

Консультация для родителей «Подвижные игры для детей раннего возраста дома и на улице»



Подвижные игры имеют большое значение в укреплении здоровья детей раннего возраста. В подвижные игры включаются основные движения: ходьба, бег, лазанье, прыжки. Движения, входящие в игру, развивают и укрепляют организм, улучшают

обмен веществ, функциональную деятельность всех органов и систем. Правильно ходить, быстро бегать, смело прыгать, ловко лазать и бросать мяч ребенок проще всего научится в подвижной игре, когда он незаметно для себя, без принуждения выполняет ваши требования и совершенствуется как в двигательном развитии, так и в умении правильно вести себя в коллективе. Подвижные игры для малышей носят тематический характер. Вначале подвижные игры очень просты, их содержание, понятия и определения взяты из детского мира: дети, зверушки, простые предметы и действия с ними. Правильно ходить ребенок быстрее научится по черте, проведенной на земле, по лавочке или невысокой ограде; играют в зверушек, идущих друг за другом; в солдат, марширующих в колонне; в детей, переходящих мостик над водой; в поезд, идущий по рельсам, и т. п. Когда будет освоена ходьба по прямой, можно добавить ходьбу зигзагом между препятствиями (кубиками). Быстро бегать следует учить также постепенно. Сначала предложите ребенку бегать на коротких отрезках (например, в парке от лавочки к лавочке, от дерева к дереву). Позднее ребенок сам будет свободно бегать, а вы следите, чтобы он не бегал слишком долго без перерыва;

после кратковременного отдыха ребенок быстро восстанавливает силы и может продолжить бег. Учите его бегать между расставленными предметами, обегать мебель, людей, игрушки. Предлагаем вашему вниманию подвижные игры, которые будут интересны не только вашим детям, но и вам.

«Мишка косолапый» Цель: учить действовать согласно словам текста; имитировать движения медведя; обогащать двигательный опыт детей. Мишка косолапый (идем, переваливаясь с ноги на ногу) По лесу идет. Шишки собирает, (собираем с пола воображаемые шишки) Песенки поет. Вдруг упала шишка - Прямо мишке в лоб! (хлопаем себя рукой по лбу) Мишка рассердился И ногою - топ! (топаем ножкой)

«Зайчик серенький сидит» Цель: учить действовать согласно словам текста; упражнять в прыжках на двух ногах; имитировать движения зайцев; обогащать двигательный опыт детей. Зайка серенький сидит И ушами шевелит. (делает ручками ушки на голове и ими шевелит) Вот так, вот так И ушами шевелит. (2 строки 2 раза) Зайке холодно сидеть Надо лапочки погреть. (хлопает в ладоши) Вот так, вот так Надо лапочки погреть..(2 строки 2 раза) Зайке холодно стоять Надо зайке поскакать. (прыгает) Вот так, вот так Надо зайке поскакать. (2 раза) Волк зайчишку испугал. Зайка прыг и убежал.



«У медведя во бору» Цель: учить действовать согласно словам текста; развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга. У медведя во бору Грибы, ягоды беру. А медведь не спит, И на нас рычит. Как только дети произнесли эти слова, «медведь» выбегает из берлоги и ловит детей. Тот, кто не успел добежать до дома и был пойман «медведем», становится водящим («медведем»).

«Соберём мячи в корзину» Цель: Учить выполнять действия, называемые взрослым. Обогащать двигательный опыт детей. Развивать внимание, координацию движений. Взрослый рассыпает мячи и предлагает детям собрать их. Наш весёлый яркий мяч, Ты куда помчался, вскач. Догоню тебя быстрее И спрячу я скорей.

«Солнышко и дождик» Цель: Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Приучать их действовать по сигналу воспитателя. Упражнять детей в беге. Дети присаживаются на корточки за чертой, обозначенной воспитателем. Воспитатель говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять». Дети бегают по площадке. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» - бегут за обозначенную линию и присаживаются на корточки. Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.

«Птички летают» Цель: Развивать координацию движений. Упражнять в беге. Учить ориентироваться в пространстве. Дети становятся на небольшое возвышение – доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) – по одной стороне комнаты или площадки. Воспитатель говорит: «Солнышко светит!». Все птички вылетают, ищут зернышки. Когда воспитатель говорит: «Пошел дождик», дети убегают на свои места.



«Мы топаем ногами» Цель: Развивать координацию движений. Учить действовать в соответствии с текстом игры. Мы топаем ногами. Мы хлопаем руками, Киваем головой. Мы руки поднимаем, Мы руки опускаем. Мы руки подаем. (Берут друг друга за руки.) И бегаем кругом, И бегаем кругом. По сигналу взрослого «Стой!» малыш должен остановиться.

Игру можно повторить с выполнением бега в другую сторону.

«Самолёты» Цель: Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. Приучать внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу. Воспитатель предлагает детям подготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать». Воспитатель говорит: «К полёту подготовиться. Завести моторы!» - дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук: «Р-р-р». После сигнала воспитателя: «Полетели!» - дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и «летят» - разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя: «На посадку!» - дети садятся на скамейку.

«Воробушки и автомобиль» Цель: Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. Учить начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место. Развивать координацию движений, ловкость. Обогащать двигательный опыт. Дети – «воробушки» садятся на скамейку – «гнездышки». Воспитатель изображает «автомобиль». После слов воспитателя: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети поднимаются и бегают по площадке, размахивая руками – «крылышками». По сигналу воспитателя: «Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнездышки!» - «автомобиль» выезжает из «гаража», «воробушки» улетают в «гнезда» (садятся на скамейки). «Автомобиль» возвращается в «гараж».

