

Консультация для родителей «Играйте дома с ребенком в подвижные игры»



Расширение и обогащение двигательного опыта детей – одна из основных задач, стоящих не только перед инструктором по физической культуре и воспитателем, но родителями ребенка.

Систематическая, наполненная разнообразным содержанием двигательная деятельность детей играет важную роль в их психическом и физическом развитии.

Подвижные 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 играх между родителями и ребенком возникает дружба, взаимопонимание, а это бывает не во всех семьях. Важно на все последующие годы сохранить такие отношения.

Организуйте досуг вашего ребенка на пользу его здоровья в виде игры. Вот несколько примеров игр дома со старшим дошкольником.

Для игр, которые мы вам предлагаем не надо много места, неважно, какие спортивные результаты достигнет ваш ребенок, а весь необходимый материал есть в каждом доме. Доставьте удовольствие и детям, и себе.

Благодаря этим играм развивается равновесие, ловкость, координация движений.

«Тропинка»

Выложить из листов бумаги тропинку, по которой пойдет ребенок, надо наступить на каждый листок.

«Мост»

Взрослые изображают мост, а ребенок пароход, который плывет под мостом.

«Волнение на море»

Взрослый и ребенок садятся на пол лицом друг к другу и берутся за руки. Попеременно наклоняются вперед-назад и в стороны.

«Кенгуру»

Предложите ребенку попрыгать с мячом или воздушным шаром, зажатым между коленей ребенка.

Желаем успехов!

Приятно и с пользой провести время со своим ребенком!

*Инструктор по физической культуре МАДОУ г. Мурманска № 119
Сгадова Ю.С.*