**Родителям на заметку.**

**«Как увлечь ребёнка занятиями физкультурой?»**

Подготовила педагог высшей категории Цыганкова А.Н.

Ваш ребёнок не любит заниматься физкультурой? Мало двигается? Не делает утреннюю гимнастику? Вы не знаете, как увлечь ребёнка занятием спортом? Попробуйте придумать сказку, и не простую, а физкультурную.

 В нашем детском саду постоянно используются в работе с детьми физкультурные сказки, такие как «Тётушка Осень», «Девушка Весна», «Приключения домашких тапочек», «Весеннее пробуждение медвежат». Хочу познакомить вас со своей сказкой.

**Игра – сказка «В гостях у деда Макара»**

Сегодня я расскажу вам сказку о деде Макаре, который выращивал продукты на своём приусадебном участке в деревне. А так как дед всё делал с любовью и не отравлял землю, то продукты у него получались экологически чистыми и полезными.

Жил-был один дед. Он дожил до ста лет. А знаете почему? Потому что он правильно питался и спортом занимался. Был у деда огород, был и сад, была и бахча. Трудился наш дед, не покладая рук. Выйдет утром в огород, а там всё тянется к солнышку.

 «Тянемся к солнышку»

И.п.- о.с. поднимаем руки через стороны вверх.

Подсолнухи, что растут вдоль забора, очень любят солнце и весь день смотрят на него, важно поворачивая свои шляпки.

«Подсолнухи поворачиваются за солнцем»

И.п.- о.с. Повороты вправо (влево), руки на поясе.

«Я расту!»- крикнул деду помидор. «И я расту!» - подхватила свёкла. «Все мы на солнышке немного подросли!» - хором обрадовались овощи.

«Овощи растут»

И.п. то же. Выпад правой (левой) ногой в сторону, руки на поясе. Перемещать тяжесть тела с одной ноги на другую, руки вверх.

А зелёные братцы-огурцы известные озорники! Любят они с дедом в «Прятки» играть.

 «Огурцы»

И.п. стоя на коленях, руки за спиной.1- сесть на пятки, голову положить на колени «спрятались» 2- и.п.

Наш пузатый кабачок совсем отлежал себе бочок

«Пузатый кабачок»

И.п. лёжа на спине, руки вдоль туловища. Поворот на правый бок, живот, на левый бок и вернуться в и.п.

Весь огород прошел наш дед и очутился в саду. Там росли высокие яблони. Яблоки с деревьев смотрели на деда, а те, что созрели, упали на землю к его ногам.

«Спелые яблочки»

И.п. присед. Дети переступают вокруг себя

Вот и сказке конец, а кто вместе с нами занимался молодец!

Попробуйте так поиграть с ребёнком. У вас обязательно получится.