

Подвижные игры имеют огромное значение в жизни ребенка, так как представляют собой незаменимое средство получения ребенком знаний и представлений об окружающем мире. Также они влияют на развитие мышления, смекалки, сноровки, ловкости, морально-волевых качеств. Подвижные игры для детей укрепляют физическое здоровье, обучают жизненным ситуациям, помогают ребенку получить правильное развитие.

В данном буклете мы предлагаем вам познакомиться с подвижными играми, которые не требуют большого числа участников и обширных пространств. А, значит, ваши дети спокойно могут поиграть в них дома.

## Прятки

Все гениальное просто. Конечно, прятки в обычной квартире не так уж и много, но интерес к этой игре совсем не теряется. Конечно эта игра не особо подвижная, но и спокойной ее не назовешь. Развивает воображение и внимательность. Малышам можно подсказать скрытые уголки под диваном, за дверью, за занавеской, под столом со скатертью, под одеялом в кровати. Опасные места лучше ненавязчиво контролировать старшим членам семьи, чтобы маленькие человечки не скрылись в неположенных им уголках и предметах.



Игру можно усложнить для старших детей, спрятав не себя, а предмет, и тогда игра превращается в "горячо - холодно", что тоже очень увлекает детей.

## Боулинг



Наборы для боулинга есть почти во всех детских магазинах, причем ценовой диапазон колеблется от нескольких десятков рублей до нескольких тысяч. Если же идея пришла мгновенно, а набора с кеглями и мячом нет, не беда! Прекрасно подойдут наполненные водой бутылки, поставленные друг на друга кубики и обычный мяч, который следует катить по полу - была бы фантазия.

## У кого надежней шляпа

На голову детей кладется не слишком тяжелый, но и не слишком легкий предмет. После чего они ходят с ним на голове до тех пор, пока он не упадет. Тот, у кого "шляпа" осталась – выигрывает, и игра начинается сначала. Такое действие превосходно сказывается на осанке детей.



## Ловкие обезьянки

Дети с удовольствием пробуют свои возможности, в том числе и новые для них. Рассыпьте на полу небольшие предметы - например, игрушки из киндер-сюрпризов или мозаику. Пусть детки захватывают предметы пальцами ног, и все схваченное складывают в кучки - у кого больше, тот и победил. Предметы, захваченные двумя ногами, или с помощью рук, не засчитываются! Эта игра превосходно развивает ловкость, координацию и является профилактической мерой для развития плоскостопия.

## Жмурки



Эта игра пережила века и расстояния, сопровождая человечество с давних времен и до наших дней. Требуется плотный шарф и как минимум два участника - а все это точно есть в вашем доме.

Уважаемые родители, если вы хотите, что бы детство для вашего ребёнка было незабываемым подарите его своему ребёнку, играйте с ним, будьте для него другом и не бойтесь показаться смешным. Дети очень «чистые» и искренние и потому оценят по достоинству всё, что мы (взрослые), им даём...

Играйте со своими детьми и будьте счастливы вместе...

## «В подвижные игры играем – здоровье укрепляем»

