

Консультация для родителей

«Если ваш ребёнок медлительный»



Малоподвижный ребёнок вызывает беспокойство. Он не любит играть с движениями, часто пассивен, не уверен в себе, обидчив, малоактивен, робок в общении.

Малая подвижность - фактор риска для здоровья ребёнка. Он, как правило, может часто болеть и отставать в развитии.

Не оставляйте медлительность без внимания и постарайтесь приобщить своего ребёнка к подвижному образу жизни.

«СЕКРЕТЫ» ПОМОЩИ:

Такой ребёнок очень нуждается в Вашей поддержке, поэтому будьте с ним *спокойны и доброжелательны*.

- Он боится пространства, а значит, ему очень нужны *игры на развитие быстроты, скорости движений и выносливости*. Поиграйте и посоревнуйтесь дома вместе с ним!

***«Пропеллер».** Пусть ребёнок возьмёт палку за середину правой рукой и быстро поворачивает её вправо-влево. То же левой рукой.

*** «Быстрее вверх».** Вы с ребёнком держите палку вертикально за нижний конец. По команде перехватываете палку поочередно одной и другой рукой, ставя кулак к кулаку. Кто быстрее!

*** Цапли». Нарисуйте несколько кругов на расстоянии шага один от другого. Перепрыгивайте из круга в круг на 1 ноге разными способами (прямо, боком, спиной). Кто дольше продержится!**

- Вносите интересные моменты: *поощрения, сюрпризы, пусть побудет ведущим в игре или судьёй, выполнит нетрудное, но ответственное поручение.*
- Приобщайте ребёнка к спорту: *хоккей, футбол, бадминтон, езда на велосипеде и др.*

Создание условий для движений, а главное, Ваше участие помогут ребёнку стать *активным, уверенным, общительным и ЗДОРОВЫМ!*