Консультация:

РАЗВИВАющие игры. ФИЗИЧЕСКая АКТИВНОСТЬ и здоровье.

Всем известно, что ребенок активно растет и развивается. Любому родителю хочется видеть в своем чаде сильного и физически здорового человека, но возникает вопрос, как этого добиться? На этот счет существует много теорий и практических рекомендаций.

Всем нам хорошо известно, что ребенок в любом возрасте активно растет и развивается. Любому родителю хочется видеть в своем чаде сильного и физически здорового человека, но как этого добиться, возникает соответствующий вопрос? На этот счет существует много теорий и практических рекомендаций. В рамках этой статьи мы постараемся ответить на вопросы о том, как сделать соответствующую атмосферу для того, чтобы ребенок самостоятельно в увлекательной игровой форме занимался активными играми, развиваясь при этом физически. Заставить свое чадо выполнять физические упражнения, особенно, когда ребенку эта идея кажется скучным и неинтересным занятием будет сложно любому родителю. И для того, чтобы малыш активно проводил часть своего досуга, ему следует оборудовать игровую зону, в которой он может получать необходимые физические нагрузки.

*Что это может быть?*

Давайте подробнее рассмотрим варианты, предлагаемые современными производителями детских игрушек и развлечений.

• [Домашние спортивные комплексы для детей](http://www.bawi.ru/domashnie_sportivnie_kompleksi/) – могут послужить прекрасным местом не только для выполнения ряда физических упражнений, но и отлично впишутся в любую игровую обстановку. Большое количество предлагаемых вариантов позволит сочетать увлекательную игру с выполнением целого ряда физических упражнений. Наличие шведской стенки, колец, горки, не только расширит игровое пространство любого малыша, но также и спектр его игр. Прикрепленное баскетбольное кольцо – это настоящий повод вырастить будущего чемпиона. С его помощью можно тренировать не только меткость и ловкость, но также и качества присущие взрослому мужчине, а именно: умение адекватно относиться к победам и поражениям, настойчивость и целеустремленность.

• [Пластиковые детские горки](http://www.bawi.ru/domiki_gorki_kacheli_basseyni_i_batuti/detskie_gorki/) – для любого малыша станут настоящим полигоном для веселых и активных игр. Фантазия ребенка моментально впишет это прекрасное сооружение в любой игровой сценарий. Не следует пугаться, если кроха будет использовать свою горку не по прямому назначению. Ребенок рассматривает ее как неотъемлемую часть своего игрового процесса. С горки может спускаться все, что угодно, начиная от машинок и заканчивая куклами. И чем увлекательнее его игра, тем чаще он будет к ней возвращаться.

• Игровые домики – прекрасная территория для сюжетно-ролевых игр любого малыша. Здесь фантазия ребенка разгуляется в полную силу, используя все имеющиеся под рукой декорации. Игровые сценарии, разыгранные при помощи этих комплексов, могут удивить любого взрослого, а наличие целого ряда дополнительных аксессуаров только добавит реалистичности этому процессу.

• Подвесные качели – отличный способ для развития вестибулярного аппарата ребенка. Огромный выбор современных предложений позволит выбрать вариант, гармонично вписывающийся в интерьер любой квартиры или дома.

Итак, осталось только выбрать, что именно ближе всего подойдет вашему ребенку. Лучшим вариантом для обустройства детской комнаты или игрового уголка малыша будет сочетание тех или иных вариантов, предложенных выше. Также следует отметить, что имеются домашние спортивные комплексы для детей с большим набором различных функциональных элементов. Модульные конструкции таких сооружений позволят выбрать и разместить его в интерьере любой детской комнаты. Создавая прекрасное игровое пространство для ребенка, вы проявите заботу о гармоничном развитии своего малыша.

*Организовываем активный досуг своего малыша.*

***Варианты игр!***

Ну, хорошо. Допустим, дома собран детский спортивный комплекс с горкой и качелями, а ребенок не уделяет ему достойного внимания, предпочитая тихие и спокойные игры в своем небольшом уголке. Усидчивость – непременно, хорошее качество, которое поможет ребенку в успешном обучении в школе. Но, как увлечь своего ребенка в активную игру в домашних условиях, когда на улице стоит неблагоприятная погода?

Для этого родителям, возможно, придется немного подкорректировать игровой процесс своего малыша и внести в его сценарий определенные повороты, затрагивающие эти спортивные сооружения. Так, малыша, который побаивается кататься с горки, можно приучить сначала запускать машинки или мягкие игрушки, а затем съезжать самому, устраивая зрелищные соревнования по скоростному спуску. Причем зрителями могут выступать, как куклы, так и члены семьи. Шведская стенка прекрасно подойдет для сооружения жилища какого-нибудь симпатичного зверька, который малыш будет часто проведывать и так далее. Главной задачей здесь будет - показать ребенку, что спортивный комплекс это прекрасная игровая зона, которая может быть использована в любом увлекательном сюжете. Все дальнейшее сделает детская фантазия и воображение. В итоге, мы получим ребенка, активно лазающего по спортивному комплексу и увлеченного интересным игровым сюжетом.

**Польза для развития ребенка, имеющего такой игровой уголок, очевидна и неоспорима.**

• Играя со спортивными тренажерами и занимаясь на комплексе, ребенок развивается физически.

• Придумывая различные игровые сюжеты, малыш развивает фантазию и воображение.

• Качели и надувные мячи укрепляют мускулатуру ног и развивают вестибулярный аппарат.

• Находясь на территории своего собственного пространства, малыш формирует особую игровую атмосферу, которая благоприятно сказывается на развитии здоровой и крепкой нервной системы.

Подводя итоги, хочется отметить, что у малышей, имеющих в своем арсенале игровые комплексы, пластиковые детские горки и другие игрушки для активных игр в домашних условиях имеется прекрасная возможность выплеснуть лишнюю накопившуюся энергию. А родители, в свою очередь, могут быть спокойны за гармоничное развитие своего любимого ребенка.