******

***Играем вместе с детьми.***

**Уважаемые родители!**

**Предлагаем вам поиграть с детьми в следующие игры. Они способствуют нормализации мышечного тонуса, помогают освободиться от эмоциональной и двигательной зажатости, способствуют координации процессов дыхания.**

**Кубики.**

 **Пусть ребенок попробует удержать кубик на тыльной стороне ладони вытянутой, руки, как можно дольше. Предложите ребенку пронести кубик на голове на какое-то расстояние. Посоревнуйтесь вместе с детьми. Поиграйте в ежика, несущего на спине кусочки сахара. Ребенок становится на четвереньки, а взрослый кладет ему на спину один или несколько кубиков. Нужно проползти на предплечьях и коленях, не уронив кубики.**

**Не боюсь мяча.**

**Очень часто мы сталкиваемся с тем, что ребенок не любит играть с мячом. Особенно ловить его. Ребенок будто боится мяча. Возможно, когда-то в него неудачно попали мячом, а может, у него не развита координация движений. Поиграйте с ним в такую игру. Взрослый бросает мяч ребенку, а он защищается «большой защитой» - например, большим куском картона, подушкой или одеялом. Затем защита уменьшается – пусть это будет книга или теннисная ракетка. Когда ребенок свободно овладеет такой защитой, попробуйте легко побросать ему мяч, возможно, страх перед мячом уже прошел.**

**Кошкин хвост**

**В этой игре хорошо упражнять скорость реакции, координацию движений, ловкость. И, конечно, всем без исключения важна эмоциональная разрядка. Пусть мама на время станет кошкой. Хвостом у нее будет длинная веревка, привязанная к поясу. Пусть ребенок попытается наступить на хвост убегающей кошке. Получается? Тогда усложните игру. Пусть ребенок закроет глаза. Кошка будет прикасаться к рукам, ногам, щекам ребенка хвостом, а он попытается с закрытыми глазами поймать хвост руками.**

**Совместные игры помогают развитию доверительных отношений между ребенком и взрослым. Развивают такие черты характера как: умение работать в команде, находчивость и смекалка, стремление к победе и многие другие. Повышают самооценку ребенка.**

**Уважаемые родители, найдите время для совместных игр, и вы увидите результат!**

**Подготовила: инструктор по физической культуре Ивкова Наталия Владимировна**