**Консультация для родителей детей дошкольного возраста «Подвижные игры для детей и родителей»**

Игра - естественный спутник жизни ребенка и поэтому отвечает законам, заложенным самой природой. При этом почти каждый из нас – родителей сталкивается с проблемой, во что играть и как играть. Подвижные игры - наиболее доступный и эффективный метод воздействия на ребенка при его активной помощи. Преимущество подвижных игр – они всегда связаны с инициативой, фантазией, творчеством, протекают эмоционально, стимулируют двигательную активность.

Правила детских игр:

\* Детская игра должна приносить радость и ребенку и взрослому.

\* Заинтересовывайте ребенка игрой, но не заставляйте его играть.

\* Все задания дети должны выполнять самостоятельно.

\* Обязательно начинайте с посильных задач.

\* Воспитывайте бережливое отношение к играм.

\* Для самых маленьких оживляйте игру сказкой или рассказом.

\* Создавайте в игре непринужденную обстановку. Не сдерживайте трудовую активность ребенка.

\* Устраивайте соревнования с другими детьми и взрослыми.

\* Увлечения детей проходят «волнами», поэтому, когда у ребенка остывает интерес к игре, «забывайте» о ней на месяц-два, а потом пусть малыш «случайно» вспомнит о ней.

Маленькие дети не могут долго играть в одно и то же. После игры, которая потребовала от ребенка затраты энергии, можно пройтись c ним по парку, отдохнуть или перевести игру в спокойное русло. Однако, это не значит, что родителям надо брать малыша за руку и медленно ходить с ним по дорожкам. Предложите ему поиграть в более спокойную игру.

Прогулка — это источник новых впечатлений и радостных эмоций. Если продумать игры на прогулке с малышом заранее, то после нее он будет чувствовать себя бодрым и веселым, узнает много нового, а мама разделит радость игры со своим ребенком.

Предлагаем Вашему вниманию несколько игр, с которых можно начать играть с ребенком и одновременно пополнять «Игровую копилку» семьи.

***« Где позвонили?»***

Дети и взрослые сидят по кругу или вдоль стены комнаты. Один из играющих становится в центре круга перед сидящими, повернувшись к ним спиной. По сигналу он закрывает глаза. Ведущий дает кому-нибудь из детей или взрослых звоночек и предлагает позвонить. Ребенок, находящийся в центре круга, должен, не открывая глаз, указать рукой, откуда доноситься звук. Если он укажет правильно, ведущий говорит «пора», и отгадывающий открывает глаза, а тот, кто позвонил, поднимает звонок и показывает его. Если водящий ошибается, он снова закрывает глаза и отгадывает еще раз. Продолжительность игры 3 – 5 минут.

Можно переходить с одной стороны на другую держа колокольчик на вытянутой руке, а водящий с завязанными глазами должен поймать проходящего.

***« Пробеги тихо»***

Дети делятся на группки по 5 – 6 человек. Они стоят за чертой на одном конце площадки. Выбирается водящий, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу воспитателя одна группка бежит мимо водящего на противоположную сторону бесшумно. Если водящий услышит шум, он говорит «Стой», - и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, ведущий показывает, где слышит шум. Если он указал правильно, дети отходят в сторону; если ошибся, игра продолжается. Выиграет та группка, которую не услышит водящий. Продолжительность игры 5 – 6 минут.

***« Бабочки»***

Дети - "бабочки" стоят на краю площадки, где хотят. Под музыку или на слова ведущего: "бабочки, бабочки полетели в сад" дети отводят руки в стороны, бегают в разные стороны, обегая один другого.

Взрослый продолжает: "на цветочек беленький все тихонько присели". Дети приседают возле цветочков названого цвета. На сигнал ведущего: "у-у-у", который означает завывание ветра, бури, бабочки убегают из сада на край площадки. Игра повторяется на слова: "бабочки, бабочки, в поле полетели". Ведущий постоянно отмечает детей, которые легко и тихо бегали и приседали. Продолжительность игры 5 – 6 минут

***«Два мяча»***

Дети стоят по кругу на расстоянии вытянутых рук один от другого. Ведущий дает два мяча детям, которые стоят рядом. На команду "раз" дети начинают передавать мячи один с правой стороны от себя, а другой - с левой. Когда мячи встретятся у детей, которые стоят рядом, эти дети выходят на середину круга, подбрасывают мяч вверх 2 - 3 раза, ловят его, а потом подходят к детям, которые стоят в кругу рядом, и дают им мяч, а сами встают на свои места. Игра продолжается. Ведущий отмечает детей, у которых мяч при передаче другому ни разу не упал. Продолжительность игры 5 – 6 минут.

Мы прекрасно знаем, как весело бывает играть с детьми. Нужно всего лишь собраться с духом и начать. Желаем Вам удачи и приятного семейного досуга!