

Консультация для родителей «Играем дома» Подвижные игры»



Сейчас многие дети не играют, и родители не видят в этом ничего плохого. Они считают, что есть масса других полезных занятий. Гораздо важнее научить ребенка читать и считать, а игра – это пустое развлечение и играть вовсе не обязательно. Однако, в дошкольном возрасте именно игра – главная развивающая деятельность ребенка. Ни одно другое занятие в этом возрасте не способствует развитию так, как игра. Игра в дошкольном возрасте – главный способ познания мира. Через проигрывание разных сюжетов и ситуаций, ребенок начинает понимать отношения между людьми, правила этих отношений, разбираться в многообразном мире человеческих эмоций и желаний. Дошкольный возраст – время игры. Играя, ребенок начинает воображать, представлять, стремиться стать другим – умнее,

сильнее, взрослее. Игра – это единственная деятельность, которая делает видимой для ребенка внутреннюю жизнь других. В результате формируется и собственный внутренний мир малыша, и понимание этого своего мира. В игре ребенок принимает на себя определенную роль, т.е. действует так, как должен поступать выбранный им персонаж. Таким образом, ребенок учится действовать в соответствии с определенными правилами, и добровольно (даже с удовольствием) подчинять свое поведение этим правилам. Эта способность просто необходима в дальнейшем, прежде всего в школе.

В игре зарождается и развивается воображение, складываются представления ребенка о добре и зле, красивом и некрасивом, хорошем и плохом.

Игры воспитывают у детей необходимые качества и прикладные навыки, развивают чувство коллективизма и дисциплинированности, умение владеть собой в самых разных ситуациях. В них наиболее полно раскрываются заложенные в ребенке личностные возможности.

Детям разного возраста выполнение игровых заданий доставляет огромное удовольствие. Играя ребенок упражняется в различных движениях с помощью взрослых овладевает новыми, более сложными движениями. Многократное повторение требует от детей внимания, волевых усилий, координации движений.

Иногда родители жалуются, что их дети очень подвижны, и они не знают как организовать эту двигательную активность правильно. К счастью уже давно в педагогической практике используется такое средство организации детской активности, как подвижные игры.

Подвижные игры позволяют взрослым не только направить двигательную активность малыша в нужное русло, но дать возможность ребенку развиваться, общаться со сверстниками, получать заряд бодрости и поддерживать физическое и психическое здоровье дошкольника в норме.

Одним из важных показателей здоровья детского организма является естественная подвижность. Двигательная активность — биологическая

потребность ребенка которая определяет характер развития организма.

Ребенку нужно много двигаться — бегать, прыгать, играть в мяч.

Чтобы направить неумную детскую энергию в мирное русло, родителям нужно проявить фантазию и организовать им активные игры в домашних условиях. Подвижные игры в значительно большей степени, чем все другие формы физической культуры, соответствуют потребностям растущего организма в движении. Игра всегда связана с личной инициативой, творчеством, фантазией, вызывает эмоциональный подъем, отвечает всем законам развивающегося организма дошкольника, а потому всегда желанна. Она становится первой жизненной потребностью ребенка, к удовлетворению которой он сам очень стремится.

Дети, лишенные уличных прогулок и спортивных занятий, начинают выплескивать нерастроченные силы дома.

Подвижные игры для дома, помогают выработать элементарное умение ориентироваться в пространстве, согласовывать свои движения с движениями других играющих. Совместные действия создают условия для общих радостных переживаний, учат уступать друг другу, помогать. Активные двигательные действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Благодаря чему улучшается обмен веществ в организме. Влияние подвижных игр на развитие движений детей, а также волевых проявлений зависит от длительности игры. Чем активнее действует ребенок, тем больше он упражняется в том или ином движении, чаще вступает в разные взаимоотношения с другими играющими, проявляет ловкость выдержку, умение подчиняться правилам.

Какие же игры можно использовать дома, ведь как правило площадь квартиры не даёт возможности организовать игры высокой подвижности. Конечно лучше, если подвижные игры вы будете проводить с ребенком на улице. Это и пространство, и чистый воздух. Но и дома можно организовать

несколько подвижных игр, которые не потребуют от вас больших усилий и огромного количества оборудования.

В играх между родителями и малышом возникает дружба, взаимопонимание, а это бывает не во всех семьях. Важно только на все последующие годы сохранить такие отношения. Они предотвратят многие неприятности и беды.

Совместная игра — это очень полезный навык для формирования дружеских и доверительных отношений между ребенком и родителями. Так что, пользуйтесь моментом и даже в помещении устраивайте активные игры.

Мы предлагаем вам несколько подвижных игр:

Игра «ЧЕРЕЗ РУЧЕЕК»

Задачи: Развивать у ребенка ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

Описание: Кладутся 2 шнура, расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Ребенок должен по камушкам – дощечкам перебраться на другой берег, не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы ребенок мог прыгнуть обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» ребенок перебирается через ручеек. Если оступился, отходит в сторону – «сушить обувь».

Игра «ПОПАДИ МЕШОЧКОМ В КРУГ»

Задачи: Развивать у ребенка умение действовать по сигналу. Упражнять в метании правой и левой рукой.

Описание: В центре круга выложен из веревки кружок, концы веревки связаны, круг можно начертить, или положить обруч. Диаметр круга – 2 метра. Ребенок находится на расстоянии 1-2 метров от круга. В руках мешочки с песком. По слову родителя «Бросай!», он бросает свой мешочек в круг. «Подними мешочек!» - говорит родитель. Ребенок поднимают мешочек, становятся на место. Ребенок бросает другой рукой.

Игра «САМОЛЁТЫ»

Ребенок - летчик стоит за линией, нарисованной на земле. На слова родителя: «Самолёт заводит пропеллер» "Самолет полетел" ребенок отводят руки в стороны, и бегают в разных направлениях. На слова: "Самолет присел" ребенок приседает, руки опускает вниз. На слова "Самолет на место!" ребенок возвращается за линию и стоит ровно.

Игра «НАЙДИ ГДЕ СПРЯТАНО!»

Задачи: Развивать внимание ребёнка

Описание: Ребенок сидит с одной стороны комнаты. Родитель показывает ребенку игрушку или флажок, который он будет прятать. Родитель предлагает отвернуться. Сам отходит от ребенка на несколько шагов и прячет флажок, после чего говорит: "Ищи!" Ребенок начинает искать. Можно подсказывать ребёнку место нахождения игрушки словами «Горячо», «Тепло», «Холодно»

Игра «ПОИСК СОКРОВИЩ»

Чтобы не заскучать во время долгого сидения дома, можно придумать разные мини-квесты. Например, искать сокровища! Спрячьте в квартире 10-15 вещей вместе с записками, в которых будет зашифрована подсказка о следующем месте «клада». Если развить мысль более фантазийно, то можно нарисовать целую карту «острова сокровищ», и тогда занятость ребенка часа на два обеспечена. Не хотите рисовать, тогда ведите ребенка к цели подсказками «горячо-холодно».

Игра «КАНАТОХОДЕЦ»

По длинной веревке, расположенной на полу, ребенок должен пройти ровно, ни разу не сворачивая с пути и не отступаясь. «Канат» можно положить волнистой линией, в руках у канатоходца может быть зонтик, а на голове книга.

Игра «МИШЕНЬ»

Тренируем меткость детей в домашних условиях. Мишенью для игры может послужить что-угодно: пластиковая пятилитровая бутылка, в которой

вырезано отверстие для мячей, корзинка или детское ведерко. Далее из фольги делаем мячики и пробуем попадать в мишень. Усложняем условия: целимся по очереди левой и правой руками. Можно устроить семейные соревнования: кто забросит больше шариков в мишень за определенное время или одновременно после команды «Начали!».

Игра «АВТОМОБИЛЬ»

Одна из популярных игр в детском саду, но ее можно легко организовать в домашних условиях во время карантина. Малыш исполняет роль «автомобиля», родителю достается роль «светофора», поэтому подготовьте три карточки — красную, желтую и зеленую. Когда «загорается» красный свет, ребенок стоит на месте. При команде «желтый» — «заводит мотор», а на зеленый свет — начинает двигаться.

Игра «ВЫШЕ И ВЫШЕ»

Помните, как в детстве мы сами прыгали на диванах и кроватях, чуть не до потолка? Нечто похожее можно организовать своему ребенку, только в более подходящих условиях. Тренируемся прыгать в высоту около свободной стены в комнате. Чем не активное занятие во время самоизоляции?! Ставим на стене отметку, до которой ребенок может допрыгнуть, потом чуть поднимаем уровень, потом еще и еще. 15 минут тренировки пойдут на пользу ребенку. Кстати, в эту игру охотно включатся и малыши и дети постарше.