**Подвижные игры для малышей**

У детей в раннем возрасте жизнь – это бесконечное движение. И оно вовсе не бесцельное, как кажется некоторым взрослым. Играя в подвижные игры, ребенок:

* *познает собственное тело и учится управлять им, координировать движение
учится ориентироваться в пространстве*
* *укрепляет мышцы, улучшает кровообращение и дыхание*
* *укрепляет иммунитет*
* *развивается умственно*



*ВАЖНО: В возрасте 2 — 3 лет в процессе подвижной игры малыш учится быть членом команды, общаться с детьми и взрослыми.*

Родители должны позаботиться о том, чтобы в процессе подвижной игры малыш был в безопасности. Также, несмотря на то, что в отличие от других видов игровой деятельности подвижная игра может продолжаться дольше, чем 10 минут, повторятся по нескольку раз, чрезмерное увлечение чревато перевозбуждением ребенка. Такой вид игры рекомендуется чередовать с другими видами деятельности.

*ВАЖНО: Особую роль в подвижной игре выполняют правила. Их определяют взрослые, ребенок им должен следовать неукоснительно. Иначе игровой процесс может выйти из-под контроля.*

Подвижные игры чрезвычайно важны для развития ребенка 2-3 лет.

С детьми 2 — 3 лет можно поиграть такие подвижные игры:

**ПРИМЕР: Подвижная игра «Дождик, дождик, веселее!»**



**Ход игры**: Принимать участие в игровой деятельности может один ребенок или несколько детей. Взрослый выбирает домик. Это может быть грибочек на площадке, диван дома или просто условно обозначенное место в квартире. Взрослый говорит: «Солнышко светит!». Дети выходят «на улицу», веселятся, бегают, прыгают. Взрослый говорит: «Кап-кап, дождик пошел!», дети должны спрятаться в «домике». Можно дополнить игру веселым стишком:

**Дождик, дождик, веселей,**
Своих капель не жалей!
Но по крыше не стучи,
Нам головки не мочи!

**ПРИМЕР: Подвижная игра «Мышеловка».**
**Ход игры**: Детей должно быть как минимум 6. По жребию выбирают мышку. Если детей больше, мышек может быть две или три. Остальные малыши берутся за руки и водят хоровод. В это время «мышка» бегает туда-сюда у них под руками, то забегает в круг, то покидает его. По команде воспитателя круг – «мышеловка» закрывается. Если «мышка» попалась, осталась в кругу, она меняется местом с другим участником.

Во время движения мышеловки взрослый вместе с детьми может рассказывать стишок:

**Нам вы, мышки, надоели!**
Доберемся мы до вас!
Нашей славной мышеловкой
Переловим вас сейчас!

*ВАЖНО: В возрасте 2 — 3 лет ребенок должен научится управляться с мячом: бросать его, ловить, пинать ногами.*

**ПРИМЕР: Подвижная игра с мячом «Прямое попадание».**

**Ход игры**: Для игры необходим ящик или корзина. Ребенка ставят на напротив «мишеней» на расстоянии 3 метров, предлагают ему поочередно мячики разных размеров. Ими он должен попасть в корзину или ящик.