

# Консультация для родителей

## Игры-соревнования вместе с родителями

Главной ценностью для человека является его здоровье. И поэтому в настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами и **родителями**, является сохранение здоровья **детей**. Формирование здорового образа жизни и культуры движений должно начинаться с самого раннего возраста. Вся жизнедеятельность ребёнка в дошкольном учреждении должна быть направлена на сохранение, укрепление здоровья и на развитие двигательных навыков.

Вопросы воспитания здорового ребенка должны решаться не только в дошкольном учреждении, но и в тесном контакте с семьей, так как основы здоровья закладываются в семье. Без помощи семьи физкультурно-оздоровительная работа, организуемая в образовательном учреждении, не может быть успешной. Проблема состоит в нахождении побудительных стимулов, заставляющих **родителей** по-иному взглянуть на здоровье и физическое развитие своих **детей**.

Необходимо находить для **детей** **время**, чтобы сделать зарядку, позаниматься физкультурой или поиграть.

Игра – помощник нам, бесспорно,

Игре все возрасты покорны.

Взаимодействие в игре

Поможет понимать друг друга,

Нам стать внимательней, добрей,

И разрешить вопрос досуга.

Играйте с нами! Придумывайте сами!

Играйте с друзьями! Удача за вами!

### Совместные игры - конкурсы для детей с родителями.

#### Командные игры.

*«Посадка картофеля».*

В руках у **детей** **маленькое ведро**, в котором три предмета. Напротив команд ставятся *«лунки»*. По сигналу дети бегут и сажают *«картофель»* в три *«лунки»* (по одному предмету, оббегают указатель-ориентир и, вернувшись к маме, передают ей ведро. Мама бежит с ведром в *«огород»* и собирает урожай из каждой *«лунки»*, оббегает указатель-ориентир и быстро возвращается к команде. Папа, получив ведро от мамы, бежит в *«огород»* и

сажает в каждую «лунку» «картофель», обегает указатель-ориентир и возвращается к команде.

Побеждает команда, первой закончившая эстафету.

*«Быстрые и ловкие».*

Дети прыгают в мешках до ориентира (площадка укорочена, обегают его и бегут в мешках к команде. Передают эстафету (*вылезают из мешка*) маме. Мама бежит в мешке до указателя-ориентира, обегает его и возвращается бегом в мешке к команде. Передает мешок папе. Папа прыгает в мешке до указателя-ориентира и возвращается бегом в мешке.

**Выигрывает та команда**, которая первой заканчивает эстафету.

*«Дорисуй солнышко»*

Участвует вся команда. Строятся на линии старта в таком порядке: сначала все мамы, потом папы, затем дети. Перед каждой командой находится туннель, за ним скамейка, далее на расстоянии 8 м. от линии старта стоит мольберт, на котором нарисован большой круг. Участники по одному пролезают в туннель, ползут по скамейке на животе, подтягиваясь руками, добегают до мольберта и маркером дорисовывают солнышко по лучику, бегом возвращаются в команду. Затем начинается движение следующий участник команды.

*«В любом месте веселее вместе».*

Мама с обручем на поясе бежит до кубика, возвращается, обручем захватывает папу - бегут вдвоём до кубика. Возвращаются, обручем захватывают ребёнка - бегут в обруче до кубика втроем. Обегают кубики и возвращаются бегом на старт.

**Веселые поединки с родителями.**

Возьми за нос правой рукой, а левой – за правое ухо. Хлопни в ладоши и быстро возмись левой рукой за нос, а правой – за левое ухо.

Выставив вперед правую руку и ногу, одновременно вращать руку справа налево, а ногу – слева направо.

Кто первым намотает шнур на катушку и приведет к себе детскую машинку.

Пронести три городка (предмета, поставленные один на другой, по строго установленному маршруту.

Дети - цветы жизни, наше будущее! И если работа дошкольного учреждения и семьи будет взаимосвязанной, можно будет достичь хороших результатов в оздоровлении **детей**. Будьте здоровы уважаемые **родители и ваши дети!**