



ИГРАЕМ, ЗДОРОВЬЕ УКРЕПЛЯЕМ

Подвижные игры имеют большое значение для развития ребенка. Участие в подвижной игре способствует приобретению и совершенствованию разнообразных двигательных навыков, активизирует функциональное развитие органов и систем организма ребенка, способствует формированию эмоционального контакта, повышению двигательной активности в условиях домашнего воспитания. Эмоциональное общение, возникающее в процессе игр, основано на совместных действиях родителей и ребенка, сопровождается улыбкой, интонацией, ласковым обращением и телесным контактом. В раннем и дошкольном возрасте именно родители являются инициаторами и организаторами совместных подвижных игр. Помните о том, ребенок подражает вашим движениям, учится согласовывать свои действия с вашими, подчиняет собственные двигательные интересы интересам других и правилами игры.



При проведении подвижных игр придерживайтесь следующих рекомендаций:

- активно используйте подвижные игры в теплое время года во время прогулки;
- предложите поиграть в совместные подвижные игры папе, бабушке и дедушке: ребенку очень импонирует эмоциональная вовлеченность взрослых в игру. Помните, что постоянный контакт ребенка с вами и ваше непосредственное участие в играх, проявление интереса и оказание помощи, эмоционально дружеский тон активизируют его двигательную активность, положительно влияют на развитие речи, способствуют самостоятельному выполнению заданий без вашей помощи;
- перед началом игры выразительно объясните правила, специально обращая внимание ребенка на сигналы (зрительный – цвет мячика, ленточки; слуховые – слово, хлопок в ладоши), по которым ему следует менять или прекращать свои действия, при необходимости выполняйте движения вместе с ребенком;
 - будьте внимательны и наблюдайте за состоянием ребенка во время игры: не допускайте чрезмерной утомляемости, предусматривайте смену движений, обеспечивая их чередование с кратковременным отдыхом;
 - поощряйте активность, инициативность и самостоятельность ребенка, хвалите его за соблюдение правил игры;
- следите за тем, чтобы при проведении подвижных игр вашему ребенку не приходилось выполнять одни и те же движения или длительно сохранять какую-то одну позу, так как все это приведет к быстрому утомлению;
- предоставьте ребенку пространство для движений, различные пособия и игрушки, действия с которыми способствуют выполнению разнообразных движений.

