Более подробно ознакомиться с различными видами игр с детьми от 0 до 3-4 лет можно в следующих книгах:

Галанов, А. Игры для укрепления здоровья малышей [Текст] / А. Галанов; худ. Т. Чижкова. – Москва: Стрекоза, 2012. – 63 с.: ил. – (Играем, учимся, растём).

Играем, считаем, учимся [Текст]: математические игры дома и на улице. От 3 до 6 лет / под ред. К. Чарнер, М. Мерфи, Ч. Кларк. – Санкт-Петербург: Питер, 2011. – 176 с.: ил. – (Вы и ваш ребёнок).

Каспарова, Ю. Прогулки по городу [Текст] / Ю. Каспарова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. – 160 с. – (Энциклопедия нескучных прогулок).

Пальчиковая гимнастика. 3-5 лет [Текст]: книга для заботливых родителей + видеоуроки на DVD / авт.-сост. Ю. В. Терегулова. – Москва: Рид Групп, 2011. – 64 с.6 ил. – (Видеошкола раннего развития).

Теплюк, С. Н. Игры-занятия с детьми 2-4 лет [Текст]: пособие для педагогов дошольных учреждений / С. Н. Теплюк. – Москва: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2013. – 176 с.

Составитель:
***Макарова Т.В.** - методист по работе с детьми*

Ответственный за выпуск:
***Ульянова Т.Ф.**- директор МУК «РМЦБ»*

Адрес: 412030 Саратовская обл.
г. Ртищево
ул. А. Громова, 12
Часы работы: с 8.30 до 17.00
Выходной: Понедельник

Телефон: (884540)4-16-04
Эл. почта: biblio_rti@mail.ru

МУК «РТИЩЕВСКАЯ МЦБ»
ДЕТСКАЯ БИБЛИОТЕКА
ИМ. А. С. ПУШКИНА

«… Чтоб успешно развиваться — нужно спортом заниматься»

В рамках программы
«Счастливое детство–
счастливая страна»
к Десятилетию детства

Ртищево, 2018 г.

«… Чтоб успешно развиваться—нужно спортом заниматься» А.Барто

Смолоду занимайся – на век сгодишься.

Движение в жизни человека имеет большое значение. Особенно важно оно в детском возрасте: в период роста и развития организма.

Задача заботливого и любящего родителя воспитать разносторонне развитую личность, как умственно, так и физически.

Занимаясь спортивными упражнениями с ребенком, родители воспитывают в нем такие качества, как целеустремленность, силу духа, выносливость, терпение, трудолюбие, настойчивость.

В сегодняшний век информационных технологий с получением информации нет проблем, а вот в области активной физической жизни наблюдается некоторая леность. Стоит взять за правило или создать семейную традицию регулярно уделять время физической форме, заниматься спортом.

Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки!

В младенческом возрасте основным «спортивным снарядом» для малыша является мама или папа. Легкий массаж, нежные поглаживания, стимулирующие игры с виду не такие активны, но несут в себе очень важную функцию. Такое взаимодействие помогает в развитии у малыша органов чувств, улучшает психомоторное развитие. Развивает память, внимание, творческое мышление. Помогает в социализации – умении общаться с другими людьми, способствует положительному эмоциональному развитию.

Кто спортом занимается, тот силы набирается!

Когда ваш малыш уже умеет ходить, произносить первые слова, манипулирует с предметами и пытается подражать действиям взрослых, это значит пришло время учить его играть. Как ни удивительно, этому тоже надо учить.

Первым подготовительным шагом в становлении физической культуры являются игры с выразительными движениями:

- Потешки;
- Ритмические игры на коленях;
- Жестово-двигательные игры.

В них ребенок впервые что-то изображает с помощью собственного тела. Сначала это отдельные позы и жесты руками, мимика. Постепенно добавляются движения всем телом, а затем пространство ребенка расширяется, и игра уже проходит с множеством выразительных движений, с высокой степенью активности.

Игры – потешки очень важны для детей с гипертонусом , с мышечной зажатостью или напряжением. Самыми известными потешками являются «Ладушки».

Ритмические игры на коленях – это не только развлечение. Но и чрезвычайно полезный вид игры. Такая игра дает возможность ребенку телом прочувствовать разный ритм и разный характер движений. А главное – прочувствовать разные ощущения своего тельца.

Здоровому – все здорово!

Эмоции, мир переживаний зависят от позы, движений. Осознанные произвольные движения влияют на наше эмоциональное состояние.

Развитие выразительных движений особенно нужны детям застенчивым, нерешительным, которые боятся себя проявить или не знают, как это сделать. Огромное значение такие движения имеют для детей с гипотонусом, со сниженной чувствительностью.

«Превращение» можно совершать не только в одиночку, но и парами, и даже группами.

Основная цель совместных игр – это преодоление барьеров в общении, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

Если ребенок скованный, малоподвижный, то ему лучше давать движения с широкой амплитудой: например, чтобы он побегал, как волк, или походил, как медведь. Если ребенок возбудим, гиперактивен, хаотичен в своих движениях, то лучше давать ограничивающие движения: например, лягушку или лисичку.