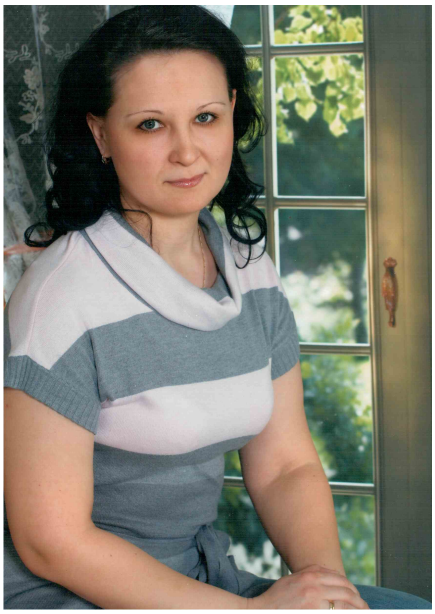
Игры по развитию движений



Синицина Татьяна

Особое значение в плане воспитания здорового и физически развитого малыша имеют подвижные игры. С момента рождения ребёнок стремится к движению. Дети познают мир, ползая, лазая, бегая и т. д. Использование в повседневной жизни подвижных игр создаёт условия для того, чтобы ребёнок научился владеть своим телом, его движения стали красивыми и, главное, уверенными. Подвижные игры – хорошая профилактика плоскостопия, нарушений осанки и других заболеваний, которые часто встречаются в детском возрасте и вызваны недостатком физической активности.

Кроме того, подвижная игра – источник радости, одного из лучших средств общения взрослого с ребёнком. Включение элементов фольклора, использование различных персонажей стимулируют детскую фантазию, способствуют формированию речи и в конечном счёте становлению личности ребёнка.

Предложенные нами игры не требуют дорогостоящих спортивных комплексов и специального оборудования. Вы можете проводить игровые упражнения на отдыхе, на природе и во время семейных праздников. У вас появится дополнительная возможность по - дружески пообщаться со своим ребёнком и помочь ему стать сильным, ловким и самое главное уверенным в том, что он вам нужен и любим!

1. "**Прятки**"

   Эта игра учит выполнять движения в соответствии с текстом, позволяет учить названия частей тела.

   Взрослый и ребёнок сидят на стульчиках. Взрослый напевает песню (под любую народную мелодию) и показывает, какие движения нужно делать. Ребёнок повторяет.

Где же, где же наши ручки,

Где же наши ручки?
(Ручки за спиной.)
Вот, вот наши ручки,
Вот наши ручки.
Пляшут, пляшут наши ручки,
Пляшут наши ручки.
(Показывают ручки, крутят ими.)
Где же, где же наши ножки,
Где же наши ножки?
(Закрывают ножки руками.)
Вот, вот наши ножки,
Вот наши ножки.
Пляшут, пляшут наши ножки,
Пляшут наши ножки.
(Показывают ножки, топают ими.)
Где же, где же наши детки,
Где же наши детки?
(Закрывают личико руками.)
Вот, вот наши детки,
Вот наши детки!
Пляшут, пляшут наши детки.
Пляшут наши детки.

По окончании взрослый и ребенок встают и выполняют любые танцевальные движения.

2. "**Мы топаем**"

Данная игра научит ребёнка простым движениям, развивает чувство ритма и умение соотносить свои движения со словами песни.

Взрослый предлагает ребёнку потанцевать. Стоя в паре, они выполняют движения под слова:

Мы топаем ногами,
Мы хлопаем руками,
Качаем головой,
Качаем головой.
Мы ручки поднимаем,
Мы ручки опускаем,
Мы ручки подаём
И бегаем кругом.

3. "**Игра в лошадки**"

Эта игра учит ребёнка ходить, высоко поднимая ноги.

Взрослый изображает кучера, а ребёнок – лошадку. <<Кучер>> <<запрягает>> свою <<лошадку>> - надевает вожжи, <<чистит>>, <<поит>>, <<кормит>> её. После этого взрослый говорит:

Растворились ворота,
Выезжаем со двора.

Взрослый с ребёнком <<выезжают>> со двора. <<Лошадка>> ходит и бегает (под слова), высоко поднимая ноги.

Взрослый говорит:

Гоп, лошадка, не лениться,
Выше ножки поднимай,
В гости надо торопиться,
Поскорее ты шагай.
Но - о, поехали быстрее,
Быстро, быстро побежим,
Ну скорее же, скорее,
Мы теперь с тобой спешим.
Ну шагай опять, лошадка,
Мы теперь домой идём.
Причешу тебя я гладко,
Мы с тобою отдохнём.

Взрослый заранее, перед игрой, показывает ребёнку движения лошадки.

4. "**Самолёт**"

Данная игра развивает воображение и координацию движений ребёнка, учить понимать понятия: <<сверху>>, <<внизу>>, <<над>>.

Взрослый показывает ребёнку игрушку самолёт. Объясняет, что самолёт нужен для перевозки людей по воздуху. Вместе с ребёнком изображают звуки мотора, имитируют движения самолёта в полёте.

Данную игру можно сопровождать стихотворением:

Я хочу на самолёте полетать, полетать
И на маму прямо сверху посмотреть, посмотреть.
Полечу я выше тучи над землёй, над землёй,
Я увижу детский сад и домик свой, домик свой.
(С. Маршак)

5. "**Солнечные зайчики**"

Эта игра приучает ребёнка бегать по комнате, не натыкаясь на мебель и различные предметы.

Взрослый зеркалом наводит <<солнечные зайчики>> на стену, при этом говорит:

Солнечные зайчики
Играют на стене,
Помани их пальчиком,
Пусть бегут к тебе!

Затем по команде <<Лови зайчика!>> ребёнок бежит и пытается поймать ускользающего у него из рук <<зайчика>>.

Игра обычно проходит шумно, с визгом, и этому не следует препятствовать.

6. "**Пёс Барбос**"

Данная игра учит развивать у ребёнка внимание, ловкость, быстроту.

Взрослый сидит на стуле. В руках у него игрушечная собачка, которая <<спит>>. Взрослый говорит:

Вот сидит наш пёс Барбос,
В лапы спрятал чёрный нос.
Ребёнок встаёт с места и подходит к собачке.
Ну, Барбос, скорее вставай!
И (имя ребёнка) догоняй!

Взрослый с собачкой бежит за ребёнком и говорит: <<Гав – гав – гав!>>

7. "**Достань яблочко**"

Эта игра учит ребёнка подпрыгивать на двух ногах, доставая предмет.

Взрослый, изображая яблоню, в каждой руке держит по яблоку.

Руки взрослого, вытянутые вперёд чуть выше головы ребёнка, изображают ветки, которые шевелятся от ветра. Малышу предлагается сорвать яблоко. Он протягивает ручки к яблокам, но <<яблоня сразу не поддаётся>>: ветки качаются из стороны в сторону, вверх, вниз. Ребёнок подпрыгивает, силясь схватить яблоко. В конце концов это ему удаётся.

8. "**В паре с мамою моей, я шагаю всё быстрей**"

Вариант 1

Взрослый приглашает ребёнка на полянку: <<Дорога у нас дальняя, пойдём на весеннюю полянку, где мы весело с тобой поиграем>>.

1. Ребёнок вместе со взрослым идёт вперёд, по сигналу поворачивается вокруг и идёт в другом направлении.
2. <<А теперь спрячемся в травку!>> Ребёнок приседает вместе с взрослым.
3. <<Давай перейдём по брёвнышку через речку>>. (Взрослый поддерживает ребёнка во время прохождения по бревну.)
4. <<А вот и наша весенняя полянка, на которой мы сейчас весело поиграем!>> (Проводятся любимые ребёнком игры).

Вариант 2

Игры с родителями в парах:

- <<Похлопай в ладошки>>;
- <<Посмотри на маму в окошечко>> (руки сложены <<окошечком>>);
- <<Наклонись и дотянись до маминых рук>> (наклоны туловища вперёд);
- <<Часики>> (поочерёдные приседания, взявшись за руки);
- <<Шагай в кольцо>> (взрослый делает кольцо из сцепленных рук, а ребёнок шагает в кольцо);
- <<Покатаемся на лодочке>> (сидя напротив, взрослый и ребёнок перетягивают друг друга за руки);

- - <<Самолётики>> (лёжа на животе, ребёнок поднимает руки вперед – вверх, взрослый поддерживает его);
- - <<Весёлые петрушки>> (стоя лицом друг к другу, взрослый и ребёнок подпрыгивают, взявшись за руки).

Вариант 3

Игровые упражнения с мячом.

1. Прокатывание мяча друг другу: <<Один, два, три – маме мячик прокати>>.
2. Перебрасывание мяча друг другу в руки: << Один, два, три – мама, мяч лови!>>
3. Бросание мяча в кольцо, которое делает взрослый руками, сидя на корточках лицом к ребёнку: <<Мама, мама, погляди, как мой мяч к тебе летит!>>

В заключении можно просто вместе поваляться на коврике, слушая расслабляющую музыку.