

# Консультация для родителей

## Подвижные игры дома.

Доводилось ли вам слышать такую забавную песенку?

В каждом маленьком ребенке -

И в мальчишке, и в девчонке -

Есть по двести грамм взрывчатки

Или даже полкило.

Должен он скакать и прыгать,

Все хватать, руками дрыгать.

А иначе он взорвется,

Неизвестно отчего.



Несмотря на то что эта песенка шуточная, она довольно точно отражает одну важную психофизическую особенность детей 3-10 лет; их повышенную жизненную активность, стремление к постоянному пребыванию в движении. Вот откуда берут свое начало постоянные родительские одергивания:

«Не вертись! Стой смирно! Что за ребенок?» А он просто не может стоять смирно — в этом возрасте все ребятишки становятся удивительно похожими на маленьких обезьянок, потому что растущая мускулатура требует все больше и больше кислорода, который попадает в организм только благодаря активным физическим движениям.

Но вот проблема: двигательный опыт малышей невелик, поэтому их движения однообразны и требуют помощи со стороны взрослых. Что же делать? А вот что: попробуйте — ка переключить потребность вашего малыша к простым подскокам на осмысленные движения, дав ему своеобразные подсказки.

Пусть для начала малыш покажет, как летает бабочка — руки в стороны и полетел, стрекоза — руки отвести назад и бег. Устал? Теперь пусть покажет, как скачет козлик, летит самолет, косолапит медвежонок. Словом, пусть ребенок

подключит к своим физическим действиям еще образное мышление.

Увидите, скоро он сам поймет, что такие игры ему под силу, и начнет скакать зайчиком, ползать черепахой, бегать оленем и даже изображать и ходить как динозавр и т. д. Так ребенок через игру придет к осмыслению пользы и удовольствия, которых можно достичь за счет разнообразных игровых движений.

В истории человечества есть немало примеров, подтверждающих неопределимое значение подобных игр в детском возрасте. Древние греки считали такие игры

одним из факторов развития и совершенствования человека. Сохранились письменные свидетельства того, что маленькие греки любили играть в мяч, обруч и волчок, увлекались ездой на палочке и бросанием камешков в воду,

Да и у нас в России дети играли в такие игры как «лапта», «казаки разбойники», «круг вышибала», «салки», «прятки».

Особую роль подвижные игры приобретают летом, когда дети проводят большую часть своего времени на свежем воздухе — на даче, на лесной лужайке, у водного источника. Если привить интерес к подвижным играм в детстве, то в будущем это принесет немалую пользу.

Вот несколько игр в которые родители и дети могут поиграть и пригласить друзей поиграть вместе.

### **Шарик и трубочка.**

Если найдется пластмассовая трубочка, через которую ребенок может выдувать воздух, то с ее помощью можно подкидывать вверх воздушный шарик, не давая ему упасть на пол. Подобные несложные забавы вполне подойдут и для семейного время проведения в походе или на пикнике.

### **Бег с «яйцом»**

Маленький шарик от настольного тенниса надо положить на ложку.

С такой «поделкой» можно бесконечно долго бегать, стараясь удержать шарик на ложке. На основе этого нехитрого развлечения можно устраивать соревнования и эстафеты. Шарик можно заменить картофелиной, помидором.

### **Переложит палочку**

Сидя на коврике, дети пальцами ног перекладывают любые деревянные предметы, например, деревянные палочки. Можно передавать их поочередно друг другу, а можно соревноваться в том, кто на соревнование — кто быстрее переложит с одной стороны на другую свою кучку палочек.

### **Прогони обруч вдоль шнура**

На поляне или на полу укладывается длинный шнур.

Шнур должен быть уложен в виде волнистой линии.

Ведущий игры дает задание детям — прокатить вдоль данного шнура обруч. Дети должны постараться прокатить обруч таким образом, чтобы он как можно точнее повторял изгибы шнура, но не пересекал его.

Весной и летом во время прогулок в играх детей необходимо использовать природные условия окружающей местности. Канавки, пригорки, поваленные деревья, пеньки, ручейки, кустики. Дети приучаются правильно двигаться в различной обстановке: ловко пробегать между деревьями, сохраняя равновесие; проходить по узким тропинкам в лесу и в поле, перешагивать через кочки, переползать через бревна и т. д. Двигательный опыт детей обогащается, совершенствуются функциональные возможности детского организма.

Укрепление и оздоровление организма детей, формирование необходимых навыков движений, создание условий для радостных эмоциональных переживаний детей, воспитание у них дружеских взаимоотношений и элементарной дисциплинированности, умения действовать в коллективе, развитие речи и обогащение словаря — вот те основные

задачи, которые родители могут осуществлять при помощи разнообразных игровых заданий.

Чем чаще родители будут играть с детьми, тем ближе и лучше они будут понимать друг друга.