

Ловкость – это одно из главных физических качеств человека. Как порой не хочется быть неуклюжим, или выглядеть таковым. Так же и детям живётся проще, когда эта самая ловкость у них развита. Развивать ловкость можно с помощью специальных подвижных игр. Во многие подвижные игры мы с вами играли в детстве. Играть в эти игры можно на дворовой площадке, некоторые игры можно использовать и на детских праздниках. Интересно будет, если в эти игры включатся как дети, так и взрослые.

Для детей 2-3 лет

Зеркало

Смысл игры заключается в том, чтобы ребенок стал «зеркалом» и повторял все, что будете делать вы.

Начинайте с простых движений. Например, похлопайте в ладоши, поднимите левую ногу, улыбнитесь, зажмурьте правый глаз. Сложность игры заключается в том, чтобы повторить движения зеркально. Малыш с удовольствием поменяется с вами ролями. Можно играть в эту игру под веселую музыку.

Перевозчик

Необходимый инвентарь: различные плоские игрушки, маленькие подушечки.

Предложите ребенку поиграть в перевозчика ценных грузов. Его задача — переносить на голове различные предметы из одного конца комнаты в другой, не уронив.

Для детей 3-4 лет

Пингвины

Необходимый инвентарь: мяч любой по размеру, мел для обозначения линии старта (финиша), флажки или другие устойчивые предметы для обозначения места поворота.

Ход игры: Перед игрой можно провести беседу о пингвинах и рассказать, что те переносят свои яйца, зажимая их между лапами.

Игроки делятся на две команды и выстраиваются в колонну по одному возле линии старта. Первые игроки зажимают мяч коленями и по сигналу начинают двигаться до флажка и обратно.

Задание можно усложнить, запретив игрокам передавать мяч с участием рук.

С кочки на кочку

Необходимый инвентарь: мел или верёвочки для обозначения линии старта; флажки или другие предметы для обозначения места поворота; 4 «кочки», которые представляют собой небольшие коврики из плотной ткани округлой формы.

Ход игры: Все участники игры делятся на две команды. Каждая команда получает по 2 «кочки». «Перед вами болото, его необходимо пройти. Но просто так по болоту не ходят, можно утонуть. У вас есть волшебные кочки, по которым вы и переберётесь на тот берег. Кладёте одну кочку, встаёте на неё, рядом кладёте вторую кочку, перепрыгиваете на неё, затем подбираете первую, перекладываете её

вперёд, перепрыгиваете на неё и т.д. до поворота и в таком же порядке возвращаетесь к своей команде и передаёте кочки следующему игроку. Выигрывает та команда, все игроки которой пройдут дистанцию».

Для детей 4-5 лет

Катаем колобок

Необходимый инвентарь: большой резиновый мяч.

Ход игры: Игроки усаживаются в круг лицом к центру, скрестив ноги по-турецки. Одному из играющих достаётся мяч. Игроки должны катать друг другу мяч (откатывать мяч можно по направлению к любому игроку). Каждый, к кому катится мяч, должен быстрым движением кисти руки откатить его от себя, не дав ему приблизиться к ногам. Если мяч коснется ног какого-то игрока, тот должен будет выйти из игры или заплатить фант — спеть, станцевать или прочитать стихотворение.

Прыг-скок

Для игры понадобится ровная свободная площадка. С одной стороны встает ведущий и отталкивает мяч (он должен катиться по прямой). Задача игрока, пока мяч катится до другого конца площадки, перепрыгнуть мяч как можно больше раз. То есть получается, что игрок прыгает змейкой: справа-налево, слева-направо.

Для детей 5-7 лет

Хвосты

Необходимый инвентарь: разноцветные ленточки для каждого игрока.

Ход игры: В начале игры с помощью считалочки выбирается водящий. Остальным игрокам прикрепляются ленточки (хвостики) так, чтобы их было легко оторвать. Водящий догоняет играющих и забирает у них ленточку (хвост). Игроки, у которых забрали «хвост» выбывают из игры. В конце игры останется игрок, у которого остался «хвост». Он и признаётся самым ловким и быстрым.

Плетень

Ход игры: В игре участвуют две команды по 6—10 человек. На игровом поле надо начертить две линии на расстоянии 4—5 шагов друг от друга, на них выстраиваются команды, одна напротив другой. Игроки обеих команд строятся не как обычно, а «заплетают плетень». Делается это просто: дети встают в линию плечом к плечу. Каждый игрок протягивает руки в стороны к своим «соседям», но не к ближайшим, а к стоящим через одного. Соседние игроки также протягивают руки не к рядом стоящим, а к следующим за ними.

Под веселую музыку обе команды сначала делают два шага навстречу друг другу, потом два шага назад, после чего расцепляют руки и начинают прыгать, бегать и танцевать под музыку. Ведущий

внезапно обрывает мелодию. После чего обе команды должны построиться на «своей» линии, вновь «заплетая плетень». Та команда, которая сделает это быстрее, считается победившей.

Пройди по петелькам

Необходимый инвентарь: длинная скакалка.

Ход игры: Один из игроков берет скакалку за обе ручки и, перекрещивая руки, поднимая и опуская их, заставляет скакалку запутываться. Второй игрок наблюдает за манипуляциями первого, готовясь в любой момент крикнуть: «Скакалка, стоп!» В этот момент первый игрок должен уронить скакалку и отойти. Скакалка ложится на пол, образуя несколько петель. Задача второго игрока — пройти по скакалке, ставя ногу внутрь каждой петли и при этом саму скакалку не задевая.

Вы и сами можете придумать немало игр для развития ловкости у детей! Главное, чтобы задуманная вами активность требовала от малыша точной координации движений, согласованных действий с действиями партнера и физической сноровки.

И помните: обязательно хвалите ребенка за любые, даже самые небольшие, достижения.

ДЛЯ ВАС, РОДИТЕЛИ



ИГРЫ РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ У ДОШКОЛЬНИКОВ

**Васильева И.В.
декабрь, 2017г.**