**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 20 «КОЛОСОК» ГОРОДСКОГО ОКРУГА МЫТИЩИ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**



**Консультация для родителей**

**Тема: «Использование игр с природным материалом для укрепления здоровья детей»**

**Подготовила:**

**воспитатель Кострикова Т.К.**

**с. Марфино**

**2019г.**

Проблема **здоровья** и его сохранения в современном обществе стоит очень остро. Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость **здоровья** и умел бережно к нему относиться? Эту задачу **родителям** надо решать с самых ранних лет жизни ребенка, решать системно и сообща. Охрану **здоровья детей** можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь **здоровые** дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производительно - полезным трудом. **Здоровье** это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Игры с **природным материалом** рано входят в жизнь ребенка. Ребенок, только научившись ходить, тянется к лопатке, пытается копать снег, песок, любит играть с водой. **Природные** факторы близки и интересны детям. Игры с **природным материалом** имеют неограниченный диапазон влияния на развитие личности ребенка. Они обеспечивают чувственный опыт ребенка, развивают анализаторы, сенсорные способности, развивается мышление, логические операции, умение обобщать, делать выводы. Развивается наблюдательность и интерес к естественным факторам. Во время игры дети приобретают знания путем самостоятельного поиска, исследовательской деятельности. Во время игры с **природным материалом**, развиваются художественные способности, эстетические вкусы, фантазия, творческое воображение.

**Природные** факторы имеют огромное **оздоровительное значение**. Сегодня игры с песком, водой становятся все более популярными в психологической и психотерапевтической практике. Психологи стали **использовать** игровую песочную терапию, так как люди всех возрастов имеют большую потребность в игре, испытывают желание играть. Для **детей** песочная терапия – естественная форма экспрессии, и они с готовностью тянутся к этому. Ребенка песок и вода притягивают к себе как магнит, автоматически пробуждая непосредственную игру. Взаимодействие с песком очищает энергетику человека, стабилизирует его эмоциональное состояние.

Во время игр с песком можно выполнить такие упражнения:

проскользить ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения *(как машинки, змейки, санки и др.)*:

выполнить те же движения, поставив ладонь на ребро;

пройтись ладошками по проложенным трассам, оставляя на них свои следы; создать отпечатками ладоней, кулачков, костяшками кистей рук. ребрами ладоней всевозможные причудливые узоры на поверхности песка, попытаться найти сходство узоров с объектами окружающего мира *(ромашка, солнышко, дождинки, травка, дерево, ежик и пр.)*.Для сравнения ощущений можно предложить ребенку проделать то же упражнение на поверхности стола.

Другой **природный фактор это глина**. Глина - это один из самых распространенных **природных материалов** и более всего освоена человеком еще с глубокой древности, когда люди жили в согласии с **природой**.

Работа с глиной оставляет приятные ощущения, позволяет расслабиться. Гибкость и податливость глины дает возможность получать как тактильные, так и кинестетические *(прикосновение, ощущение движения)* ощущения. Этот вид творчества самый наглядный и позволяет наблюдать за состоянием ребенка. Занятия с глиной позволяют снять стресс, помогают выражению чувств, избавиться от избытка слов, если ребенок болтлив, и приобщить к социальной активности необщительных **детей**.

Ещё один **природный материал**, который пользуется популярностью - это шишки. Они применяются для массажа. Вместо массажеров можно **использовать** еловые и сосновые шишки. Подходят сосновые шишки, чуть приоткрытые. Надо рассыпать шишки на полу, прикрыть какой-нибудь тканью и дать детям потоптаться на них босыми ногами лучшего массажа не придумать!

Для ног, с применение сосновых шишек, полезно и такое упражнение: положить под ступню шишку и покатать ее вперед, назад и по кругу *(по часовой и против часовой стрелки)*. Шишки также снимают раздражительность. Для этого надо подержать их в руке несколько минут, а затем выбросить. Также можно выполнять массажи спины, ног, стоп, рук.

Каждый массаж можно сопроводить стихотворными строками, которые создают положительный эмоциональный настрой, что повышает **оздоровительный эффект**. Таким образом, игры с **природным материалом** дарят детям большое эмоциональное наслаждение, повышают жизненный тонус, способствуют поднятию настроения.

Если игры с **природным материалом** проходят без направлений взрослого, то часто бывают однообразными и малосодержательных. Взрослым следует знать виды игр с **природным материалом**, их содержание. вариативность, проявлять собственное творчество и инициативу.