



## Консультация «Вместе с мамой, вместе с папой отправляемся в поход!»

Осень – прекрасное время для того, чтобы отправиться вместе с мамой и папой в поход. Чтобы провести время весело и с пользой организуйте на лесной полянке игры с бегом, прыжками и метанием.

Предложите ребенку, перебегая от одного дерева к другому, пофантазировать и попробовать определить, на каких животных или сказочных персонажей они похожи.

Устройте «тихие перебежки». Дайте детям задание, пробежать по тропинке так тихо, чтобы не хрустнула ни одна сухая веточка.

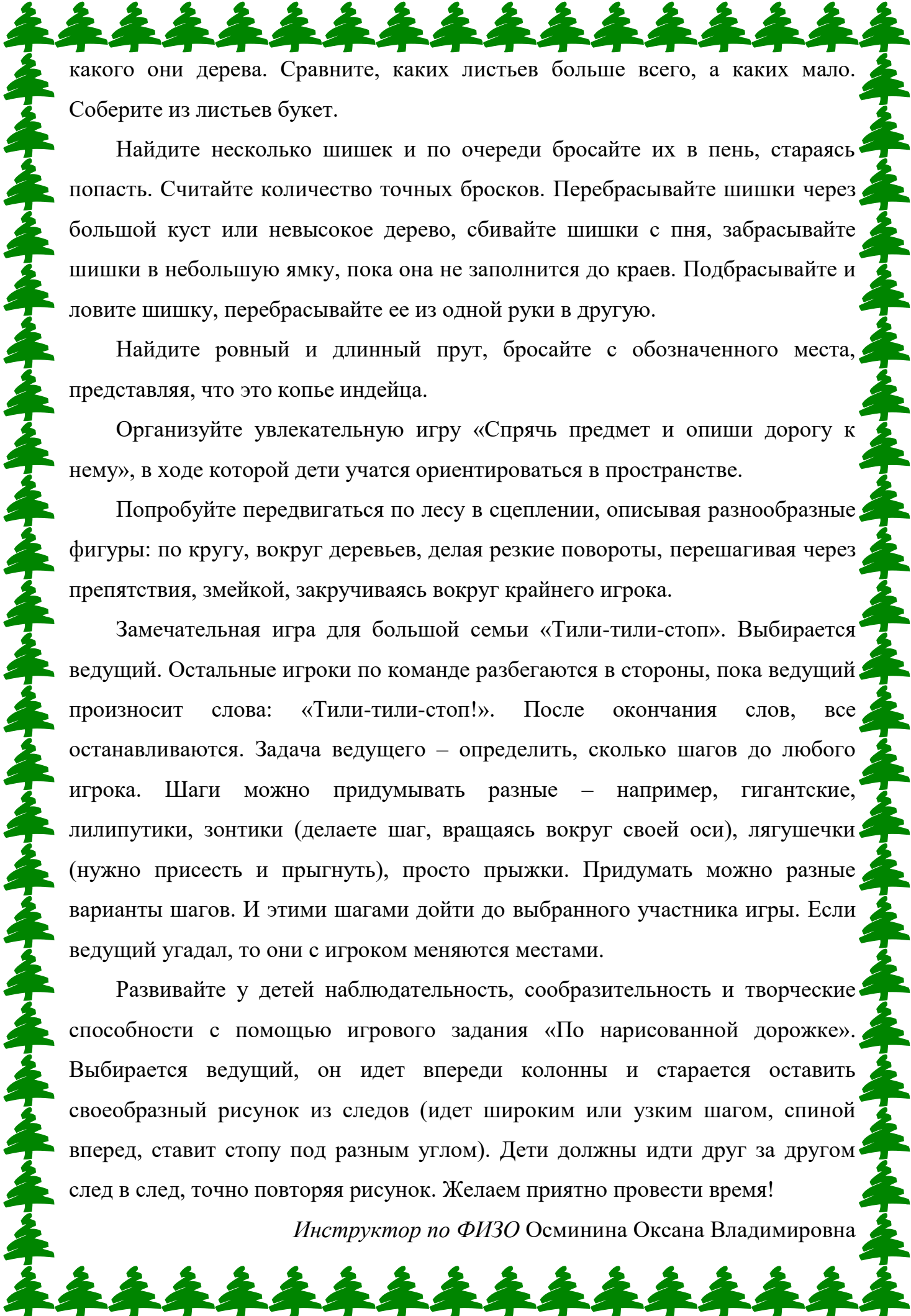
Организуйте бег с препятствиями. Преодолевая дистанцию в 60-100 метров, дети перепрыгивают барьеры из прутиков, проходят по бревну, оббегают указанное дерево, перешагивают пеньки. Главное бежать надо медленно, правильно выполняя все задания.

На прямой дорожке можно разложить шишки, на расстоянии одного метра друг от друга и пробежать между ними, не задевая. Или начертить прямую линию и попробовать пройти по ней с закрытыми глазами, используя разные способы передвижения: приставным шагом, правым и левым боком, спиной вперед и т.д.

Превратите ребенка в «зайчика» или «белочку», предложите выполнить прыжки на месте, вокруг себя, с продвижением вперед. Детям старшего дошкольного возраста можно дать задание выполнять прыжки от одного дерева до другого на одной ноге – сначала правой, потом левой.

Пусть ребенок представит себя «парашютистом» и выполняет прыжки в круг, выложенный из шишек около пенька. Можно подготовить 2-3 таких круга, с постепенным удалением от исходного места. Усложняйте способ выполнения прыжков – с поворотом в воздухе, спиной вперед, боком и т.д.

Превратитесь в следопытов, собирайте в течение определенного времени опавшие листья. А потом, раскладывая по форме и размеру, называйте с



какого они дерева. Сравните, каких листьев больше всего, а каких мало. Соберите из листьев букет.

Найдите несколько шишек и по очереди бросайте их в пенёк, стараясь попасть. Считайте количество точных бросков. Перебрасывайте шишки через большой куст или невысокое дерево, сбивайте шишки с пня, забрасывайте шишки в небольшую ямку, пока она не заполнится до краёв. Подбрасывайте и ловите шишку, перебрасывайте ее из одной руки в другую.

Найдите ровный и длинный прут, бросайте с обозначенного места, представляя, что это копье индейца.

Организуем увлекательную игру «Спрячь предмет и опиши дорогу к нему», в ходе которой дети учатся ориентироваться в пространстве.

Попробуйте передвигаться по лесу в сцеплении, описывая разнообразные фигуры: по кругу, вокруг деревьев, делая резкие повороты, перешагивая через препятствия, змейкой, закручиваясь вокруг крайнего игрока.

Замечательная игра для большой семьи «Тили-тили-стоп». Выбирается ведущий. Остальные игроки по команде разбегаются в стороны, пока ведущий произносит слова: «Тили-тили-стоп!». После окончания слов, все останавливаются. Задача ведущего – определить, сколько шагов до любого игрока. Шаги можно придумывать разные – например, гигантские, лилипутики, зонтики (делаете шаг, вращаясь вокруг своей оси), лягушечки (нужно присесть и прыгнуть), просто прыжки. Придумать можно разные варианты шагов. И этими шагами дойти до выбранного участника игры. Если ведущий угадал, то они с игроком меняются местами.

Развивайте у детей наблюдательность, сообразительность и творческие способности с помощью игрового задания «По нарисованной дорожке». Выбирается ведущий, он идет впереди колонны и старается оставить своеобразный рисунок из следов (идет широким или узким шагом, спиной вперед, ставит стопу под разным углом). Дети должны идти друг за другом след в след, точно повторяя рисунок. Желаем приятно провести время!

*Инструктор по ФИЗО Осминина Оксана Владимировна*