

## Подвижные игры с родителями



### **ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ИГРАТЬ!**

*Как часто родители слышат от своих детей знакомую просьбу: «Мама, папа, поиграйте со мной!» И сколько радости получают малыши, когда взрослые, преодолевая усталость, занятость, отложив в сторону домашние дела, соглашаются поиграть. Однако игра для ребенка – это не только удовольствие и радость, что само по себе очень важно: игра оказывает на малыша всестороннее действие. В игре у ребенка развиваются коммуникативные способности, умение устанавливать с партнерами (сверстниками или взрослыми) определенные взаимоотношения; в играх воспитывается сознательная дисциплина, дети приучаются к соблюдению правил, справедливости, умению контролировать свои поступки, объективно оценивать поступки других. Игра влияет не только на развитие личности ребенка в целом, она формирует и познавательные способности, и речь, и произвольность поведения.*

*Среди огромного разнообразия игр особое место занимают подвижные игры. Важнейшим их достоинством является то, что они, по существу, исчерпывают все виды свойственных человеку естественных движений: ходьбу, бег, прыжки, бросание, упражнения с предметами и т.д. и потому являются самым и универсальным и незаменимым средством физического воспитания детей. Подвижные игры – лучшее лекарство для детей от «двигательного голода» - гиподинамии.*

*Заниматься с ребенком следует регулярно, систематически. Для здоровья малыша полезно организовать двигательную деятельность утром, через 20-25 минут после завтрака, или в другое удобное время, соблюдая рекомендации врачей: нельзя активно двигаться непосредственно перед едой, сразу после нее, перед дневным или ночным сном.*

*Радость, которую вы доставите своему ребенку, играя с ним, станет и вашей радостью, а проведенные вместе приятные минуты помогут вам сделать добрее и веселее совместную жизнь.*

## **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА (1,6 - 3)**

### **Шустрое перышко.**

Поделите комнату на две части: одна половина мамина, другая – ребенка. Возьмите перышко и вместе начинайте дуть, стараясь, чтоб оно не упало на пол. Задача малютки – выдуть перышко на мамину половину комнаты, мама – на половину крохи. На чьей стороне оно упадет, тот и проиграл.

### **Поймай меня**

Для этой игры нужны обруч и мячик. Карапуз убегает, а мама ловит его обручем. Но все не так просто. Уворачиваясь, малыш может забросить в обруч мяч. Если он попал – победа за ним, если же ты поймала маленького шустрика – выиграла мама.

### **Прятки**

Одна из самых любимых игр детей любого возраста. Можно просто прятаться и по очереди искать друг друга или играть в жмурки. Папа будет котом. С завязанными глазами он поймает мышек (маму и маленького карапуза).

### **Перелетные птички, летим!**

Попросите малюток представить себя птичками. Свейте им гнездышко из подушек и одеял в углу комнаты. По сигналу мамы «полетели!» малыши, подняв ручки-крылья в стороны, «вылетают» из гнезда и бегают по комнате. После слов мамы «дождь» возвращаются в гнездышко и укрываются от непогоды.

### **«Найдем синичку»**

Дети стоят свободно по залу, у взрослого в руках игрушка – синичка.

«Пойду прятать я синичку –

Очень маленькую птичку.

Быстро глазки закрывайте,

Где синичка – угадайте»

Дети присаживаются на корточки, закрывают глаза. Взрослый прячет игрушку. «*Ищите синичку!*» - дети идут искать птичку.

### **«Найдем цыпленка»**

Дети берутся за руки (*стайкой*). Взрослый проговаривает:

«Вышла мама – курица

Погоулять на улицу.

Вышли с ней цыплятки –

Веселые ребятки.

Вдруг исчез один ребенок –

Желтый маленький ребенок.

Дети приседают, закрывают глаза.

Дети, помогите!

Цыпленочка найдите!»

Дети идут искать игрушку.

### **«Совушка – сова»**

Дети подражают взрослому, повторяя за ним движения:

«Совушка – сова,  
Большая голова,  
на пеньке сидит,  
Головой вертит,  
Глазками хлоп-хлоп,  
Ножками топ-топ»

### **«Угадай, где спрятано»**

Взрослый прячет игрушку, дети ищут.

### **«Колокольчик»**

У детей в руках колокольчик. Дети идут спокойно по залу, звенят колокольчиками. Приседают, прячут колокольчики в ладошках. Встают громко звенят колокольчики *«вот они»*.

«Колокольчик мой веселый,  
Поиграй скорей со мной!  
Ты звени, звени, старайся,  
Перезвоном заливайся.  
Динь – дон, динь – дон!  
Слышен звон со всех сторон»

### **«Постучи кулачком»**

Дети показывают свои кулачки, стучат ими по коленям и кулачком о кулачок, затем прячут руки за спину.

«Застучали наши ножки  
По ровненькой дорожке.  
Кулачком сильнее бей,  
Тук, тук, тук, тук!  
Постучим мы кулачком  
И покружимся волчком.  
Мы кружились,  
Мы кружились,  
На бочок все повалились!»

Дети ложатся на пол и переворачиваются с одного бока на другой.