

Осенние спортивные и подвижные игры

В век смартфонов стало сложно занять ребенка играми на открытом воздухе.

В какие игры можно поиграть на улице?

- *Вышибалы*: игроки делятся на две команды, одна из которых пытается выбить игроков другой мячом.
- *Тише едешь – дальше будешь*: игра на медленную ходьбу и внимание.
- *Казак-разбойник*: одна команда прячется, другая ищет.
- *Палочки-невидимки*: один игрок прячет палочки, а другие ищут.
- *Море волнуется раз...*: игроки замирают после сигнала в разных позах.



Все эти игры помогают развивать навыки командной работы и реакцию и подходят как для детей, так и для взрослых.

Физические активные игры важны и полезны для человека в любом возрасте. Но для детей, конечно же, подвижные игры значат особенно много.

- они тренируют тело: развивают выносливость и координацию, укрепляют мышцы;
- такие игры закаляют психику ребенка, и он может выплеснуть свои негативные эмоции;
- групповые подвижные игры помогают с социализацией: учат общаться внутри всей командой и заводить друзей;
- в соревновательных играх происходит знакомство с понятием победа и поражение, учатся достойно принимать и то, и другое;
- подобные активности развивают мозг: ребенок стремится оценивать ситуацию и принимать правильные решения.

Кроме того, активные игры на свежем воздухе развивают сенсорные навыки - учат воспринимать информацию разными органами чувств.

А нужны ли в детских подвижных играх взрослые?

Подвижные игры - это активные виды деятельности и делятся на следующие виды:

- сюжетные;
- бессюжетные;
- игры-забавы;
- аттракционы.

Активные игры требуют, чтобы старшие находились где-то поблизости, особенно если речь идет о дошкольниках.

Почему взрослому нужно участвовать в детских подвижных играх?

- Быть ведущим чтобы не перекладывать эту задачу на детей, можно сыграть вместе с ними.
- Для укрепления отношений с детьми.
- Совместная игра позволяет здорово провести время и сильнее сблизиться с детьми.
- Следить за безопасностью.

Можно поиграть в игры: «Маленький круг — большой круг» - моторные навыки. «Собери по цвету» - развитие цветовосприятия. «Включи/Выключи» - обучение понятиям включения/выключения. «Злая лапка» - эмоциональное развитие. «Сардины в банке» - игра напоминает прятки, только наоборот. Сперва прячется один ребенок, а остальные его ищут. Как только один игрок находит другого, он тоже прячется. Его задача — затаиться рядом и ждать, пока кто-то другой не найдет их обоих.

Все эти игры способствуют всестороннему развитию ребенка.

