

## Вместе весело играть



Как часто родители слышат от своих детей знакомую просьбу: «Мама, папа, поиграйте со мной!» И сколько радости получают малыши, когда взрослые, преодолевая усталость, занятость, отложив в сторону домашние дела, соглашаются поиграть. Однако игра для ребенка — это не только удовольствие и радость, что само по себе очень важно: игра оказывает на малыша всестороннее действие.

В игре у ребенка развиваются коммуникативные способности, умение устанавливать с партнерами (сверстниками или взрослыми) определенные взаимоотношения; в играх воспитывается сознательная дисциплина, дети приучаются к соблюдению правил, справедливости, умению контролировать свои поступки, объективно оценивать поступки других. Игра влияет не только на развитие личности ребенка в целом, она формирует и познавательные способности, и речь, и произвольность поведения.

Среди огромного разнообразия игр особое место занимают подвижные игры. Важнейшим их достоинством является то, что они, по существу, исчерпывают все виды свойственных человеку естественных движений: ходьбу, бег, прыжки, бросание, упражнения с предметами и т.д. и потому являются самым универсальным и незаменимым средством физического воспитания детей. **Подвижные игры – лучшее лекарство для детей от «двигательного голода» - гиподинамии.**

Заниматься с ребенком следует регулярно, систематически. Для здоровья малыша полезно организовать двигательную деятельность утром, через 20-25 минут после завтрака, или в другое удобное время, соблюдая рекомендации врачей: нельзя активно двигаться непосредственно перед едой, сразу после нее, перед дневным или ночным сном.

Радость, которую вы доставите своему ребенку, играя с ним, станет и вашей радостью, а проведенные вместе приятные минуты помогут вам сделать добрее и веселее совместную жизнь.

Являясь ведущей формой жизнедеятельности ребенка, она развивает физические, психические, интеллектуальные способности и формирует эстетические чувства. Игра «держит в форме» все человеческие способности: сообразительность, наблюдательность, ловкость, выносливость, умение общаться так, как этого требуют обстоятельства. Детская игровая культура служит приобщением ребенка к сообществу людей – взрослых и сверстников, поэтому совместная игровая деятельность является основой накопления культурного опыта и развития навыков творческой деятельности.

В игре у детей возникает три цели.

Первая цель – удовольствие от игры – «Хочу».

Вторая цель – выполнять правила игры – «Надо».

Третья цель – творческое выполнение игровой задачи – «Могу».

Таким образом, складывается основной механизм игры «Хочу! Надо! Могу!», влияющий на личность ребенка, и процесс формирования у него функций саморегуляции и самоконтроля.

Важно понимать, что «игра» - понятие многоплановое: это не просто развлечение, а скорее учеба, наставление. Магия игры в том, что она заставляет ребенка раскрываться независимо от его воли и желания. Здесь нет никакой фальши и притворства. Ученые давно заметили, что игра снимает психологические нагрузки, физическую усталость, дефекты речи, движений, а положительные эмоции становятся просто незаменимым лекарством. Ведь эмоции для ребенка – это пища, которая более важна

порой, чем белки и витамины. Поэтому дом, где прописана игра, всегда веселый, радостный; люди, живущие в нем, понимают, что детство – это очень короткая пора, они его не портят и сами за счет игры продлевают свою молодость.

Взрослому за детьми не угнаться, но если вы не будете стоять в стороне, то это приведет вас к взаимодействию с ребенком, а оно, в свою очередь, - к взаимопониманию, духовной близости и большой радости от взаимопонимания.

Просто ли играть? Просто играйте!

### **Подвижные игры для детей 5-6 лет**

#### **«Сделай фигуру»**

Инвентарь: записи веселых детских песен («Чунга-чанга», «Жили у бабули два веселых гуся» и т. п.), музыкальный центр.

Мама и ребенок встают на краю комнаты. Мама включает запись песенки на 15-20 секунд. Под музыку мама и ребенок разбегаются по комнате, выполняют танцевальные движения. Когда песенка перестает звучать, игроки останавливаются и принимают какую-либо позу. Каждый старается угадать, что за фигуру показал его напарник, отмечают наиболее удачную позу. Игру можно повторить 3—4 раза.

#### **«Кто самый ловкий»**

Инвентарь: 4 детских стульчика (или 4 подставки высотой 20-25 см), 20-24 пластмассовых кубика (ребро кубика 6-8 см).

На одной стороне комнаты ставятся 2 стульчика на расстоянии друг от друга 1-1,5 м, мама и ребенок встают около каждого из них. На другой стороне комнаты, напротив первой пары стульев, на расстоянии 3-5 м ставятся другие 2 стульчика. На каждый стульчик кладется по 5-6 кубиков. По команде мамы: «Раз, два, не зевай, кубик на пол не роняй!» игроки берут со стула по одному кубику и быстро идут с ним к другому стулу. Здесь они забирают второй кубик, ставят его на первый и несут оба кубика обратно.

Этот путь игроки повторяют еще раз с пирамидкой (башенкой) из трех, а затем из четырех кубиков и т. д. Игру можно повторить 2-3 раза.

### **«Завернись в ленту»**

Инвентарь: лента длиной 4-6 м.

Мама и ребенок прикрепляют концы ленты к своему поясу и расходятся на всю ее длину к краям комнаты. Мама командует:

Будем мы с тобой кружиться,

Будем вместе веселиться!

Раз, два, три, четыре, пять,

Начинаем мы играть!

Игроки начинают кружиться, стараясь как можно быстрее обвить ленту вокруг себя. Побеждает игрок, намотавший на себя больше ленты, чем соперник.

### **«Удочка»**

Инвентарь: веревка длиной 1,5-2 м, мешочек с песком весом 120-150 г.

Мама встает в центре комнаты, в руках у нее веревка, к которой привязан мешочек с песком — это «удочка». На расстоянии 1,5-2 м от мамы становится ребенок — «рыбка».

Мама читает стихотворение:

Я веревочку кручу,

Рыбку я поймать хочу.

Раз, два, не зевай,

Выше ты подпрыгивай!

Мама начинает вращать «удочку» как можно ближе к поверхности пола, ребенок подпрыгивает вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел его ноги.

Примечания: Перед игрой мама показывает и объясняет ребенку, как нужно подпрыгивать: сильно оттолкнуться от пола и подобрать ноги.

Периодически в игре нужно делать паузы, чтобы дать ребенку отдохнуть.