

## Игры для детей весной на улице

Прогулки с детьми Весной – активное, полезное физическое упражнение, которое под силу выполнить не только Вам, но и Вашему ребенку. При таких прогулках человек задействует все мышцы своего тела, особенно рук, спины, ног и таза. Также полезны такие прогулки и для здоровья всего организма в целом, потому что при длительной прогулке будет активизирован Ваш организм и все его системы. Если использовать разнообразные подвижные игры, то Вы сможете заметить, что Ваш ребенок стал болеть намного реже. Что можно предложить интересного на весенней прогулке для Вашего ребенка?

### «Капитаны»

Самое время для построения и запуска корабликов, этот процесс очень любят все дети. Конечно, сделать кораблик вместе с ребенком лучше заранее дома. Подойдут любые подручные средства: кораблик из обычной бумаги, сложенный старым известным методом или мини — кораблик из скорлупы ореха, а то и вовсе большой корабль из пенопласта.

Выйдя на улицу, найдите подходящий ручеек или пусть ребенок сделает его сам, расчистив место для водного потока от палок и снега при помощи лопатки. Запускайте кораблик, а может даже не один, пусть мамин кораблик из бумаги соревнуется с кораблем малыша из пенопласта, он-то наверняка выиграет, доставив немало радости крохе.

### «Пускаем солнечных зайчиков»

Если погода солнечная, не забудьте прихватить с собой зеркальце. Малыш будет рад сделать день еще более солнечным, пуская солнечные блики на дома и деревья. Выберите какую-нибудь отдаленную цель и потренируйтесь, кто сможет запустить зайчика так далеко.

### «Прогулка с Лупой»

Можно отправиться погулять в парк и всё рассмотреть через лупу – это очень интересно и не только для детей, но и для взрослых. Рассматривайте траву, жучков, паучков. Такая весенняя игра развивает мышление и творческие навыки ребёнка.

### «Шаги лилипута»

В эту игру хорошо играть всей семьей. Выберите цель и наметьте линию старта. Пусть участники посоревнуются: кто быстрее пройдет дистанцию лилипутскими шагами (это такие шаги, когда нога при шаге ставится вплотную к другой ноге).

### «Гигантские шаги»

Смысл игры такой же. Однако теперь ребенок должен расставлять ноги так широко, как он только может.

### «Посчитай птиц»

С ребенком можно поиграть в такую игру: кто заметит больше птиц за время прогулки, назовет их. Закончить игру можно кормлением птиц пшеном или специальным кормом.

### «Ищем первые признаки весны»

Вооружаемся фотоаппаратом и отправляйтесь на поиски весны. Первые набухшие почки, оживленные пташки — все это первые знаки того, что весна уже близко.

### «Рисуем на асфальте»

Если асфальт сухой, самое время достать цветные мелки и нарисовать приглашение весне: солнышко, цветы и травку. Возможно, это ускорит приход тепла!

### «Школа мяча»

В сухие весенние дни есть масса подвижных игр с мячом. Это развитие координации движений, ловкости и выносливости. Подвижные игры для детей весной на улице просто незаменимы для укрепления мышц и иммунитета.

### **«Забавные прыжки»**

Перед началом этой игры мелом или палочкой необходимо начертить окружность радиусом 1,5-2 метра. Один из участников размещается в центре круга, а все остальные рассредоточиваются по его периметру. По сигналу игроки начинают поочередно впрыгивать и выпрыгивать из круга. Ребенок, стоящий в центре, должен дотронуться до них рукой, после чего ребята считаются пойманными. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один участник.

### **«Котенок»**

Участники выбирают водящего (маму, папу и т.п.), который прячется за деревом или любым другим предметом и начинает мяукать. Остальные должны максимально быстро его найти. При этом «котенку» разрешается менять свое местоположение, пока никто не видит. Игра продолжается до обнаружения водящего, а затем при желании повторяется с новым игроком в его качестве.

### **«Суша — Вода»**

Ребенок становится на свободной площадке. При слове ведущего «суша» все прыгают вперед, при слове «вода» — назад. Игра проводится в быстром темпе. Ведущий имеет право вместо слова «вода» произносить другие слова например: море, река, залив, океан; вместо слова «суша» — берег, земля, остров. Игрок должен не ошибиться.

### **«Развиваем скорость движения»**

Для этой игры вам нужны мяч и мел. На асфальте нарисуйте круг диаметром примерно в 2 метра и обозначьте направления движения. Ребенок встает в центр и бьет мячом об землю, после он убегает по заданному направлению. Пока мячик делает 3 удара, малыш должен бежать. Выигрывает тот, кто дальше убежит. Это игра является как групповой, так и одиночной.

### **«Развиваем координацию»**

Ребенок становится напротив ведущего. Игра очень простая. Ребенок должен показать движения, обратные тем, что показывает ведущий. Например, если ведущий опускает руки, малыш должен их поднять, если ведущий приседает, нужно подпрыгнуть и т.д. Если в игре несколько детей, то победителем становится тот, кто выдержит дольше всех.