муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«ясли – сад комбинированного типа № 111 города донецка»

консультация для родителей

**«играем вместе с детьми весело и с пользой»**

Подготовила: Ватутина В.С.,

инструктор по физической культуре

МБДОУ «ЯСЛИ-САД № 111

Г. ДОНЕЦКА»

Дата проведения 08.01.2024 г.

**«Играем вместе с детьми весело и с пользой»**

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 потому являются самым и универсальным и незаменимым средством физического воспитания детей. подвижные игры – лучшее лекарство для детей от «двигательного голода» - гиподинамии.

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.

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.

Хочется представить вашему вниманию подвижные игры, в которые можно играть с детьми в домашних условиях и в небольшом помещении. В этих играх количество играющих ограничено двумя участниками – мамой и ребенком. В зависимости от наличия других членов семьи и их количества число игроков может меняться (папа и ребенок, старший брат и ребенок и т.д.) и увеличиваться (например, папа, мама и двое детей).

**Озорной колпачок.** Для неё нам понадобиться колпачок. Который можно сделать и самим, вырезав из картонного листа полукруг и скрепив его степлером или воспользоваться готовым и маленький шарик, который сделан из фантика из-под шоколада. 1) Одной рукой подбросить шарик и поймать его колпачком. У кого первого упадет шарик, тот и проиграл. 2) Перебрасывать шарик друг другу и ловить колпачком. 3) Кто первый добежит до колпачка и оденет его на голову.

**Поймай меня.** Для этой игры нужны обруч и мячик. Ребенок 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.

**Кегельбан.** Для этого надо просто поставить в рядок пластиковые бутылки (для тяжести можно наполнить песком или водой). Берите мяч и играйте. Выигрывает тот, кому удалось сбить все бутылки, или хотя бы большее их количество.

**Не попадись.** Ребенок кладет на ладонь взрослому свою руку. Взрослый гладит другой рукой руку ребенка и приговаривает пушок, пушок, гвоздик. При слове гвоздик ребенок должен быстро одернуть руку и не пойматься.

***Игры на развитие дыхания.***

**Бабочка.** Понадобиться трубочка и бабочка, вырезанная из бумаги. Дуть на бабочку из трубочки, чья бабочка улетит дальше.

**Быстрые ракеты.** Необходимо сделать ракету. Берем лист бумаги, обворачивает его вокруг трубочки и закрепляем клеем. Вырезаем и прикрепляем крылья и нос ракеты. И смело запускаем в полет.

Надеемся, эти игры помогут Вам весело и полезно провести время со своими детьми.