

Подвижные игры

1. «Я люблю свою лошадку»

Задачи. Учить бегать галопом. Развивать внимание. Учить действовать по сигналу. Развивать воображение, подражание.

Содержание игры. Дети имитируют наездников. На слова из стихотворения А.Барто: «Я люблю свою лошадку, причешу ей шерстку гладко, гребешком приглажу хвостик.» — гладят, причесывают своих лошадок. На слова: «И верхом поеду в гости.» — скачут галопом (если еще не умеют, но как могут). Взрослый вначале действует с детьми, а они подражают ему. Затем дети действуют самостоятельно, а взрослый поощряет их.

2. «Догони мяч»

Задачи. Совершенствовать бег в разном направлении. Вызывать оживление, радость у ребенка. Поощрять самостоятельность.

Содержание игры. Взрослый бросает мяч и говорит: «Раз, два, три, беги». Ребенок должен побежать только после слова «беги» и догнать мяч. Взрослый бросает мяч в разных направлениях.

3. «Мыши в кладовой»

Задачи. Учить бегать галопом. Развивать внимание. Учить действовать по сигналу. Развивать воображение, подражание.

Содержание игры. Дети-мышки находятся за чертой на одной стороне площадки это их дом. Перед домом натянута веревка (резинка). В стороне - кошка (ребенок). По сигналу «Кошка спит» мыши бегут в кладовую, подползая под резинку. В кладовой тихо бегают, прохаживаются, ищут крошки. По сигналу «Кошка проснулась» убегают из кладовой.

4. «Самолёты»

Задачи. Упражнять детей в умении бегать, не наталкиваясь друг на друга, выполнять движения по сигналу.

Содержание игры. Дети сидят на стульях, расположенных на одной стороне комнаты, площадки. Взрослый делает вращательные движения рук перед грудью и произносит: «р-р-р», показывает, как завести мотор у самолёта. Затем обращается к детям: «Встали, приготовились к полёту, завести моторы!». Все повторяют движения рук. По сигналу «полетели» дети разводят прямые руки в стороны (крылья у самолёта) и

бегают в разных направлениях по комнате, площадке. По сигналу «на посадку» все направляются к своим стульям и садятся на них. Игра повторяется.

Взрослый сначала показывает движения, а затем всё игровое задание выполняет вместе с детьми.

Игры-упражнения

1. «Прокати мяч»

Задача: учить детей катать мяч двумя руками друг другу.

Описание: дети подходят к стульям, на которых заранее разложены мячи большого диаметра, берут их и становятся на исходную линию, обозначенную шнуром. По команде взрослого: «Покатили!», оттолкнув мяч двумя руками, прокатывают его в прямом направлении и догоняют. На исходную линию малыши возвращаются шагом. Упражнение повторяется.

Правила: выполнять задание по команде взрослого «Покатили!».

Варианты: катание мяча под дугу одной рукой.

2. «По тропинке»

Задача: учить ходить друг за другом, не наталкиваясь.

Описание: На полу лежат параллельно друг другу две доски (ширина 20 см) на расстоянии 1-1, 5 м. Дети выполняют ходьбу по доскам-«тропинкам», свободно балансируя руками.

Правила: взрослый напоминает им, что спину и голову нужно держать прямо.

3. «Перешагни через палку»

Задача: учить ходить по прямой дорожке с перешагиванием через предметы.

Описание: на пол посередине комнаты кладут 2-3 палки на расстоянии 1 м одна от другой. Малыш становится в 2-3 шагах от палок лицом к ним. На противоположной стороне комнаты стоит стул, на котором лежит флажок или погремушка. По указанию ребенок идет, перешагивая через палки, к стулу, поднимает флажок и машет им, затем кладет флажок на стул и возвращается обратно.

Правила: необходимо дойти до стула, поднять флажок (погремушку) и помахать.

Варианты: увеличить количество палок до 5. Можно использовать для перешагивания обручи.

4. «Проползти в воротца»

Задачи: совершенствовать у малыша навыки ползания, побуждать его к этому движению, учить проползать под дугой, не задевая; упражнять в ползании по ограниченной площади.

Описание: Малыш сидит на стульчике. Впереди на расстоянии 2,5 м стоит дуга - воротики. Дальше, на расстоянии еще 2 м, находится стойка с сеткой, у стойки на полу лежит мяч. Предложите ребенку на четвереньках доползти до дуги, подлезть под нее, подползти к мячу, затем встать, поднять мяч двумя руками и опустить его в сетку.

Варианты: пройти под препятствием, пригнувшись, но, не дотронувшись руками до земли ("Пройти под дугой").