**Консультация «Играйте дома с ребенком в подвижные игры»**

**Консультация подготовлена воспитателем 1 кв. категории Толокновой М. В.**

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.

В игре, как правило, используются естественные движения. Они не только способствуют физическому развитию малыша, но и, что очень важно, стимулируют деятельность его головного мозга, а значит, и всех органов и систем. Игры воспитывают у детей необходимые им в школьной и дальнейшей жизни качества и прикладные навыки, развивают чувство коллективизма и дисциплинированности, умение владеть собой в самых разных ситуациях. В них наиболее полно раскрываются заложенные в ребенке личностные возможности.

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.

Предлагаю вам несколько подвижных игр:

*ЧЕРЕЗ РУЧЕЕК.*

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

Описание: Кладутся 2 шнура (ленточки, веревки), расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Ребенок должен по камушкам – дощечкам (листам бумаги) перебраться на другой берег, не замочив ног. Дощечки (листы) 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».

*ПОПАДИ МЕШОЧКОМ В КРУГ.*

Задачи: Развивать у ребенка умение действовать по сигналу. Упражнять в метании правой и левой рукой.

Описание: В центре круга выложен из веревки круг, концы веревки связаны, круг можно начертить. Диаметр круга – 2 метра. Ребенок находятся на расстоянии 1-2 шагов от круга. В руках мешочки с песком (маленькие мячи, резиновая игрушка). По слову родителя «Бросай!», он бросает свой мешочек в круг. «Подними мешочек!» - говорит родитель. Ребенок поднимают мешочек, становятся на место. В следующий раз ребенок бросает другой рукой.

*САМОЛЕТЫ.*

Ребенок – «летчик» стоит за линией (ленту или веревку положить на пол). На слова родителя: "Самолет полетел" ребенок отводят руки в стороны, и бегает 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, которую он будет прятать. Родитель предлагает отвернуться. Сам отходит от ребенка на несколько шагов и прячет игрушку, после чего говорит: "Ищи!" Ребенок начинает искать.

*У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ.*

Выбирается водящий (ребенок) – 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 лес (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.

(Затем ребенок и родители меняются ролями).

Желаю успехов!

Приятно и с пользой проведите время со своим ребенком!

