

Консультация для педагогов: «Игры и физические упражнения зимой»

Дата проведения: 17 декабря

Слайд 2

Снег является прекрасным строительным материалом. Из него можно соорудить постройки для разнообразных движений. Хорошо заранее предусмотреть места их расположения, преимущественно по краям площадки. Благоустроявая игровую площадку, необходимо учитывать конкретные условия, например, к уже имеющемуся на ней возвышению сгрести снег и устроить горку.

Взрослые используют зимние условия для упражнений детей в следующих движениях:

Ходьба по следам, ходьба, поднимая колени, ходьба приставным шагом вправо и влево, восхождение на горку, и спуск с нее, ходьба змейкой между сугробами.

Бег до дерева, куста, змейкой, с горки на горку, на перегонки, с ловлей и увертыванием.

Упражнение в равновесии — ходьба по снежному валу прямо, боком, приставными шагами, перешагивая через снежки, палочки.

Прыжки на месте и продвигаясь вперед (расстояние 3-4 мин.), спрыгивайте со снежного вала или бугорка, прыжки вокруг сугроба на двух и на одной ноге.

Подлезание под ветку, в снежном тоннеле.

Метание в вертикальную и горизонтальную цель, на дальность, метание вверх (выше куста, дерева).

Слайд 3

Игры на снежной площадке

Во время оттепели, когда снег хорошо лепится, из него можно соорудить снежную крепость, фигуры зверей, снеговика, заготовить снежки для игр с метанием.

Слайд 4

Скатай шар

Играющие делятся на равные группы. Воспитатель оговаривает продолжительность игры (4-5 мин) и начинают катать снежный ком, стараясь делать его как можно большим. Выигрывает группа, скатавшая за установленное время самый большой ком.

Слайд 5

Сбей кеглю (городок).

На возвышении (снежный вал, пень) ставят кеглю. Ребята по очереди метают снежки, целясь в предмет.

Слайд 6

Веселые снежинки.

Играющие, разбегаются по площадке. Взрослый: «Ветер подул, закружил снежинки»-ребята кружатся на том на том месте, где их застал сигнал. Взрослый: « Снежиночки — пушиночки устали на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть» - малыши приседают. Затем дети снова разбегаются по площадке, игра повторяется.

Слайд 7

Накорми медведя (зайца).

Ребята с 2 — 3 м поочерёдно метают снежки, стараясь попасть в корзину, которая укреплена в лапах снежной фигуры. Выигрывает забросивший большее количество снежков.

Слайд 8

Не попади в сугроб.

На площадке насыпается небольшой сугроб или кладётся снежный ком. Играющие берутся за руки, образуют круг и по команде тянут друг друга на сугроб. Проигравшим считается тот, кто попадает в сугроб или столкнёт в сторону ком.

Слайд 9

Попади в мяч.

На среднюю линию площадки кладут два мяча (резиновые, волейбольные). С расстояния 2 — 3 шагов двое ребят стараются попасть снежками и откатить свой мяч за заднюю линию площадки. Выигрывает тот, кто сумеет это сделать первым.

Слайд 10

Заморожу!

Ребята стоят по кругу, водящий (им может быть и взрослый) — в центре. Прыгают на двух ногах со словами « Не боюсь » и при этом то разводят руки в стороны, у которого руки подняты в стороны, - « заморозить ».

Слайд 11

Загони льдинку

В центре площадки обозначен краской круг, от него в разные стороны расходятся цветные линии длиной 3 м. У начала каждой линии стоит игрок, у его ног льдинка. Прыгая на одной ноге, он подбивает льдинку, загоня её в центральный круг. Отмечается пришедший первым.

Слайд 12

Проведи шайбу.

Играющие ведут шайбу клюшкой по площадке до какого-либо ориентира (снежный вал, палочки, флажки) на расстояние 10-15 м и обратно.

Отмечается, кто сделал первым.

Слайд 13

Передай шайбу.

На площадке линиями обозначается коридор шириной 3-4 м. Ребята парами двигаются вдоль него, передавая шайбу. Выигрывают закончившие передачу первыми.

Слайд 14

Катание на санках.

Это развлечение пользуется любовью детей всех возрастов. Малыши, вначале сидящие на санках, очень скоро хотят активно действовать: возят на санках кукол, нагружают снег, катаются с горок вначале со старшими, потом самостоятельно. Последнее развлечение самое эмоциональное.

Спустившись с горки, ребенок тотчас старается снова подняться на нее. Он готов кататься непрерывно, затрачивая много энергии и не замечая утомления. Взрослым необходимо регулировать физическую нагрузку, учитывая возраст ребенка, его физические силы и возможности. Не допускать излишнего возбуждения, перегревания от непрерывных действий, но не должно быть и обратного — ожидание очереди при спуске с горки ведет к охлаждению, появлению озноба. Так бывает при большом числе желающих кататься. В целях временного отвлечения части детей от горки им следует подсказать несколько интересных игр и развлечений с санками на площадке.

Слайд 15

Кто скорее.

В середине большого круга, начерченного на площадке, размещаются двое-трое детей с санками. По сигналу взрослого выполняют задание: 1) быстро вывезти санки из круга, держась за спинки, и сесть в них; 2) при выезде из круга поменяться санками и сесть в них; 3) толкнув санки, сесть на них и выехать из круга. Во всех заданиях побеждает самый быстрый.

Слайд 16

Черепахи.

Играющие делятся на пары, у каждой пары — санки. Садятся на санки спиной друг к другу и по сигналу стараются побыстрее доехать на санках до финиша (5-6), согласовывая свои действия. Выигрывает пара, первая прибывшая к финишу.