

«Игры для активизации двигательной активности детей в условиях ограниченного пространства»

«Подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни».
П.Ф.Лесгафт

Чем заняться во время карантина? Дети, лишённые уличных прогулок и спортивных занятий, начинают выплескивать нерастроченные силы дома. Но многим родителям приходится в это непростое время ещё, и работать на удаленке и делать массу других дел. Поэтому постарайтесь найти время, чтобы поиграть с сыном или дочкой. Совместная игра — это очень полезный навык для формирования дружеских и доверительных отношений между ребенком и родителями. Активные игры развивают координацию, стимулируют кровообращение, укрепляют сердечнососудистую систему, оказывают благоприятное влияние на вестибулярный аппарат, насыщают клетки организма кислородом, повышают активность головного мозга, способствуют развитию концентрации и внимания, что же говорить о той радости, которую доставляют игры ребенку. Ведь еще в древности люди небезосновательно считали, что «Движение – это жизнь». Так что, пользуйтесь моментом и даже в помещении устраивайте активные игры.

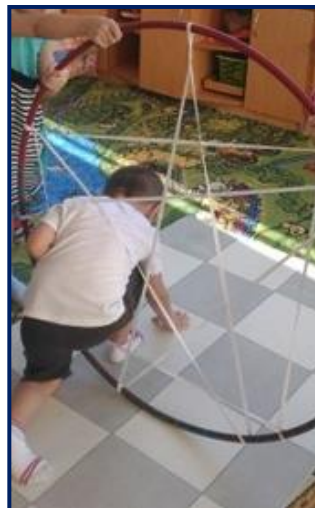
«Боулинг»



«Дорожки»



«Паутинка»



«Теннис»



«Лабиринты»



«Классики»



Учитель – дефектолог (тифлопедагог) Костылева Е.С.