**Консультация для родителей**

**Подвижные игры на свежем воздухе**

Подвижные игры – один из самых замечательных способов для ребёнка развивать свою двигательную активность, координацию движений, ловкость, выносливость. Большинство подвижных игр – это практически народное достояние, в каждом доме они передаются от родителей детям. Но в семейную копилочку подвижных игр можно добавить и кое-что новенькое.

Подвижные игры с детьми на природе порадуют не только самих детей, но и их родителей. Выезжая всей семьёй на пикник, можно устроить целые **«Весёлые старты»**, а потом дружно скушать «призы». В подвижные игры можно играть и вдвоём, и втроём, но, конечно же, чем больше игроков – тем веселей проходит игра. В какие же подвижные игры можно поиграть с детьми на природе?

Одна из самых знаменитых и любимых во всем мире подвижных игр – **прятки**. Какова бы ни была разновидность пряток, суть этой игры всегда одна: выбирается водящий, он с закрытыми глазами отсчитывает определённое количество времени и начинает искать спрятавшихся. Если водящий кого-то находит, то он должен первым добежать до «дома» и дотронуться до него. «Домом» может быть стена, дерево и т.д. В разных версиях этой игры, участники могут всё время «перепрятываться», чтобы водящий их не нашёл.

**Пятнашки, салочки, ладки** – у этой игры множество названий. Участники игры бегают по игровому полю, задача водящего – дотронуться до них рукой, то есть «осалить» или «запятнать». Кого «запятнали» - тот становится новым водящим. Правила игры могут быть усложнены, например, разрешается бегать, только держась за ухо, прыгать на одной ноге и т.д.

**Чехарда** – замечательная подвижная игра, в наше время слегка подзабытая. Водящий находится в согнутом положении, задача остальных участников – перепрыгнуть через него. По мере игры сложность возрастает – водящий постепенно выпрямляется. Кто ошибется в прыжке – становится новым водящим.

Игра детства для многих из нас – **"Вышибалы"**. Выбираются два водящих, они становятся по разные стороны игровой площадки. Игроки на площадке – «зайцы». Задача водящих – мячом выбить как можно больше «зайцев» с поля. Вносят в игру разнообразие дополнительные элементы. Определённые подачи оглашаются особыми. Например, «жизнь» (такой мяч можно ловить), «бомба» (все «зайцы» должны присесть). «Заяц», который дольше всех продержался – побеждает.

**«Круговые вышибалы»**. Начинается игра как «Вышибалы», но затем «зайцы», которых вышибли, становятся водящими, образуя круг и также выбивают мячом оставшихся. Игроки, образовавшие круг, должны играть в пас друг с другом, договариваясь о передаче, чтобы быстрее выбить зазевавшегося «зайца» рядом с ним.

Всевозможные **эстафеты** – неисчерпаемый источник веселья. Например, можно по очереди проходить «полосу препятствий», чья команда быстрее – та и объявляется победителем. Если усложнить задачу, например, прыгать в мешке, без помощи рук переносить какой-нибудь предмет, наполнять маленькой чашкой большой сосуд – игра станет ещё интереснее.

Разные вариации игры **"Третий лишний"**, конечно же, подойдут для нечётного количества игроков. Обычно в этой игре дети парами становятся в круг, а два водящих – догоняющий и убегающий – бегают вокруг этого круга. Убегающий может быстро занять место впереди одной из пар. Тогда тот участник пары, который остался лишним становится на место убегающего. Догоняющий остаётся прежним. Если догоняющему удастся поймать убегающего – то они меняются ролями.

Игра **"Волшебное слово»** ориентирована на внимательность детей. Ведущий становится в круг, который образуют остальные участники. Игроки выполняют команды ведущего, но только в том случае, если он сказал «волшебное слово», например, «пожалуйста» или «Саймон сказал». Если команда была дана без этого слова, её выполнять не следует. Игроки, которые ошиблись – выбывают.

**"Море волнуется раз..."** - тоже очень весёлая игра из нашего детства. Водящий отворачивается, остальные игроки хаотично перемещаются по площадке, изображая «море». Водящий произносит: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская фигура на месте замри!». В этот момент игроки должны принять позу какого-нибудь морского животного и замереть. Смеяться и шевелиться нельзя. Водящий подходит к любому игроку и дотрагивается до него. Тогда выбранный игрок должен изобразить, кого именно он показывает. Задача водящего – отгадать, что за «морскую фигуру» изображает игрок.

**"Рыбак и рыбки"** - игра для "попрыгунчиков". Для этой игры нужна скакалка или длинная веревка. Водящий становится в центр круга, образованного остальными участниками. Диаметр такого круга – по длине скакалки или чуть меньше. «Рыбак» вращает скакалку так, чтобы она скользила по земле и описывала круги под ногами играющих. Участники - «рыбки» должны перепрыгивать через скакалку, чтобы не «попасться на удочку». Попавшаяся «рыбка» становится «рыбаком». Водящий может усложнять задачу, постепенно приподнимая скакалку и заставляя игроков подпрыгивать всё выше.

Существует ещё огромное количество весёлых и захватывающих подвижных игр. А если проявить фантазию и немного изменить стандартные правила известной игры, то можно получить абсолютно новую, ещё более интересную!

**Весёлых Вам игр на свежем воздухе!**

Информацию подготовила инструктор по физической культуре Гончар Наталья Борисовна