метании, беге.

Предварительная работа: подготовка сценария, подбор игр, оборудования.

Оборудование: мячи, скакалки

Ход развлечения:

Ведущий: Здравствуйте, дети уважаемые родители! Сегодня мы встретились, чтобы поиграть в дворовые подвижные игры. Все мы в детстве играли во дворе - разными компаниями, в разных сёлах и городах, с разными названиями - играли много, до темноты, до хрипоты мамы, которая звала с балкона домой спать или на обед.

Сейчас смотрим на "поколение next" - и не видим этого. А жаль, так не хватает резиночек, классиков, "вышибал", банальных прятков или достаточно опасных "ножичков". Компьютерные игры, телевизор и фильмы о человеке-Пауке заменили радость такого живого общения. Даже в детском саду и в школе дети больше не интересуются дворовыми играми - сидят стайками и изучают компьютерные игры и сотовые телефоны. Давайте вернем нашим детям радость дворовых игр.

Дворовые игры - не просто развлечение. Дворовые игры - еще и обучение. В этих играх мы учились общению, умению создавать команды и "работать" в них, учились быстро соображать, прыгать-бегать, соревноваться, да и веселиться учились тоже. Играть в эти игры гораздо полезнее для здоровья, чем сидеть у компьютера. Вспомните свое детство и поиграйте с детьми.

И вот сегодня мы с вашими мамами и папами, вместе вспомним игры, в которые они играли, когда были маленькими их любимые детские игры.

В детстве во дворе с мамами и папами мы играли в разные дворовые подвижные игры. Но многие родители выросли и забыли про них.

Сегодня мы собрались в этом спортивном зале, а сейчас мы отправимся с вами на лесную поляну. Где поют птицы (включить магнитофон, звучит диск «Малыш в лесу»). Закрываем глаза, повернемся вокруг себя : раз, два, три на поляну прилети.

Ведущий: На нашей красивой лесной поляне очень жарко, чтоб немного охладиться я приглашаю вас поиграть в игру «Ручеек». Родители и дети встают парами.

Игра «Ручеек»

Для этой игры не требуется много места, главное — нечетное количество участников, причем, чем их больше — тем лучше.

Игроки разбиваются на пары, берутся за руки и строятся друг за другом, образуя арку. Водящий пробегает сквозь коридор и ищет себе пару: берет понравившегося человека за руку и становится с ним вначале арки.

Игрок, пару которого «увели», становится водящим и также бежит через коридор в поисках новой пары.

Подсказка для детей и взрослым: Если вам не нравится водящий и вы не хотите стоять с ним в паре, можно не расцеплять рук и «вода» будет вынужден искать себе другую пару. Но не злоупотребляйте правом на отказ, помните, что в роли «воды» в следующий раз можете оказаться вы.

Следующая подвижная игра. Варианты названий: «Чёрт и краски», «Монах и краски», «Монах в синих штанах», «Монах в красных штанах»

Для этой игры нужно минимум 4 человека, но лучше больше, человек 6-7. В эту игру хорошо играть, когда от обычной беготни дети немного устали, и хочется совместить бег и отдых. Хорошо, если рядом есть скамейка.

Правила игры Чёрт и краски

В начале игры с помощью считалочки выбирается «черт» и «продавец». Все остальные игроки становятся «красками».

Каждая «краска» по очереди на ушко сообщает свой цвет «продавцу» так, чтобы не услышал «черт». Цвета не должны повторяться.

«Краски» и «продавец» садятся на скамейку, черт подходит к ним и заводит диалог с «продавцом».

— Тук-тук

— Кто там?

— Я, черт с рогами, с горячими пирогами, на лбу шишка, в карманедохлаямышка

— За чем пришел?

— За краской

— За какой?

— За синей (название цвета)

Если такого цвета «продавцу» никто из «красок» не называл, он говорит:

-«Такой краски у нас нет! Скачи по дорожке на одной ножке»

Черт прыгает вокруг скамейки на одной ноге, потом возвращается и начинает диалог сначала.

Если названная краска присутствует, то «продавец» говорит:

— Есть такая, плати столько-то (обычно величина оплаты — это возраст «краски»).

«Краска» срывается со скамейки и убегает. Черт в это время хлопает по ладони «продавцу» столько раз, сколько она стоит и бежит догонять «краску».

Если «черт» ее поймал, он приводит ее к скамейке, и его спрашивают, что он нарисует.

Надо придумать что-нибудь необычное. После этого «краска» становится «чертом» и игра начинается сначала.

Если «краске» удалось увернуться от «черта» и она смогла вернуться на скамейку не будучи осаленной, игра продолжается.

Возможен такой вариант догонялок:

Пока «черт» расплавляется с одной стороны скамейки, «краска» занимает место на старте с другой стороны скамейки, далее «продавец» произносит: «На тебе стакан-лимон, и катись отсюда вон!»

После этого «черт» бежит за «краской» оговоренное заранее количество кругов вокруг скамейки.

Если он осалил ее, то «краска» становится «чертом», если она успела пробежать круги и сесть на скамейку, то игра продолжается.

Игра под названием «Монах и краски» имеет те же правила, меняется присказка в самом начале:

— Тук-тук

— Кто там?

— Я, монах в красных штанах

— За чем пришел?

— За краской

— За какой?

. далее по правилам, описанным выше

В некоторых вариантах игры «продавца» называют «мамкой» воображение, спонтанность и артистичность.

А сейчас на самолете, мы с вами отправляемся к морю.

– Я как птица, вверх взмываю,

Океан переплываю!

Облака плывут кругом,

Крылья плещут серебром –

Кто, скажи, я? Самолёт.

Закрываем глаза, покружились вокруг себя. Полетели. Вот мы с вами и на море.

Игра «Море волнуется раз»

Как играть в море волнуется раз:

Цель: развивать воображение, спонтанность и артистичность.

Ведущий отворачивается от игроков и произносит считалочку:

Море волнуется раз,

Море волнуется два,

Море волнуется три,

Морская фигура на месте замри!

Пока он говорит, участники хаотично двигаются в любом порядке, изображая руками движения волн. Как только водящий замолкает, нужно замереть в какой-нибудь фигуре. Водящий подходит к одному из игроков и дотрагивается до него. Игрок изображает свою фигуру в движении, а водящий угадывает, что это такое. Игрок, чью фигуру не удалось угадать, сам становится водящим.

На море мы с вами купались, загорали, рыб видали, даже морскую звезду видели! А аттракционы мы с вами не посетили. Предлагаю отправиться на карусель.

Игра «Карусель»

Цель: развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами

Ход: Дети образуют круг, держась за шнур право рукой, идут по кругу сначала медленно, потом быстрее и переходят на бег. Движения выполняются в соответствии с текстом, произносимым вслух:

Еле, еле, еле, еле

Закружились карусели,

А потом кру-гом, кру-гом,

Все бегом, бегом, бегом.

После того как дети пробегут 2-3 круга, воспитатель организывает их и подает сигнал к изменению направления движения. Играющие поворачиваются кругом и, перехватив шнур другой рукой, продолжают ходьбу и бег. Затем педагог вместе с детьми произносит:

Тише, тише, не спешите!

Карусель остановите!

Раз – два, раз – два,

Вот и кончилась игра.

Движение «карусели» постепенно замедляется. На слова «Вот и кончилась игра!» дети останавливаются.

Игра эстафета.

Покупались, отдохнули. Предлагаю отправиться на нашу лесную поляну.

Закрыли глаза. Покружились, повернулись на полене тихо сели.

Вот и закончился полёт,

Домой летит наш самолёт.

Диспетчер говорит:

-Друзья, итоги подводить пора!

Игра «Обыкновенные жмурки»

Одному из играющих — жмурке завязывают глаза, отводят его на середину комнаты и заставляют повернуться несколько раз вокруг себя, затем переговариваются с ним, например:

«Кот, кот, на чем стоишь?»

— «На квашне» .

— «Что в квашне?»

— «Квас».

— «Лови мышей, а не нас».

После слов участники игры разбегаются, а жмурка их ловит. Кого он поймал, тот становится жмуркой.

Правила.

1. Если жмурка подойдет близко к какому-либо предмету, о который можно удариться, играющие должны его предупредить, крикнуть: «Огонь!»

2. Нельзя кричать «Огонь!» с целью отвлечь жмурку от игрока, который не может убежать от него.

3. Играющие не должны прятаться за какие-либо предметы или убегать очень далеко.

4. Играющие могут увертываться от жмурки, приседать, проходить на четвереньках.

5. Пойманного игрока жмурка должен узнать, назвать по имени, не снимая повязки.

Указания к проведению. Игру можно проводить как в комнате, так и на участке. Граница игровой площадки должна быть точно определена, и выходить за нее участники игры не должны. Если границу игровой площадки переходит жмурка, то его следует остановить словом «Огонь!».

Дети должны бегать неслышно около жмурки. Смелые игроки могут тихо подойти к нему, коснуться плеча, спины, руки и так же неслышно убежать; могут за спиной у жмурки произнести короткое слово: «Ку-ку!», «А-у!»

Жмурки на местах

Жмурку ставят на середину игровой площадки, завязывают глаза, и он повертывается несколько раз вокруг себя. Играющие его спрашивают:

«Где стоишь?»

— «На мосту».

— «Что продаешь?»

— «Квас».

— «Ищи три года нас!»

После слов участники расходятся по площадке, жмурка идет их искать. Дети, пока их ищет жмурка, не сходят со своих мест, но они могут присесть, встать на колени или четвереньки. Найденный игрок становится жмуркой только в том случае, если водящий его узнает и назовет по имени.

Воспитатель: Сегодня уже мало кто помнит те игры, в которые играли наши бабушки и дедушки и ваши родители. Между тем эти старые игры очень полезны для здоровья, так как при игре требуется постоянное движение, а вся игра происходит на улице. Особенно хорошо в них играть на лужайках, специальных игровых площадках. Правила предложенных игр незамысловаты, поэтому в них легко внести различные изменения, придать им больше азарта. В эти игры можно играть как детям, так и взрослым.

Дорогие родители и милые дети, вы все сегодня большие молодцы! Вам понравилось наше занятие? Какие подвижные игры мы с вами сегодня вспомнили и играли? В какую игру вам понравилось больше всего играть? Хорошо.. На этом наше занятие закончено! Спасибо вам всем большое.

Консультация родителям по формированию здорового образа жизни у детей

Здоровье Вашего ребенка является важнейшей ценностью и наша общая задача – сохранить и укрепить его.

ПОМНИТЕ: пример родителей является определяющим при формировании привычек и образа жизни ребенка.

Растущий организм ребенка нуждается в особой заботе, поэтому детям необходимо соблюдать режим труда и отдыха.

Приучите Вашего ребенка самого заботиться о своем здоровье: выполнять гигиенические процедуры, проветривать помещение и т.д.

Контролируйте досуг вашего ребенка: просмотр телепередач, встречи с друзьями, прогулки на свежем воздухе.

Традиции здорового питания в семье – залог сохранения здоровья ребенка.

В формировании ответственного отношения ребенка к своему здоровью используйте пример авторитетных для него людей: известных актеров, музыкантов, спортсменов.

Потребность в здоровом образе жизни формируется у детей, в том числе и через систему знаний и представлений, осознанного отношения к занятиям физической культурой.

Сегодня много говорят о здоровом образе жизни, в том числе и детей, а что же конкретно относится к понятию здоровый образ жизни?

Прежде всего, и, пожалуй, самым главным разделом является:

- режим дня (когда соответственно возрасту ребенка, а также индивидуальным особенностям идет смена режима активности и отдыха)
- режим рационального питания.
- закаливание

Памятка для родителей по формированию привычки к здоровому образу жизни

Уважаемые папы и мамы!

Если Ваши дети Вам дороги, если Вы хотите видеть их счастливыми, помогите им сохранить свое здоровье. Постарайтесь сделать так, чтобы в Вашей семье занятия физкультурой и спортом и стали неотъемлемой частью совместного досуга.

- С раннего детства воспитывайте у своих детей привычку заниматься физкультурой и спортом!
- Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребенка!
- Поддерживайте желание участвовать в спортивных мероприятиях!
- Воспитывайте в своих детях уважение к людям, занимающимся спортом!
- Рассказывайте о своих спортивных достижениях в детстве и юности!
- Дарите своим детям спортивный инвентарь и снаряжение!
- Демонстрируйте свой пример занятий физкультурой и спортом!
- Совершайте со своим ребенком прогулки на свежем воздухе всей семьей, походы и экскурсии!
- Радуйтесь успехам в спорте своего ребенка и его друзей!
- На самом видном месте в доме помещайте награды за спортивные достижения своего ребенка!
- Поддерживайте своего ребенка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!