**Консультация для законных представителей**

**«Чем занять ребёнка в дождливый день?»**

**ДОЖДЛИВЫЙ** день может показаться бесконечным, потому что полный энергии непоседа вынужден долгое время оставаться в замкнутом пространстве. И никак ему не справиться с плохим настроением. Чтобы не зависеть от ненастной холодной погоды, ребенок должен быть в хорошей физической и психической форме. В этом могут помочь игры и увлекательные занятия.

Если есть возможность, пригласите е себе друзей, но не забывайте, что развлечься можно и своей семьей, занимаясь делами гораздо более полезными и приятными, нежели бесконечное сидение перед телевизором. Помните также, что несмотря на холод и сырость за окном, необходимо провести хотя бы несколько минут на свежем воздухе. Когда после дождя появиться солнце, поищите на небе радугу.

**ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ**

Как гласит известная поговорка, старое – это то же самое, что и новое. И если вы на минутку закроете глаза и попытаетесь вернуться в свое детство, то вспомните немало отличных забав для скучающего крохи.

**«Кегли из бутылок»**

А не пришло ли время немного посоревноваться с мамой в меткости и ловкости? Для этой цели существуют всевозможные покупные мишени, дартс и даже домашние баскетбольные сетки. Но если все это уже поднадоело, можно придумать свою игру: наполнить небольшие пластиковые бутылки водой на две трети и сбивать эти импровизированные кегли любым подходящим мячиком.

**«Накорми клоуна»**

Попробуйте на скорую руку соорудить собственную мишень. Нарисуйте вместе с малышом какую-нибудь смешную или страшную рожицу на листе картона, там, где должен быть рот, прорежьте большое отверстие. С обратной стороны скотчем приклейте целлофановый пакет, чтобы в него падали ваши «пульки». Теперь все тем же скотчем приклейте к верхней части мишени ленточку и повесьте поделку на дверную ручку. Из хорошо скомканной бумаги сделайте небольшие шарики и устройте соревнование: кто сможет лучше всех накормить это создание – забросить максимальное количество шариков ему в рот.

**«Кольцеброс»**

Еще один вариант похожей игры их подручных средств. Возьмите два листа картона, склейте их между собой, предварительно вложив между ними ленточку для подвешивания. Теперь прорежьте в картоне небольшие аккуратные дырочки, в которые вставьте цветные карандаши под небольшим углом. Это будет мишень со штырьками. Над карандашами напишите количество очков. Повесьте конструкцию все на ту же дверную ручку и набрасывайте на штырьки колечки (чтобы их сделать, можно кольцами порезать пластиковую бутылку). В конце игры посчитайте очки и объявите победителя.

**«Попади в конфетку»**

Если у вас в доме завалялся лоток от яиц, он тоже вполне может сгодится. Положите в некоторые (но не во все!) ячейки конфетки и запаситесь крышечками от пластиковых бутылок. Теперь усаживайтесь с малышом на некотором расстоянии от сладкой мишени и по очереди бросайте пробки в лоток. Кто попал в ячейку с конфетой – тот забирает ее себе.

**«Горячо – холодно»**

В эту игру с удовольствием играют детишки любого возраста. Правила просты: вы прячете в комнате какую-нибудь игрушку, а малыш должен ее найти. Подсказывайте ему словами «холодно», «очень холодно», «теплее», «тепло», «горячо», «очень горячо» и т.п. Чем ближе он подходит к игрушке, тем «горячее». Когда она найдена, поменяйтесь с малышом местами. Теперь мама ищет, а ребенок прячет.

**«Прятки»**

В эту игру можно играть даже в малогабаритной квартире. Всегда найдется, где спрятаться, и дети сделают это с легкостью. Играть в прятки дома любят не только 2-3 летние крохи, но даже подростки. Конечно, маме придется подыгрывать детям, «не находя» их какое-то время. И не забудьте разучить приговорку: «Раз, два, три, четыре, пять! Я уже иду искать! Кто не спрятался – я не виноват!»

**«В какой руке?»**

Возьмите какой-нибудь небольшой предмет, конфету или маленькую игрушку и спрячьте за спину. Спросите у ребенка, в какой руке игрушка. Если малыш угадал – его очередь прятать. Эта игра поможет закрепить понятие «право – лево». Для этого нужно, чтобы кроха не просто показывал на руку, а называл ее: «в правой руке», «в левой руке».

**СТАРШЕ ДВУХ ЛЕТ**

Многих родителей интересует не только, как играть, во что играть, какую игру организовать, но и подойдет ли она ребенку по возрасту? Во что же играть и как играть с детьми разных лет?

**«Сидячий футбол»**

Два или более игрока садятся друг напротив друга, расставив широко ноги, и катают руками небольшой мячик. Можно радостно кричать: «Го-о-о-л!».

**«Сортируем предметы»**

Различные предметы, игрушки сортируем по цвету, форме, мягкости, твердости и пр.

**«Башня»**

Из коробочек, кубиков или пластиковых стаканчиков строим башню. С некоторого расстояния пытаемся ее разрушить маленьким мячиком или теннисным шариком.

**«Лента из домино»**

Костяшки из домино составляем друг за другом в длинную ленту, ставя их на короткое ребро. Когда лента будет готова, первую костяшку подталкиваем. Все костяшки падают, опрокидываясь одна за другой.

**«Кегли»**

Кубики расставляем на ковре, как кегли, и сбиваем их теннисным шариком или небольшим мячиком.

**«Маленький водитель»**

Рисуем на большем листе бумаги улицы и дороги. Когда разметка готова, начинаем кружить по дорогам игрушечной машинкой.

**ОТ ТРЕХ ЛЕТ И СТАРШЕ**

**«Волшебный мешочек»**

В небольшой мешочек (или наволочку) положите несколько детских игрушек, сильно отличающихся по форме: скажем, кубик, резинового мишку и кольцо от пирамидки. Малыш, не заглядывая в мешочек, запускает в него руку и на ощупь определяет, что он взял. Только после этого можно вытаскивать руку с игрушкой. Игрушки можно заменять овощами, фруктами, геометрическими фигурками.

**«Веселая ладошка»**

С вытянутыми в стороны руками идем, как канатоходцы, по самому краешку ковра.

**«Змейка»**

Если все члены семьи в сборе и габариты квартиры позволяют, держим друг друга за талию и «змейкой» бегаем по квартире. Предварительно можно расставить по комнатам стулья и другие предметы в произвольном порядке, чтобы можно было их обегать. Задача игроков – не расцепиться, не порвать змейку.

**«Бег с яйцом»**

Шарик от пинг-понга кладем на чайную ложку и бегаем по всей квартире, стараясь удержать его на ложке.

**ЧЕТЫРЕ ГОДА И СТАРШЕ**

**«Болото»**

Возьмите несколько старых газет, приложите к ним детскую стопу и обведите. Вырежьте по контуру несколько следов. А теперь разложите следочки по комнате, чтобы получилась тропинка. То, что за пределами тропинки, - «болото». Малыш должен пройти, точно ступая по следам, чтобы не упасть в «болото».

**«Штаб»**

В детстве нам с братом никогда не надоедало играть в домике из подручных средств: подушек от родительского дивана, стола со свисающей скатертью, стульев, поставленных спинками друг к другу на некотором расстоянии и накрытых большим одеялом… подойдет для этих целей даже большая коробка от телевизора. Если малыш умеет читать, поместите рядом с домиком коробку с прорезью – это будет почтовый ящик. Туда можно приносить коротенькие записки. Пусть малыш придумает, из чего сделать мебель. Не забудьте про услугу «Доставка обедов» в штаб. Можно разыграть сказку «Теремок».

**«Прыг-скок»**

Как можно дольше пропрыгать на одной ноге. Предварительно убедитесь, что внизу, под вами, не живет старенькая бабушка с больной головой и не спит другой ребенок.

**«Цветная угадайка»**

Загадываем какую-нибудь вещь в комнате. Называем цвет и просим угадать этот предмет.

**«Шарик, лети!»**

Подбрасываем воздушный шарик в воздух, указательным пальцем нужно подталкивать его вверх, не давая упасть.

**«Безопасный волейбол»**

Натяните веревку между спинками двух стульев, находящихся на расстоянии друг от друга, и играйте в волейбол воздушным шариком.

**«Что упало?»**

Положите на поднос пять предметов. Ребенок внимательно смотрит на них и запоминает. Затем закрывает глаза, а вы в это время прячете один их них. Малыш должен определить, какого предмета не хватает. Постепенно добавляйте на поднос новые вещи. А когда ребенок освоит игру, убирайте сразу по нескольку предметов.

**«Балансирование с книгой»**

Пусть малыш пройдет по комнате, пытаясь удержать книгу на голове. Нельзя дотрагиваться до книги руками!

**«Волейбол дома»**

Вы хотите заняться физическими упражнениями, не выходя на улицу? Воздушные шары – это то, что вам нужно. Они небольшие, легкие. Пусть ребенок забавляется, подбрасывая шары вверх одной или двумя руками попеременно. Натянув веревку между спинками двух стульев, находящихся на некотором расстоянии друг от друга, устройте игру в волейбол. Несколько детей одновременно могут с удовольствием перебрасывать шар туда и обратно.

**«Игра в «классы»**

Если у вашего активного ребенка избыток энергии, вот лучший способ выпустить ее, не покидая дом. С помощью клейкой ленты обозначьте на полу квадраты – «классы». Для этого занятия более всего подходит большой коридор или закрытая веранда, а также свободное место на кухне или в комнате.

Вероятно, вы помните, как начинается игра. Нужно бросить небольшую биту в нарисованные квадраты так, чтобы она попала в квадрат, не касаясь линий. Сначала бросайте ее в первый «класс», затем во второй и т.д. Как только она окажется в нужном квадрате, вы должны приблизиться к ней, прыгая на одной ноге через все «классы» по порядку. Затем нужно подобрать биту, повернуться кругом и вернуться назад, сохраняя равновесие и не наступая на линии. (На обе ноги можно встать, если только квадраты находятся рядом или если вы поворачиваетесь назад в последнем «классе»).

Игра продолжается до тех пор, пока не наступите на линию или не потеряете равновесие; тогда наступает очередь другого игрока. Побеждает тот, кто первым выполнит все действия правильно и пройдет от первого до восьмого «класса»

Для ограниченного пространства есть более простой вариант игры. Изобразите «классы» двумя полосками клейкой ленты длиной по сто шестьдесят сантиметров, расположив их параллельно друг другу на расстоянии сорок сантиметров. Затем также с помощью ленты обозначьте каждый «класс» номером от нуля до пяти. Теперь называйте номер от нуля до пяти. Ребенок должен прыгнуть в названный номер квадрата и попрыгать там несколько раз, считая свои прыжки.

Если вы хотите научить малыша узнавать цифры, используйте карточки с написанными на них номерами от нуля до пяти. Ребенок также должен оказаться в указанном на карточке «классе» и сделать там несколько прыжков, считая их. Или же он сам выбирает номер «класса», прыгает в нужный квадрат и называет его. Попросите малыша передвинуть вперед или назад на один или два «класса» или задайте ему простую математическую задачу: «Сколько будет три прибавить два? Сколько будет четыре отнять три?»

**«Автогонки»**

Если в вашем доме любят автомобили, сделанные из спичечных коробков или другого подручного материала, организуйте авторалли, лучше – в направлении против часовой стрелки. С помощью клейкой ленты или веревки обозначьте на полу трассу. Убедитесь, что есть стартовая и финишная линия. После этого дети могут устроить гонки по трассе и, используя кухонный таймер или секундомер, определить, кто покажет лучшее время. Совет: на тот случай, если существует опасность, что машина, сделав крутой вираж, может удариться о стенку или мебель, для безопасности подложите валики или подушки.

**«Морское путешествие в Китай»**

Вы должны быть уверены, что ваш ребенок здоров на сто процентов, и тогда можно позволить ему выйти под дождь, если, конечно, не очень холодно. Что может быть интереснее, чем облачиться в плащ-дождевик, резиновые сапоги и выйти на улицу, при этом захватив с собой бумажные тарелки и чашки. Отправьте их путешествовать в Китай, опустив в канаву или хотя бы в большой ручей. Ребенок может с утра заняться строительством кораблей из кусочков мыла, бумажных тарелок и чашек.

Прыгая по лужам, перегораживая камешками водяные потоки и собирая капли дождя из-под водосточной трубы, постарайтесь показать ребенку, что даже самые неприхотливые вещи могут доставить человеку большое удовольствие. Если малыш одет по погоде и не промок, то дождь не опасен, и ребенок начнет понимать, что и в плохую погоду можно радоваться жизни.

**«Контуры вещей»**

Вместе с ребенком найдите дома предметы, контуры которых удобно обвести на бумаге - крышки от банок и бутылок, кубики, ложки, элементы головоломок, отдельные части игр, туфли. Пусть ребенок обведет их карандашом на отдельных листках бумаги, а затем вырежет. Полученные фигурки можно раскрасить и сделать коллаж. Это занятие помогает маленьким детям научиться соотносить пространство и форму, а также вырабатывать глазомер.

Одной из важнейших задач является проведение досуга с детьми, совместного отдыха и развлечений. «Давайте поиграем!» - как часто мы слышим это от детей. Хорошее настроение и заряд бодрости у вас и ваших детей обеспечены, если прогулка или «скучание дома» превратиться в игру. Играть можно и нужно в каждом возрасте. Самый странный и нелепый аргумент: «Ты уже слишком большой для игрушек, пора бы и поумнеть!». Игра – это и есть верное средство «поумнеть», потому что во время игры ребенку можно внушить множество полезных вещей. Игрой можно отвлечь малыша от ненужного дела, утешить его, если он расстроен или боится, развеселить, если ему грустно, успокоить, подбодрить.