**Мама, папа, я – дружная семья**

Прививать современной детворе интерес к подвижным играм на свежем воздухе сегодня особо важно. Педиатры рекомендуют проводить малышам на прогулках хотя бы несколько часов ежедневно. Причем не просто спокойно и не спеша бродить по дорожкам, а активно развлекаться.

Хотите обучить увлекательным забавам на улице вашего непоседу? Приобщайте всю семью! Тем более, как утверждают психологи, совместные игры детей и родителей очень сближают.

**Польза активных игр на свежем воздухе для малышей**

* **Улучшают работоспособность организма.** Во время активных движений (бега, прыжков, рывков, лазаний и т.д.) у детей активируются обменные процессы, а ткани лучше насыщаются кислородом. Их мышцы становятся более крепкими, также у них развивается гибкость, выносливость и быстрота реакции. Такие дети, по наблюдениям педиатров, гораздо меньше подвержены влиянию различных простуд.
* **Развивают мышление и воображение.** В различных подвижных играх крохи учатся анализировать действия (свои и прочих участников), а также самостоятельно принимать решения.
* **Получают эмоциональную разрядку.** Активные игры помогают малышам избавиться от накопившейся лишней энергии и негатива.
* **Заводят новые знакомства.** В процессе игр на улице малыши устанавливают контакты с другими детьми, получают первые навыки общения со сверстниками и учатся коммуникации.

**В какие игры можно поиграть с непоседами на улице**

Хотите провести весело и полезно время на свежем воздухе всей семьей? Готовьте необходимый инвентарь! Например, для некоторых активных игр на улице необходимо предварительно купить мяч.

С помощью мяча можно играть в следующие командные забавы.

* **Эстафета** (подходит для малышей от 4 лет). Все участники игры делятся на две команды, каждая из которых пытается выполнить порученное задание раньше своих соперников.
* **Считалочка** (будет интересна ребятишкам от 3 лет). Все дети и взрослые должны встать в круг. Ведущий начинает рассказывать считалочку или стихотворение, и на каждое из произносимых слов мяч переходит от одного участника к другому из рук в руки. У кого на последнем слове оказывается [футбольный или баскетбольный мяч](http://sharatoys.com.ua/ua/sportivnye-tovary.html), тот и выполняет какое-либо задание.
* **Съедобное-несъедобное (**с ней справятся даже 3-летние карапузы). Суть игры проста – ведущий бросает участнику мячик и говорит название какого-либо предмета (морковь, самолет, конфета, мешок и т.д.). Если названный предмет можно съесть, то мячик нужно поймать, если же он несъедобен – отбросить. Тот, кто ошибся, назначается следующим ведущим.

Зимние детские игры на улице нельзя представить без салазок. Кстати, [купить детские санки](http://sharatoys.com.ua/product-search.html?keyword=%D1%81%D0%B0%D0%BD%D0%BA%D0%B8&search=search) по привлекательной цене и отличного качества можно также в нашем интернет-магазине Shara Toys.

С помощью санок можно устроить совместные спуски с горок, что приведет малышей в неимоверный восторг.

**Внимание!** Учтите, что при таких забавах нужно строго соблюдать правила предосторожности. Следует выбирать небольшие возвышенности без торчащих коряг и камней. Взрослый не должен выпускать малыша из поля своего зрения, поэтому спускаться ему следует последним. Расскажите также ребенку, что съезжать с горки лицом вниз очень небезопасно.

Заходите в онлайн-магазин детских товаров Shara Toys! Мы поможем вам превратить семейные прогулки на свежем воздухе в веселые и увлекательные развлечения.