***Консультация для родителей***

**Роль подвижных игр в жизни**

**детей младшего возраста**

Детям дошкольного возраста просто необходимо движение. Известно, что дети, которые постоянно находятся в движении, меньше болеют и подвергаются различным заболеваниям, крепко спят, быстрее развиваются физически.

В педагогике подвижные игры являются методом всестороннего развития индивидуальности ребенка. Подвижная игра является первым уроком физической культуры в жизни ребенка. Одновременно ребенку прививаются нравственные нормы поведения.

В игре дети познают окружающий мир, у них развивается фантазия, пространственное воображение и возникает много положительных эмоций, ощущение свободы, радости.

Подвижная игра поможет ребенку преодолеть скованность и сделает его более общительным.

Игра - основное занятие ребенка дошкольника и занимает ведущее место в его образе жизни, педагоги особенно выделяют подвижные игры, когда ребенок или несколько детей сразу включаются в бурную подвижную деятельность. У каждой определенной подвижной игры есть свои условия и правила, выполняя которые достигается цель игры.

Все подвижные игры разнообразны по своей организации. Некоторые игры обладают сюжетом, есть определенные роли и правила.

Существуют игры без ролей, в них дети выполняют только двигательные упражнения по определенным правилам. И также есть игры, где все действия подчинены и обыграны текстом, который произносит взрослый.

Подвижные игры чаще всего проводятся на улице, на свежем воздухе, все это способствует умению ориентироваться ребенка в пространстве, укреплению здоровья ребенка, реже такие игры проводятся в закрытом помещении, в спортивном зале, в группе детского сада.

Многие подвижные игры, особенно в детском саду, проводятся с группой ребят, это приводит к привитию чувства товарищества, ведь в игре дети взаимодействуют между собой, принимают коллективные решения, стремятся к взаимопомощи, а правила развивают ответственность с самого раннего возраста малыша.

**Подвижные игры для детей 3 лет**

Дети трех лет любят и постоянно играют в подвижные игры. Однако малыши этого возраста еще не могут сами организовать себе игру по правилам. Подвижные игры, особенно где есть сюжет, организует родитель или воспитатель в детском саду, но часто игра начинается по желанию ребенка. В данном случае взрослый человек руководит деятельностью малыша, показывает движения игры, объясняет, направляет действия ребенка.

Игра обязательно должна соответствовать возрасту и уровню развития; ребенку трех лет проще бегать, ползать, чем прыгать и метать в цель, еще сложнее игра, где сочетаются разные виды движений, поэтому выбирайте такие игры, где задания и моторные действия усложняются постепенно.

В игре трехлеток важно развитие и постоянное совершенствование движений. Растут требования к выполнению движений малышами и соблюдению правил игры в коллективе.

## Подвижные игры в режиме дня

Я рекомендую проводить подвижные игры с малышами любого возраста каждый день. Утром желательно дать время поиграть ребенку самостоятельно с помощью игрушек, подбодрить малыша шуткой, стишком.

Начинаем игру во время утренней прогулки, желательно [на свежем воздухе](http://womanwiki.ru/w/%D0%93%D1%80%D1%83%D0%BF%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B_%D0%B4%D0%BB%D1%8F_%D1%83%D0%BB%D0%B8%D1%86%D1%8B).

Выбирая игру, учитываю, чем до этого занимались дети. Если они были заняты умственной деятельностью, то мы играем в активную подвижную игру.

**Подвижные игры для детей 3-5 лет**

**Коллективная подвижная игра «Удочка»**

Дети становятся в круг, а в середину «ведущий», который крутит скакалку, а дети стараются через нее перепрыгнуть, чтоб [скакалка](http://womanwiki.ru/w/%D0%A1%D0%BA%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%BA%D0%B0) не задела ног. Кто прикоснулся к скакалке, тот становится на место водящего.

**«Салки»**

Водящий должен по правилам догонять убегающих от него ребят. Если он кого-то коснулся, то он становится водящим. Игру можно усложнить - вместо бега предложив прыгать на одной ноге.

**«Пузырь»**

Коллективная игра детей и взрослого. Все стоят, взявшись за руки в тесном кругу, и читают четверостишие:

Раздувайся, пузырь,

Раздувайся, большой,

Оставайся такой, да не лопайся.

При этом все отступают назад и расширяют круг, не разъединяя руки, пока взрослый не скажет : «Пузырь лопнул». При этих словах дети делают хлопок, говорят «хлоп» и садятся на корточки.

**«Весёлые мячи»**

Для игры надо два мяча - один для взрослого, другой для ребенка. Пусть малыш повторяет ваши движения.

* Бросаю мой мяч.
* Бросаю опять,
* Ловлю и роняю
* И снова бросаю.
* Катаю мой мяч,
* Катаю опять.
* Катаю сюда,
* Катаю сюда.
* Бросаю, гляди,
* Мой мячик, лети,
* Бросай в высоту,
* Поймай на лету.
* Мой мячик катись,
* Обратно вернись.
* Смотри не зевай
* Мой мячик отдай.

**«Кролики»**

Эту коллективную игру организует и проводит взрослый на прогулке. На участке, где проводится игра, рисуем круги - это будут предполагаемые клетки кроликов, там можно поставить несколько стульчиков по количеству игроков. К стульчикам вертикально ставят обручи. На другой стороне игровой площадки находится стул – это дом сторожа, а пространство между кроликами и сторожем - луг. Дети по группам встают в круги и изображают кроликов, когда взрослый говорит: «Кролики сидят в клетках», затем по очереди выпускает кроликов погулять. Когда кроликов выпускают гулять, дети бегут на полянку, начинают бегать, прыгать. Когда дети слышат: «Скорей в клетку», они бегут туда, пролезая в обруч.