

## Консультация для родителей:

### «Играйте дома с ребенком в подвижные игры»

Подвижные игры в значительно большей степени, чем все другие формы физической культуры, соответствуют потребностям растущего организма в движении. Игра всегда связана с личной инициативой, творчеством, фантазией, вызывает эмоциональный подъем, отвечает всем законам развивающегося организма дошкольника, а потому всегда желанна. Она становится первой жизненной потребностью ребенка, к удовлетворению которой он сам очень стремится.

Игра – это единственная деятельность, которая делает видимой для ребенка внутреннюю жизнь других. В результате формируется и собственный внутренний мир малыша, и понимание этого своего мира. В игре ребенок принимает на себя определенную роль, т.е. действует так, как должен поступать выбранный им персонаж. Таким образом, ребенок учится действовать в соответствии с определенными правилами, и добровольно (даже с удовольствием) подчинять свое поведение этим правилам. Эта способность просто необходима в дальнейшем, прежде всего в школе. В игре зарождается и развивается воображение, складываются представления ребёнка о добре и зле, красивом и некрасивом, хорошем и плохом

В играх между родителями и малышом возникает дружба, взаимопонимание, а это бывает не во всех семьях. Важно только на все последующие годы сохранить такие отношения. Они предотвратят многие неприятности и беды. Установлено, что при включении подвижных игр в комплексное лечение детей полное выздоровление и восстановление их жизненных сил при самых различных заболеваниях и состояниях наступает значительно быстрее.

Мы предлагаем вам несколько подвижных игр:

#### **САМОЛЕТЫ**

Ребенок - летчик стоит за линией, нарисованной на земле. На слова родителя: "Самолет полетел" ребенок отводит руки в стороны, и бежит в разных направлениях. На слова: "Самолет присел" ребенок приседает, руки опускает вниз. На слова "Самолет на место!" ребенок возвращается за линию и стоит ровно.

#### **НАЙДИ, ГДЕ СПРЯТАНО**

Ребенок сидит с одной стороны комнаты. Родитель показывает ребенку игрушку или флажок, который он будет прятать. Родитель предлагает отвернуться. Сам отходит от ребенка на несколько шагов и прячет флажок, после чего говорит: "Ищи!" Ребенок начинает искать.

#### **ЧЕРЕЗ РУЧЕЕК**

Задачи: Развивать у ребенка ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

Описание: Кладутся 2 шнура, расстояние между ними – это ручеек. Ребенок должен по камушкам – дощечкам перебраться на другой берег, не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы ребенок мог прыгнуть

обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» ребенок перебирается через ручеек. Если оступился, отходит в сторону – «сушить обувь».

### **У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ**

Выбирается водящий – медведь, он становится на определенное место – в берлоге. Остальные играющие – взрослые. Они располагаются на другой стороне площадки в своем доме. Пространство между домом и берлогой медведя – лес (бор), взрослые идут в бор за грибами и ягодами, постепенно приближаясь к медведю. Во время сбора грибов и ягод взрослые припевают:

У медведя на бору

Грибы, ягоды беру.

Медведь простыл,

На печи застыл!

Медведь притворяется спящим во время припева. На последних словах медведь потягивается и бежит за родителями, а они быстро поворачиваются и убегают к себе домой или разбегаются в стороны, стараясь не попасться медведю, и спасаются у себя дома, (меняются ролями).

Желаю успехов! Приятно и с пользой провести время со своим малышом!

