Мастер класс для родителей в подвижные игры с детьми.

Дошкольный возраст – это тот период, когда ребенок усиленно растет и развивается, период формирования человеческой личности, когда закладывается основа здоровья. Неоспорим тот факт, что хорошее здоровье, приобретенное в дошкольный период детства, служит фундаментом для общего развития и сохраняет свое значение в последующие годы жизни. В настоящее время дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к ярко выраженным функциональным нарушениям в их организме. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, задержку возрастного развития. Подвижные игры имеют большое значение в укреплении здоровья дошкольников. В подвижные игры включаются основные движения: ходьба, бег, лазанье, прыжки. Движения, входящие в игру, развивают и укрепляют организм, улучшают обмен веществ, функциональную деятельность всех органов и систем. Подвижные игры, по убеждению Е. А. Аркина, вносят радость в жизнь ребенка и способствуют укреплению организма, приучают к дисциплине, сосредоточению и планомерности действий. В подвижных играх создаются благоприятные условия для проявления творчества, выдумки, фантазии. Подвижные игры способствуют воспитанию двигательных качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе. Ограничение действий правилами, принятыми в подвижной игре, при одновременном увлечении игрой отлично дисциплинирует детей Подвижные игры – самое лучшее лекарство для детей от двигательного голода – гиподинамии. Многие из них существуют с незапамятных времен и передаются из поколения в поколение. Время вносит изменения в сюжеты некоторых игр, наполняет их новым содержанием, отражающим современную жизнь. Игры обогащаются, совершенствуется, создается множество усложненных вариантов, но их двигательная основа остается неизменной. Укрепление и оздоровление организма, формирование необходимых навыков, воспитание дружеских взаимоотношений, развитие речи и обогащение словаря – основные воспитательные задачи, которые мы осуществляем при помощи разнообразных подвижных игр. Уважаемые, родители! Я предлагаю вашему вниманию подвижные игры, которые будут интересны не только вашим детям, но и вам «Игра наоборот». В этой игре все движения делаются наоборот. Ведущий выходит на середину и становится перед игроками, стоящими в шеренгу. Затем он показывает какое-нибудь движение, а игроки должны показать его наоборот. Например, если ведущий поднял руку, то игроки должны опустить, если он развел ладони, то все должны свести и т. д. Тот, кто ошибается, выходит из игры. «Прокати и сбей» У ребенка в руках мяч большого диаметра. На расстоянии 2м. от него ставится кегля, можно поставить 1.5л пластиковую бутылку. Ребенок прокатывает мяч, стараясь сбить кеглю. Расстояние можно увеличивать «Кенгуру» Предложите ребенку попрыгать с мячом или воздушным шаром, зажатым между коленей ребенка. Бумажный листок, мой весёлый ты дружок: Игры с листком бумаги «Зонтик»- вышли все гулять, идём дышим осенним воздухом, но вдруг пошёл дождь и нам поможет наш листочек он превращается в зонтик ( лист бумаги в руках над головой) «Весёлый мячик»- уважаемые родители, как вы думаете какой самый любимый спортивный атрибут у детей, это мяч, они очень любя т в него играть, сейчас мы наши «Зонтики» скомкаем и превратим их в мячи, будем подкидывать и ловить весёлые мячики «Резиночка»- резинку одеть на ножки стула и прыгать разными способами через неё ( предложить нескольким мамам попрыгать) Игры с носовым платочком Игра «КУ-ку!» Дети держат платочек за верхние уголки перед лицом: в этом положении они «спрятаны». Хором говорят: «Ку-ку!», опускают платочек и появляются со смешной гримасой на лице. Повторить несколько раз.. Вариант. Пока дети прячутся за платочками, можно давать им задание изображать на лице различные эмоции: радость, страх, удивление, грусть, злость. 1,2,3 –ты печальным замри. 1,2,3 – ты удивленным замри. 1,2,3 – ты веселым замри. 1,2,3 – ты сердитым замри. • Пальчиковая гимнастика «Проглот – бегемот». Носовой платок держать за уголок в левой руке. Подушечки пальцев правой руки соединены вместе – это бегемот. Он «открывает и закрывает рот» и басом представляется: - Привет! Привет!

Я проглот – бегемот, у меня большой живот. Мой платок он скушал, вот! (стараться целиком вобрать платочек в кулак, одной рукой) Сразу стало у проглота брюхо, как у бегемота! Сделать проглота-бегемота другой рукой и повторить все движения. Для закрепления «жевать» платок без текста, издавая соответсвующие действию звуки «ням – ням – ням» «Весёлые смайлики»- из обруча, крышек и ватных палочек, выложить весёлых смайликов «Фигуры»-Из крышек сложить геометрические фигуры-овал, круг, квадрат, ромб Уважаемые родители! Играйте с детьми в подвижные игры, занимайтесь с вашим ребенком как можно больше. Не упустите такое благодатное время, когда малыш готов впитать все, с чем вы его познакомите. Большое удовольствие и пользу получите вы и дети. Желаю Вам успеха и здоровья вашим детям