

## Подвижные игры для детей раннего возраста

Подвижные игры являются важным средством физического воспитания детей раннего возраста. Они привлекают малышей своей эмоциональностью, разнообразием сюжетов и двигательных заданий. В свою очередь движения стимулируют работу разнообразных групп мышц, усиливают кровообращение, дыхание, улучшают обмен веществ. Игры способствуют закаливанию и оздоровлению, развитию внимания, памяти, воображения, формированию личностных качеств (самостоятельность, активность).



Взрослый должен научить ребенка играть: вначале роль ведущего брать на себя, показать игровые действия. Не забывайте, взрослый является образцом для подражания.

Можно поиграть с ребенком вот в такую **игру: «Медведь и зайчик»**. Взрослый берет на себя роль медведя и говорит такие слова: «Мишка бурый, мишка бурый, отчего такой ты хмурый?», затем произносит слова (как медведь сердито): «Я медком не угостился, вот на всех и рассердился». Взрослый рычит, а ребенок должен убежать. Эта игра учит ребенка преодолевать страх, вдруг мишка догонит? А так же дает возможность побегать, получить радость от общения с взрослым.

**Игра «Солнышко и дождик»**. Взрослый хлопает в ладоши, малыш ходит спокойным шагом. Но вот закапал дождик: «кап, кап, кап!», малыш бежит к взрослому, который изображает зонтик.

Игр очень много. И играть дети любят. Важно, чтобы взрослые помнили, что для правильного гармоничного развития необходимо удовлетворять потребность ребенка в движении. Здоровый ребенок всегда бодр, активен, с желанием играет. Но он еще маленький и ждет вашей инициативы.

