**Консультация для родителей**

«**Дружно**, **весело играя**, мы **здоровье прибавляем**»

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 и 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**.

В каждом маленьком ребенке

И мальчишке и девчонке

Есть по двести грамм взрывчатки

Или даже полкило!

Должен он бежать и прыгать

Все хватать, ногами дрыгать

А иначе он взорвется, трах-бабах!

И нет его!

Г. Остер

Что дети любят больше всего? Конечно же, **играть**!

Значение подвижных игр для детей сложно переоценить, так как это

прекрасная возможность помочь ребенку развиваться гармонично.

**Игра** органически присуща детскому возрасту и является ведущим типом деятельности, а при умелом руководстве со стороны взрослых она способна творить чудеса.

Главное, что увлекательные и **веселые** игры развивают у девочек и мальчиков, как физическое **здоровье**, так и их интеллектуальные способности, так сказать воздействуют на детей на физическом, умственном, социальном и эмоциональном уровне.

У подвижного ребенка, как правило, хороший аппетит, крепкий сон, ровное, **веселое настроение**, он более ловкий и выносливый. Движения не только укрепляют опорно-двигательный аппарат, развивают моторику и координацию, они обеспечивают непрерывный синтез белковых соединений в мышцах, способствуя нормальному росту.

Активные естественные физические движения и упражнения способствуют благотворным физиологическим процессам в организме и улучшению работы всех внутренних органов и систем. Дети быстрее развиваются физически, меньше подвержены сезонным простудным заболеваниям. Они растут более сильными, ловкими и уверенными в своих способностях.

Подвижные игры способствуют развитию большого количества разнообразных движений, а чем разнообразнее движения, которые выполняет ребенок, чем богаче его двигательный опыт, тем больше поступает информации в его мозг, а всё это способствует более интенсивному интеллектуальному развитию малыша.

Для повышения интеллектуальной активности необходимо использовать физические нагрузки систематически. Они улучшают протекание мыслительных процессов, увеличивают объем памяти, развивают умение переключаться с одной деятельности на другую, фокусировать внимание.

В игре ребенок учится общению со сверстниками.

Учиться подчинять свои импульсивные желания правилам игры. Появляется соподчинение мотивов - "хочу" начинает подчинятся "нельзя" или "надо".

В игре интенсивно развиваются все психические процессы, формируются первые нравственные чувства *(что плохо, а что хорошо)*.

Формируются новые мотивы и потребности *(соревновательные, игровые мотивы, потребность в самостоятельности)*.

Кроме того, правильно выбранная **игра** под руководством доброжелательного и внимательного наставника позволяет одновременно проводить нравственное, эстетическое и трудовое воспитание. И самое интересное, что дети не замечают специального воздействия, а, следовательно, и не сопротивляются усвоению новых навыков.

Подвижные игры создают атмосферу радости, активные движения, обусловленные содержанием игры, вызывают у детей положительные эмоции. Это позволяет ребенку избавиться от тревог и становиться более общительным. Подвижные игры позволяют детям отлично *«разрядиться»* и быть более спокойными и благоразумными в остальное время. Поэтому, у детей, которые достаточно бегают, прыгают и лазают, более выражено проявляются способности к традиционному обучению *«за партой»*.

Именно благодаря подвижным коллективным **играм** среди малышей проявляются лидеры, *«светлые головы»* и инициаторы.