**Консультация для родителей «Для чего нужны подвижные игры детям»**

  Наших детей окружают машины, компьютеры, предметы, которые очень интересны им, но как раз, всё это очень мало даёт детям движения. Главная болезнь ХХI века – гиподинамия, т.е. малоподвижность. Именно по этим и многим другим причинам, физическая культура – это образ жизни человека, в нее должны быть вовлечены все люди, независимо от возраста. Но лучше начинать с раннего детства. По нынешним временам это – необходимость.

Приучать ребенка к спорту нужно с детства, а лучше всего дети воспринимают игру. Поэтому нужно использовать подвижные игры- это сознательная активная деятельность ребёнка. По определению П.Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредствам которого ребёнок готовится к жизни.

 Подвижные игры несут в себе интересное содержание, бурю эмоций, такие игры побуждают детей к умственным и физическим усилиям. Действия в подвижной игре состоит в мгновенной ответственной реакции ребёнка на задачу «лови!» «беги!» «стой!» и т.д. Все это пополняет знание и представление детей об окружающем мире, развивает мышления, смекалку, морально-волевые качества.

Подвижные игры помогают развивать культуру детей. В игре дети развивают фантазию, воображение, формируют социальные качества. Эти игры всегда являются творческой деятельностью детей, где проявляются естественная ловкость, поиск решения задачи. Дети в играх преображают мир. Через подвижную игру дети учатся доброжелательности, взаимопониманию, совестливости, организованности , инициативности. В играх дети получают ощущения полной свободы, что даёт радость, веселье, эмоциональный подъём. Различие подвижных игр по содержанию расширяет способы поиска путей к решению поставленных задач. Всё это помогает гармоничному развитию детей.

Примеры игр: «Гуси-лебеди», «У медведя во бору», «Ловишки», «Охотник и зайцы», «Удочка», «Мышеловка», «Кот и мыши», «Горелки», «Салки» и.др.

Используемая литература: Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр»