

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ЗИМНИЕ ИГРЫ И ЗАБАВЫ»

Родителям часто не хватает времени, чтобы полноценно пообщаться с детьми. А детям не хватает и родительского внимания, и физической активности, которая необходима не только для укрепления организма, но и для интеллектуального развития. А всем вместе, и детям, и родителям, не хватает свежего воздуха и солнца, так как в нашем городе Санкт-Петербурге в это время года рано темнеет, и мы почти не видим света, что плохо сказывается на усвоении витамина «Д». А мы, психологи, переживаем, что у детей мало совместных с родителями ярких событий, воспоминания о которых греют душу ребенку даже в разлуке с отцом или матерью.

Впереди две недели зимних каникул. Родители проведут это время с детьми. Постарайтесь за этот период накопить много ярких впечатлений. Много гуляйте с детьми, занимайтесь интересными делами: играйте в различные игры, забавы, подходящие к зимним условиям.

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, санки с ящиками, листы фанеры, пластика для построек.

Предлагаю Вашему вниманию зимние забавы, в которых можно участвовать как вдвоем с ребенком, так и группой детей или детей и взрослых (например, в парке, на детской площадке, в пансионате или в дачном поселке).

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. После снегопада взрослые сгребают на участках снег и рыхлят его, чтобы детям было легко его копать. Для строительства пригодится специальный инвентарь: лопаты, санки с ящиками, листы фанеры, пластика для готовых композиций. В подвижных играх и зимних забавах можно использовать снежные постройки: горки, ледяные дорожки, валы, лыжные трассы.

Детям 5-7 лет можно показать новые способы обработки снега. Можно научить детей делать снежные фигуры. Взрослый чертит на слежавшемся снегу разные фигуры (круг, треугольник, квадрат и т. д.),

ребенок по линиям надрезают снег и снизу осторожно вынимают получившуюся фигуру. Если эти фигуры слегка смочить водой, получится хороший строительный материал, из которого можно соорудить любые постройки. Для игры дети самостоятельно лепят мелкие фигурки. Можно построить снежный городок, а затем организовать в нём зимний праздник, используя спортивные игры, лыжные эстафеты, гонки на санках.

Большим успехом у детей пользуются игры-эстафеты, аттракционы.

«Кто быстрее слепит снеговика?»

Дети (или ребенок и взрослым) разбиваются на пары, и каждая пара получает задание слепить снеговика. Для этого необходимо скатать комки разного размера, поставить их друг на друга. Сделать снеговику глаза, брови, нос, рот (из морковки и угольков) и надеть шапку (ведро). Выигрывает та пара, которая быстрее закончит работу. Пары о работе договариваются сами, игра начинается по команде «Приготовились! Начали!»

«Кто быстрее слепит десять снежков?»

По команде дети начинаем лепить снежки и складывать их около себя. Снежки должны быть аккуратные, круглые. Выигрывает тот, кто раньше слепит десять комков и поднимет последний комок над головой.

«Снежки»

Лепим снежки и стараемся попасть друг в друга. Бросать можно только в ноги. Вариант: можно разделиться на две команды. Выбывает из игры тот, в кого попадут снежком. Выигрывает та команда, у которой останется больше игроков.

Эстафета «Ловкачи

Играющие делятся на 2—3 команды. По сигналу первые игроки из каждой команды бегут 2 м, подлезают под ворота (сделанные из 2 скрещенных лыжных палок), влезают на снежный вал шириной 30—40 см, бегут (или быстро идут по нему), потом спрыгивают. Как только ребенок спрыгнул с вала, начинает движение следующий игрок этой команды. Выигрывает та команда, которая быстрее всех закончит эстафету и не нарушит ее условий: не сбить ворота, не упасть наверху, не упасть при спрыгивании.

«Катание на санках с горы»

На середине ската горки, на высоте вытянутой руки ребенка укрепляется веревка. На эту веревку вешается колокольчик или цветные ленты. Проезжая на санках, ребенок звонит в колокольчик или снимает ленты, флажки. Можно дать такое задание: взять флагок или ленту определенного цвета или во время скатывания с горки бросить снежок в ящик, стоящий сбоку.

«Самые быстрые санки»

2-3 детей садятся на санки спиной вперед (на одних санках может ехать один ребенок или двое детей). По команде дети начинает отталкиваться ногами и двигаться вперед. Расстояние от старта до финиша - 5 метров. Игру можно повторять 2-3 раза, с разными участниками.

«Тяни-толкай».

На санки садятся два игрока одной команды. Но садятся они... спиной друг к другу. Задача: как можно быстрее добраться до финиша, отталкиваясь только ногами (один игрок едет лицом к финишу, второй - спиной).

«И опять тяни-толкай!»

Теперь на одни сани садятся игроки разных команд. Задача игрока, сидящего по ходу полозьев, - пересечь финишную черту. Задача его соперника - не дать ему этого сделать. На выполнение дается три минуты. Команда получает по 10 баллов за каждую победу.

«Попади в лунку»

Делаем в снегу несколько лунок, ребенку дает мешочек с шариками. За установленное время ребенок забрасывают в лунку как можно больше шариков, затем подсчитывают итог.

На морозе необходимо постоянно двигаться. Делать это можно разными способами. Например: ходьба и бег спинами друг к другу; парный бег (взявшись за руки), быстрая ходьба с подниманием предметов; бег вперед спиной; след в след» - ходьба по следам взрослого; при этом учитывается длина детского шага; скользить и ходить по линиям, начертанным на скользкой площадке.

ВЕСЁЛЫЕ ЗИМНИЕ ИГРЫ:

«Два города»

На снежной площадке отметьте линиями два «города» - на расстоянии 30-35 шагов один от другого. Разбейтесь на две команды. Игроки одной команды будут бежать, игроки другой - салить их снежками. «Бегуны» занимают город, капитан по очереди отправляет их в другой город, а «салки», стоя по бокам площадки, стараются поразить снежками бегущих. Каждое попадание - очко. Когда все перебегут, посчитайте очки. Потом команды меняются ролями. У вас получится своеобразное двоеборье, состязание и в ловкости, и в меткости. Итак, город «взят».

«Дуэль»

Два соперника встают друг против друга на расстоянии около 10 метров. Каждый из них пусть очертил вокруг себя круг диаметром в метр. Выбранный «секундант» бросает жребий - кому начинать. По его же сигналу начинающий игру наклоняется, лепит снежок и бросает его в соперника. Затем «стреляет» второй. Если вы оба промахнулись или же оба попали друг в друга, продолжайте бросать снежки по очереди. Но если один попал, а другой промахнулся, то проигравший уступает свое место следующему сопернику. Можно увертываться любым способом (приседать, подпрыгивать и т. п.), но, только не выходя из круга. Предупреждение: постарайтесь объяснить ребятам, что бросаться можно именно снежками, но никак не кусками смерзшегося, с острыми краями снега. В голову никогда не целиться!

«Мой ком - больше»

Итак, засекается время (для определенности дается пять минут). Нужно скатать снежный ком. Выигрывают те игрок, чей ком окажется больше.

«Снежные обгоняли»

Итак, перед участниками соревнования стоят снежные комья. По сигналу игроки начинают катить ком по направлению к финишу. Выигрывает тот, кто первым доберется до финиша.

«Веселый снеговик»

На голову только что вылепленного снеговика надевается ведро. По команде игроки по очереди подходят и сбивают снежками ведро.

Каждому участнику дается три попытки. Если он сбил ведро с первой попытки, то получает 30 очков, со второй - 20, с третьей - 10 очков. В конце состязания суммируется количество заработанных командой баллов.

«Ну-ка берегись!»

Пара саней ставится на расстоянии 3-4 метров. Два игрока садятся на них лицом друг к другу и берут в руки веревки саней соперника. Между санями чертится линия. По сигналу игроки начинают тянуть веревку на себя, подняв ноги на санки (как вариант - можно помогать себе ногами). Выигрывает участник, который перетянул соперника через черту на «свою» территорию.

«Поразим мишень»

На заборе или на стене дома нужно начертить 2 мишени для каждой команды. Можно вылепить круги, используя снежки. Соперники начинают забрасывать мишени снежками. Баллы начисляются по количеству попавших в цель снежков. Другой вариант: побеждает тот, кто первым полностью залепит мишень снежками.

ВЫБРАТЬ ТЕ ИГРЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ НЕ ТОЛЬКО ДЕТЯМ, НО И РОДИТЕЛЯМ ВЕСЕЛО ПРОВЕСТИ ВРЕМЯ В ТЕЧЕНИЕ ЗИМНИХ ПРАЗДНИКОВ, ЕЩЕ БОЛЬШЕ СПЛОТИТЬ ВАШУ СЕМЬЮ!