**Совместные игры для детей и родителей**

Подготовила:

инструктор по физической культуре

 Чепелева Н.А.

**Чтобы дома не было скучно поиграйте с детьми!**

**Ребенок будет очень вам благодарен. Может быть именно эти моменты станут самым прекрасным воспоминанием на всю жизнь.**

Но прежде чем начнем играть, не забудьте:

* отключить функцию родитель-советчик. Конечно, мы всегда знаем, как лучше, но здесь все должны быть на равных.
* играть нужно только с удовольствием.
* если игра не нравиться ребенку, переключаемся на другую.

***Развиваем реакцию и координацию***

**Охотник за змеей**
Для этого потребуется веревка. Один игрок держит конец веревки, садится на корточки и двигает ей из стороны в сторону (это – змея). Другой участник пытается поймать змею, наступив на нее ногой. Когда хищница поймана, игроки меняются местами. Далее можно ловить змею другой ногой или руками. А потом змея решила уползти. Она быстро ползает по комнате, а охотник пытается ее нагнать и наступить.

**Черепашьи гонки**Становимся на четвереньки, кладем на спину подушку. А теперь – на старт. Стараемся дойти до финиша, чтобы панцирь не упал.

***Развиваем память и наблюдательность***

**Что изменилось**Сядьте на пол друг напротив друга. Один участник должен запомнить, как сидит ведущий. Потом он закрывает глаза, а когда открывает, то должен определить, что изменилось (положение ноги или руки, выражение лица и т.д.).
**Вариант.** Ставим на столе несколько предметов (от 3 до 6). Запоминаем и закрываем глаза. Ведущий убирает одну игрушку или меняет местами. Ребенок определяет, что пропало или изменилось.

***Развиваем внимание и концентрацию***

**Зеркало**Ребенок будто бы смотрится в зеркало. Вы - взрослый - его отражение. Постарайтесь синхронно выполнять любые движения: медленно ходить по комнате, подпрыгивать, разводить руки, строить гримасы и смешные рожицы, не дотрагиваясь друг до друга. Через пару минут меняемся ролями.

***Развиваем навыки ориентации в пространстве***

**Автомобиль**Расставьте столы, стулья и другие предметы по комнате. Легенда: ты - автомобиль, который едет темной ночью. У него не работают фары, но навигатор ему подсказывает путь. Ребенок «едет» с закрытыми глазами, а взрослый подсказывает путь. Потом поменяйтесь ролями. Для усложнения задания можно двигаться по полосе препятствий назад. Возможно, кому-то будет интересно посчитать, сколько раз автомобиль врезался.

Источник <https://www.kp.ru/putevoditel/sovety-dlya-roditelej/igry-dlya-detej-i-vzroslykh/>