

ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ

РОДИТЕЛЯМ



ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ



Дорогие родители!

*Подвижные игры очень полезны для развития детей любого возраста. В возрасте 3–5 лет дети все еще учатся контролировать своё тело, поэтому важно продолжать играть в игры, направленные на координацию, умение повторять разные виды движений. Важно, чтобы такие игры проходили **на свежем воздухе**, а если такой возможности нет, как можно чаще организовывайте активные игры для ребенка в помещении.*

- ☒ **Игры с бегом:** «Убеги», «Догони меня», «Кто быстрее»
Прокатывание мяча между предметами друг другу стоя или сидя, бросание мяча в цель, вдаль, друг другу.
- ☒ **Ходьба по уменьшенной площади опоры:** по бревну или скамейке, бордюрному камню или брусчатке. Но если ходили по скамейке, не забудьте ее потом протереть, ведь люди на не будут сидеть.
- ☒ **Прыжки:** между предметами на двух ногах — «как лягушка в лесу», с продвижением вперед — «как зайчик», прыжки на месте.

Данные движения просты, но важно, чтобы ребенок, выполняя их, научился владеть своим телом.

