

Подвижные игры для самых маленьких

Подготовила: Быкова М. С.



Подвижная игра «Догони меня!»

Правила игры

Ребёнок сидит на стуле на одной стороне комнаты. «Догони меня!» - предлагает взрослый и бежит к противоположной стороне комнаты. Ребёнок бежит за взрослым, стараясь его поймать. Затем взрослый говорит «догони меня!», и бежит в противоположную сторону. Ребёнок снова его догоняет. После двух раз ребёнок садится на стул и отдыхает, затем продолжает игру.



Подвижная игра «Солнышко и дождик»

Правила игры

Ребёнок сидит на стуле в комнате, это его «дом». Взрослый смотрит в окно и говорит «Какая хорошая погода, иди гулять!». Ребёнок встает и идет в любом направлении. «Дождь пошел, беги домой!» - говорит взрослый. Ребёнок бежит к стулу и занимает свое место. Взрослый приговаривает «Кап – кап – кап!». Постепенно дождь утихает и взрослый говорит «Иди гулять. Дождь закончился!».



Подвижная игра «Мячи в корзине»

Для этой игры вам понадобятся любые маленькие мячи. В качестве горизонтальной цели лучше использовать корзину большого диаметра, чтобы бросаемые мячи могли в них задерживаться.

Правила игры

Взрослый показывает малышу, как можно забросить мячи в корзину: "Посмотри, как я умею! Хочешь тоже поиграть?" Ребенок становится на любом месте. Взрослый кладет перед ним на пол коробочку с 4–6 мячами и встает напротив ребенка с другой стороны корзины, чтобы малыш видел ее движения, которые она сопровождает словами:

- | | |
|-------------------------|--|
| Мяч одной рукой возьмем | (Наклоняются и берут по одному мячу) |
| И к плечу поднимем. | (Поднимают руку с мячом вверх к плечу) |
| На корзину поглядим. | (Смотрят на корзину) |
| Мяч в корзину кинем. | (Бросают мяч в корзину одной рукой) |
- Сначала ребенок бросает мячи правой, а потом левой рукой (по 2–3 шт. каждой).



Уникальность детской подвижной игры со сюжетом заключается в ее удивительной многозадачности. В одном веселом процессе сливаются воедино физическое, умственное и нравственное воспитание. Игровая активность является источником положительных эмоций, а постоянно меняющиеся ситуации приучают детей рационально применять имеющиеся двигательные навыки. Благодаря играм, ребенок расширяет свои представления об окружающем мире. Быстрая смена условий требует от него поиска нестандартных решений для возникающих задач, что способствует развитию самостоятельности, инициативы, сообразительности и творческого начала. Со стороны физиологии активное движение стимулирует работу мышечного аппарата, усиливает кровообращение и дыхание, а также улучшает обмен веществ. Все это в совокупности ведет к полноценному физическому развитию и общему оздоровлению организма.

Давайте поиграем!

