

Подвижные игры для детей 1-2 лет

Подвижная игра – это эмоционально – насыщенная, сознательная и активная деятельность ребенка, происходящая при соблюдении необходимых правил, и побуждающая к творческому выполнению условий в изменяющихся игровых ситуациях.

Подвижная игра требует от ребенка умственного и физического усилия, и вместе с тем доставляет ему радость, чувство удовлетворения и захватывает воображение. Игра активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы, совершенствует движения, развивает их координацию, формирует быстроту, силу, выносливость.

Игровая подвижная деятельность дает представления об окружающем мире, развивает память и чувство ритма, обогащает речь детей, учит действовать в коллективе, сопереживать, помогать друг другу; подчиняться общим требованиям; формирует честность, справедливость, выдержку и дисциплинированность.

Прятки с мышонком

Покажите малышу игрушечного мышонка и предложите поиграть с ним в прятки. Пока папа и ребенок громко хлопают в ладоши и считают до пяти, вы прячете игрушку (сначала на видное и доступное ребенку место, в дальнейшем постепенно усложняя задачу по поиску и всё лучше и лучше пряча игрушку).

Прятки

Предложите малышу поиграть в прятки. Скажите малышу: «Прячься от меня» и закройте глаза руками. Отправляйтесь на поиски, громко озвучивая свои действия: «Где же ... (имя ребенка)? Может он в шкафу. Проверим. Нет, здесь его нет. Может он под столом...» и т.д., пока не найдете. Потом попросите малыша закрыть глаза или выйдите в другую комнату и там спрячьтесь.

Догонялки

Самая интересная и веселая игра. Малыш от вас убегает – а вы его догоняете и обнимаете. Потом меняетесь ролями.

Кто быстрее

Скажите малышу: «Кто быстрее добежит до папы (дивана, шкафа и т.д.)». И начните соревнования. Конечно, малыш окажется победителем!

Морковка для зайчика

Разложите на полу морковку и картошку (игрушечную или настоящую) и посадите на детский столик зайчика. Предложите малышу собрать для зайчика в огороде только морковку.

Стоп

Вместе с малышом выполняйте различные движения: хлопайте в ладоши, приплясывайте, ползайте, топайте ножками и т.д. Как только вы говорите «Стоп!» - всякие действия прекращаются.

День - ночь

Когда вы говорите «день» - можно двигаться, ходить, топать, хлопать. «Ночь» - все останавливаются и стараются не двигаться.

Маленькие – большие

Скажите малышу: «Вот какие мы большие» и поднимите руки вверх. «А теперь маленькие», - присядьте на корточки. Повторите упражнение несколько раз: «Большие, маленькие, большие, маленькие», постепенно можно увеличивать темп.

Холодно - тепло

Сядьте с ребенком на ковер, сложив ноги по-турецки. Скажите: «Подул северный ветер. Стало холодно-холодно». Сожмитесь в комочки, скрестив руки на груди. На слова: «Солнышко выглянуло. Стало тепло-тепло» — расслабьтесь, обмахивайтесь платочками.

Мишка – зайка

Рассадите в разных сторонах комнаты большого игрушечного зайку и мишку. Встаньте с малышом посреди комнаты и скажите: «Бежим к мишке».

Когда малыш дотронется до мишке, скажите: «Бежим к зайке». В дальнейшем можно будет усложнять задачу: бегать к большому медведю или маленькому мышонку; большому или маленькому зайке; иди добавить еще 1-2 игрушки, к которым можно было бы бегать.

Делай, как я

Попросите малыша повторять за вами: погладьте себя по голове, хлопните в ладоши, присядьте, встаньте, поднимите руки вверх, возьмитесь за уши и т.д.

Солнечный зайчик

Возьмите фонарь и покажите ребенку, как от него на стене появляется желтое пятно: «Это солнечный зайчик». Предложите ребенку поймать ладошками зайчика. Если зайчик окажется на полу – его можно ловить ногами.

*Скачут побегайчики
Солнечные зайчики,
Мы зовем их — не идут,
Были тут — и нет их тут.
Прыг, прыг по углам,
Были там — и нет их там.
Где же зайчики? Ушли,
Мы нигде их не нашли.
(А. Бродский)*

Порхающая бабочка

Сделайте из цветного картона или сшейте из ткани (флиса) бабочку. Привяжите её на веревочку, а веревочку – к палочке (получится удочка). Перемещайте над головой ребенка в разные стороны бабочку, а ребенок должен постараться её поймать.

*Бабочка-красавица
На цветком спускается.
Над цветком порхает, пляшет,
Крылышком узорным машет.*

Воробьи

Предложите малышу превратиться в воробьев. Покрутите головой, похлопайте крыльями, полетайте по комнате. Полетали, полетали, присели на корточки и отдыхаем.

А теперь посмотрим, нет ли где зернышек, и поклюем их (складываем пальцы «клювиком» и делаем вид, что клюем зерна). Во время игры можно проговаривать слова стихотворения:

*Воробушки, воробушки
Летят, летят, летят,
Найти скорее зернышки
Воробушки хотят.*

Солнышко и дождик

Когда вы говорите «Солнышко» - можно свободно бегать по комнате, веселиться. Если «Дождик», то раскрываете зонт и зовете малыша спрятаться под зонтик от дождя. Пока вы стоите под зонтом, можно проговорить слова потешки, чтобы позвать солнышко:

*Дождик, дождик,
Полно лить,
Малых детушек
Мочить!*

Можно прятаться не под зонтиком, а под большим платком, полотенцем, в игровом домике – палатке и т.п.

Птички и гнездышки

Вы и ребенок – птички. Ходите по комнате, машите крыльями, ищите червячков, клюйте их и т.п. Когда вы скажете «Дождь пошел!» - птичкам надо улететь в свои гнездышки (обручи, разложенные на полу, или стульчики).

Цыплятки и кот

Вы – курочка, а ребенок – цыпленок. Папа может выступить в роли кота, который будет пока спать. Курочка и цыплятки идут гулять:

*Вышла курочка-хохлатка,
С нею желтые цыплятки,
Квохчет курочка: «Ко-ко!
Не ходите далеко.
На скамейке у дорожки
Улеглась и дремлет кошка»
Кошка глазки открывает
И цыпляток догоняет.*

На последних словах кот просыпается и бежит догонять цыпленка. Цыпленок бежит к маме-курице под крыло.

Непослушные цыплятки

В эту игру интереснее играть с несколькими детьми или взрослыми. Вы - мама – курица, дети и взрослые – цыплятки.

Цыплятки от вас убегают, вы их догоняете и рассаживаете на стульчики. Но цыплятки не слушаются: как только вы от них отходите, они снова вскакивают со своих мест и начинают от вас бегать.

Волк и зайчики

В этой игре ребенок и взрослый - зайчиками. Волк – будет воображаемый. Зайчики свободно играют на лужайке – пляшут, бегают, ходят.

На слова «Серый волк» - бегут друг к другу и обнимаются. Можно придумать домик, в котором зайцы будут прятаться от волка: стульчики, обруч, занавеска и т.п. Потом зайцы осторожно выглядывают из укрытия, сообщают друг другу, что волка нет, и опять идут веселиться.

Птичка

Вы вместе с ребенком садитесь на корточки и говорите:

*Села птичка на окошко,
Посиди у нас немножко,
Посиди, не улетай,
Улетела птичка – ай!*

На слове ай – встаете и бегаєте по комнате, махая руками - крыльями.

У медведя во бору

В этой игре необходимо участие двух взрослых. Медведь (один из взрослых) сидит на стульчике в углу комнаты и «спит».

Другой взрослый вместе с ребенком (или детьми) ходит по лесу, собирает грибы, ягоды, перекрикивается «Ау! Ау!». Затем взрослый и дети, взявшись за руки, начинают приближаться к медведю со словами:

*У медведя во бору
Грибы, ягоды беру,
А медведь сидит
И на нас рычит.*

На последнем слове медведь рычит (нежно!, чтобы не испугать ребенка) и бежит за ребенком и взрослым.

Мишка и дети

В этой игре необходимо присутствие двух взрослых, а детей – чем больше, тем интереснее. Один взрослый назначается медведем, он «бродит» по лесу, приговаривая:

*Миша по лесу гулял,
Миша деточек искал,*

*Долго, долго он искал,
Сел на травку задремал.*

В это время другой взрослый и дети прячутся от гуляющего по лесу медведя. Когда медведь садится на стульчик и «засыпает», дети радостно пляшут, играют, бегают по комнате со словами:

*Стали деточки плясать,
Стали ножками стучать.
Мишка, Мишенька, вставай,
Наших деток догоняй.*

Медведь просыпается и начинает догонять детей.