

## *Какие игры можно проводить во время прогулки?*

Многим родителям кажется, что на прогулке ребенку достаточно площадок, самокатов и общения со сверстниками. Отчасти это правда, но важно взаимодействие именно между детьми и родителями. Какие интересные игры для прогулок помогут родителям и детям весело и с пользой провести время на свежем воздухе?

### «Посчитай»

Дайте ребенку задание собрать пять камней. Каждый камень нужно отнести в определенное место. Обязательно озвучивайте, какой по счету камень принес ребенок. Игра может стать соревнованием: наперегонки собрать нужное количество вещей. Еще один вариант: посчитать, какова длина дома или ширина тротуара в шагах.

### «Повтори движение»

Называйте движение и выполняйте его. К примеру, говорите «Поднять левую руку» и одновременно поднимайте руку. Ребенок должен в точности повторить ваше действие. Постепенно усложняйте задачу. Говорите «Поднять левую руку», но при этом путайте ребенка и поднимайте правую руку. Задача ребенка – не запутаться и выполнять именно то, что вы говорите. Затем можно поменяться ролями. Игра хорошо развивает зрительное и слуховое восприятие информации, помогает изучить свое тело и его возможности, тренирует способность к подражанию. Повторение движений позволяет быстрее научиться новому.

### «Нарисуй и пройди»

Возьмите на прогулку мелки для рисования на асфальте или просто найдите палку, которой можно рисовать на песке, земле или снегу. Чертите параллельные линии, зигзаги, геометрические фигуры, дорожки и просите ребенка пройти или пробежать по ним, не заступив за край. Потом скажите, что нарисованная дорожка или фигура – это ручеек или овраг, через которые нужно перепрыгнуть. В качестве «передышки» можно рисовать лица с разными эмоциями и предложить ребенку повторить их.

### «Отыщи»

Вы описываете некую «пропавшую» вещь, а ребенок должен определить, что вы описываете. «Пропасть» может как вещь, которая находится в поле зрения ребенка, – тогда ему необходимо к ней подбежать, так и вещь, которую ребенок в данный момент

не видит, – в этом случае ее достаточно назвать. Например, вы говорите «высокая, деревянная, желтая (горка)», «кирпичный, пятиэтажный, квадратный (дом)» и так далее.

#### «Найди цвет»

Выберите известного ребенку персонажа – героя из мультика, сказки или придуманное существо. Медленно начинайте говорить «Герой называет цвет... зеленый!». Задача ребенка – добежать до предмета такого цвета, а ваша задача – его поймать. Если «герой» ловит ребенка раньше, чем он коснется зеленого предмета, наступает его очередь быть ведущим. Цвета нужно менять и можно придумывать какие-то несуществующие названия.

#### «Двигайся, как...»

Вы называете животное или птицу и предлагаете ребенку показать, как они двигаются и какие звуки издают. На следующем этапе ребенок дает задание вам. После нескольких «туров» добавьте активности: пусть животное, которое показывает ребенок, догоняет животное, которое показываете вы, и наоборот. Например, ребенок прыгает как заяц, а вы догоняете его как рак.

#### «Пробеги»

Разнообразим традиционный бег. Выберите площадку или территорию, на которой будет как можно меньше препятствий и людей, и давайте ребенку задания. Например, на первом этапе ребенок должен будет пробежать заданный путь как обычно, на втором – задом наперед, на третьем – проскакать как заяц, на четвертом – бежать и кукарекать, на пятом – прыгать на одной ноге, на шестом – сделать несколько забегов подряд, касаясь линии старта и финиша. Можно соревноваться с ребенком и начислять баллы за каждую победу.

*Титовец Т.Е., канд. пед. наук, доцент*