

Мастер-класс для родителей

«Здравствуй, игра! Как организовать активный отдых с ребёнком дома»

Здравствуйте,

Добро пожаловать, друзья!

Приглашаем мы всех вас

На весёлый мастер-класс!

Нашим детям, к сожалению,

Не достаточно движения.

Компьютер, мультики, планшет,

Времени побегать нет.

Надо это исправлять,

В игры с детками играть.

Ну а как, мы вам покажем,

Всё подробненько расскажем.

И сейчас без промедленья

Начинаем представление!

Будьте смелыми, активными,

И, конечно, позитивными!

Родителям предлагается поиграть в подвижные игры, которые они смогут в дальнейшем организовать с ребёнком в домашних условиях.

«Бездомный заяц»

На земле по кругу лежат обручи – это заячьи домики. Заяцы бегают вокруг домиков по площадке, скачут друг за другом на двух и на одной ноге. Воспитатель командует: *«Зайцы, по домам!»* – и занимает один из домиков. Заяцы спешат занять домики, но одному домика не хватает. Он становится *«бездомным»* и говорит: *«Зайцы в поле побежали, по полянке поскакали.»* Дети выбегают и резвятся на площадке. Игра продолжается.

«Поймай шарик»

Играют двое. У них в руках воронка с шариком. При нажатии кнопки шарик выстреливает вверх. Задача игрока – поймать шарик в воронку. Играем до тех пор, пока звучит музыка. Затем подсчитываем количество пойманных шариков. Подсчёт может вести, например, бабушка. То же и с нестандартным оборудованием.

Повторяем с детьми правила игр-эстафет и игр-соревнований:

Играем честно.

Играем не ради корысти, а ради удовольствия.

Если выиграл – радуйся, если проиграл – не расстраивайся.

«Льдинка»

Участники игры образуют круг и становятся на расстоянии одного-двух шагов друг от друга. В центре круга – водящий. Он кладёт перед собой гладкий кусочек льда (*или шайбу, деревянную чурку*) и хоккейной клюшкой старается выбить льдинку за пределы круга. Играющие препятствуют этому и отбивают льдинку назад. Тот, кто пропустит льдинку, сменяет водящего и становится внутрь круга.



«Поймай снежок»

Участвуют несколько пар. Дети стоят друг против друга на расстоянии приблизительно 4 метров. У одного ребёнка пустое ведёрко, у другого – мешочек с определённым количеством “снежков” (*теннисные или резиновые мячи*). По сигналу ребенок бросает снежки, а напарник старается поймать их ведром. Выигрывает пара, которая первой закончит игру и наберёт большее количество “снежков”.

«Весёлая змейка»

Дети строятся друг за другом и кладут руки на плечи впереди стоящего – получается змея. Чем она длиннее, тем лучше. В ходе игры «голова» змеи пытается поймать свой «хвост». При этом цепь не должна разрываться. Если удалось поймать, то «хвост» становится «головой», и игра продолжается по тому же сценарию. Игра даёт хорошую эмоциональную разрядку, т. к. играть в неё очень смешно.

«Наматывание верёвки»

В эту игру смогут играть только двое. Если больше желающих, то можно играть поочередно с победителем, а остальные – болельщики. Возьмите две одинаковые ветки или палки и веревку подлиннее (*3 и больше метра*). Привязываем по ветке или палке к каждому концу веревки. Посередине этой веревки привязываем флажок или делаем узелок. Каждый участник берет по палке, отходит настолько, чтобы сама веревка хорошо натянулась. Так, по сигналу дети начинают наматывать веревку на свою палку. Кто быстрее всего дойдет до узелка или флажка – победитель!



«Горячая картошка»

Дети становятся в круг. Водящий подаёт сигнал или включает музыку (*можно использовать музыку с телефона*). Дети начинают кидать мяч друг другу, стараясь от него как можно быстрее избавиться. Когда водящий подает сигнал или выключает музыку, то тот, у кого в руках остался мячик, выбывает из игры. Когда останется 1 игрок, игра заканчивается, и он становится победителем.

«Теннис с воздушным шариком»

Возьмите ракетки бадминтона или тенниса. Надуйте шарик и используйте его вместо теннисного мячика или волана.

Воздушный шарик летит долго, а у ребёнка есть время немного подумать, куда бежать и отбить шар.

Игра-эстафета «Точно в цель»

Игроки выстраиваются в один ряд у линии. В 5 метрах от каждого игрока ставится корзина или кладётся обруч. По сигналу игроки бросают мешочки все сразу, стараясь попасть в свой обруч. Если хоть один мешочек попал точно в цель, при следующем повторении обруч или корзина передвигается ближе к черте на 1 м. Выигрывает тот, кто первым приблизит обруч к самой черте. Затем игра повторяется, но игроки бросают левой рукой, а обруч



первоначально ставится в 4 м от линии.

«Хвосты»

Игрокам раздаются верёвочки – «хвосты», которые они прикрепляют сзади за пояс юбки или брюк. Выбирается водящий, по сигналу игроки разбегаются по комнате, стараясь увернуться от водящего. Задача водящего – выдернуть хвостик у игроков. Игрок, оставшийся без хвоста, выбывает из игры.

«Кто больше наберёт снежков»

Играют двое. На пол рассыпают снежки из ваты. Детям завязывают глаза и дают по корзинке. По сигналу они начинают собирать снежки. Выигрывает тот, кто наберёт большее количество снежков.



«Весёлые загадки»

Играют двое игроков. Они встают на линию старта. На противоположном конце комнаты в ряд расположены игрушки или какие-либо предметы. Ведущий загадывает загадку, отгадка – одна из игрушек. Если кто-то из игроков знает отгадку, бежит и берёт ту игрушку, о которой идёт речь и возвращается на место. Выигрывает тот, кто принесёт большее количество игрушек.

Вот окончен мастер-класс,

Но спрошу сейчас у вас.

С чем отсюда вы уйдёте,

Какие игры дома проведёте?