МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №1 «РУСАЛОЧКА» П. ГИГАНТ

Консультация на тему:

«Игра – это весело».

Подготовил:

инструктор по ФК

Панина Н.Н.

Октябрь 2020г.

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.

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.

В играх между родителями и малышом возникает дружба, взаимопонимание. Важно только на все последующие годы сохранить такие отношения. Они предотвратят многие неприятности и беды.

Предлагаем вам несколько подвижных игр:

**«Веселая веревочка»**

Два человека (это могут быть мама и папа) держат натянутую веревку или скакалку на высоте. Ребенок спокойно проходит под ней. Следующий проход: веревка опускается ниже, уже приходится наклоняться, чтобы не задеть. Потом еще ниже, и еще... С каждым разом ребенок вынужден все больше наклоняться, пока, наконец, не придется проползти под веревкой. Но вот уже и проползти невозможно, приходится перепрыгивать!

**«Ловкач»**

В эту игру можно играть по-разному.

- пройти по краю ковра (или по протянутой на полу веревке, скакалке), словно по «краю пропасти», раскинув руки в стороны.

- в руки ребенка даем любой предмет и говорим, что надо «перенести хрустальную вазу».

- дайте ребенку книгу, пусть попробует пройти по комнате, держа книгу на голове.

**«Волшебный шар»**

Пусть ребенок попробует донести надутый воздушный шарик из одного конца комнаты в другой, не дотрагиваясь до него ни кистями рук, ни ступнями ног. Как? Можно дуть, подталкивать шарик коленками или локтями, подбивать головой или толкать животом. Можно даже «донести» шарик на спине — это задание очень веселое, особенно если соревноваться.

**«Забей гол»**

Несколько вариантов игры, когда надо забить гол воздушным шариком, передвигая его по полу. Ворота придумываются из подручных средств: две игрушки, между которыми надо «провести» шарик, или пара стульев, или диван и кресло.

- загнать шарик в ворота ракеткой от бадминтона или настольного тенниса. А если ракетки нет, можно использовать вместо нее лопатку для жарки, кусок плотного картона, сложенный в несколько раз газетный лист или даже ненужную брошюру, например, глянцевый рекламный буклет.

- забиваем гол «колбаской» (воздушный шарик вытянутой узкой формы).

- усиленно дуя, передвигаем «мяч» к воротам. Скорее всего, игроку придется действовать не стоя, а на коленках.

-загоняем шарик в ворота воздухом, причем касаться шарика нельзя веером (сложить лист бумаги гармошкой)

- можно придумать свои варианты «клюшки», тогда игра каждый раз будет новой.

**«Кенгуру»**

Допрыгать до финиша с воздушным шариком, зажатым между коленок. Кто потерял шарик по дороге, начинает сначала.

**«Пингвин»**

Шарик зажимается между щиколоток. Прыгать так совершенно невозможно, поэтому медленно переставляем ноги и переваливаемся, как пингвины.

Задача: удержать шарик и добраться до финиша.

**«Шариковый волейбол»**

Обычно играют командами, но можно устроить «тренировку» дома, с одним ребенком. «Волейбольную сетку» делают из веревки, натянутой посередине комнаты, или из стульев, повернутых к малышу спинками. Сам шарик надо немного наполнить водой, он станет тяжелее.

**«Веселый танец»**

Игра на ловкость, понадобятся два игрока. Каждому привязывается к лодыжке левой ноги воздушный шарик. Задание: правой ногой «лопнуть» чужой шарик, но сохранить свой.