

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ПОМЕЩЕНИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ С ДЕТЬМИ ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ИГРАТЬ!

Как часто родители слышат от своих детей знакомую просьбу: «Мама, папа, поиграйте со мной!» И сколько радости получают малыши, когда взрослые, преодолевая усталость, занятость, отложив в сторону домашние дела, соглашаются поиграть. Однако игра для ребенка – это не только удовольствие и радость, что само по себе очень важно: игра оказывает на малыша всестороннее действие. В игре у ребенка развиваются коммуникативные способности, умение устанавливать с партнерами (сверстниками или взрослыми) определенные **взаимоотношения**; в играх воспитывается сознательная дисциплина, дети приучаются к соблюдению правил, справедливости, умению контролировать свои поступки, объективно оценивать поступки других. Игра влияет не только на развитие личности ребенка в целом, она формирует и познавательные способности, и речь, и произвольность поведения.

Среди огромного разнообразия игр особое место занимают подвижные игры. Важнейшим их достоинством является то, что они, по существу, исчерпывают все виды свойственных человеку естественных движений: ходьбу, бег, прыжки, бросание, упражнения с предметами и т. д. и потому являются самым и универсальным и незаменимым средством физического воспитания детей. Подвижные игры – лучшее лекарство для детей от «двигательного голода» - гиподинамии.

Заниматься с ребенком следует регулярно, систематически. Для здоровья малыша полезно организовать двигательную деятельность утром, через 20-25 минут после завтрака, или в другое удобное время, соблюдая рекомендации врачей: нельзя активно двигаться непосредственно перед едой, сразу после нее, перед дневным или ночным сном.

Радость, которую вы доставите своему ребенку, играя с ним, станет и вашей радостью, а проведенные вместе приятные минуты помогут вам сделать добрее и веселее совместную жизнь.

«Дружно по дорожке»

Инвентарь: цветной шнур, веревка или скакалка длиной 1,5-2 м.

На полу комнаты цветным шнуром, веревкой или скакалкой обозначается линия. Мама с ребенком становятся друг за другом в начале линии. Мама предлагает малышу «погулять по дорожке» При этом она произносит следующий текст:

Дружно по дорожке,
Дружно по дорожке
Шагают наши ножки:
Раз, два, раз, два –
Шагают наши ножки.
По кочкам, по камешкам
По кочкам, по камешкам...
В ямку – бух!

Ребенок двигается вслед за мамой вдоль линии. На слова «по кочкам, по камешкам» они вместе прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед, руки на пояс; на слова «в ямку - бух» присаживаются на корточки, руки кладут на колени. Когда мама скажет «Вылезли из ямки», ребенок вместе с ней встает на ноги.

«За мамой»

Инвентарь: кукла, одетая для прогулки (шапочка, пальто, ботинки), или машинка на веревочке.

Ребенок становится на ковре рядом с мамой. В руках у мамы кукла или машинка. Мама говорит малышу «Я иду с куклой (машинкой) на прогулку. Пойдем со мной!» После этих слов мама начинает движение в обход по комнате, ребенок идет рядом с ней. Через 15-20 секунд мама останавливается, поворачивается лицом к малышу и произносит: «Кула (машинка) устала, пора отдыхать». Затем мама кладет куклу (веревочку от машинки) на коврик, вместе с ребенком присаживается на корточки, складывают руки под щекой – «засыпают». Через 10-15 секунд мама вновь приглашает ребенка «на прогулку» - игра повторяется.

«Самолеты»

Инвентарь: цветной шнур или веревка 2-3 метра.

На полу комнаты шнуром или веревкой выкладывают круг – это аэродром. Мама объясняет малышу, что сейчас они вместе превратятся в самолеты. Затем она произносит:

Самолетики летят

И на землю не хотят.

В небе весело несутся,

Но друг с другом не столкнутся

Самолетики, которых изображают ребенок и мама, расставив руки в стороны, начинают «летать» за пределами круга. Через 20-30 секунд мама говорит:

Вдруг летит большая туча,

Стало все темно вокруг.

Самолетики – свой круг!

После этих слов мама и малыш бегут по кругу – «самолетики садятся на аэродром»

«Котик к речке подошел»

Мама и ребенок берутся за руки, образуя небольшой кружок. Мама читает стихотворение, показывает движения, вслед за ней движения и слова повторяет ребенок

Котик к печке подошел,

Котик к печке подошел,

Идут по кругу, взявшись за руки.

Гошок каши он нашел,

Горшок каши там нашел,

Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.

А на печке калачи,
Ох, вкусны и горячи!
Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.

Пироги в печи пекутся,
Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх.
Они в руки не даются
Выпрямляются, прячут руки за спину.

«Солнечные зайчики»

Задачи: повышать двигательную активность, развивать ловкость; вызывать положительные эмоции от совершаемых действий. Собрав около себя группу детей, воспитатель при помощи зеркала пускает солнечные зайчики на стену и приговаривает:

Солнечные зайчики

Играют на стене,

Помани их пальчиком,

Прибегут к тебе.

Сделав паузу, дает сигнал: «Ловите зайчиков!» Дети бегут к стене и пытаются поймать ускользающего у них из-под рук зайчика.

«Догони мяч»

Задачи: побуждать действовать по сигналу, совершенствовать бег в сочетании с действиями, получать удовольствие от совместных действий. Воспитатель показывает детям корзину с мячами и предлагает встать рядом с ним вдоль одной из сторон площадки. Затем со словами «догоните мяч» выбрасывает их из корзины, стараясь, чтобы они покатались в разные стороны, подальше от детей. Дети бегут за мячами, берут их и кладут в корзину. Игра повторяется.

«Собери шарики»

Задачи: повышать двигательную активность; способствовать возникновению положительных эмоций от совместных действий. Для игры подбираются шары (деревянные или пластмассовые), разные по цвету. Сложив их в корзину, воспитатель приглашает детей посмотреть, какие красивые шары, называет, какого они цвета. Затем высыпает их со словами: «Вот как покатались шарики... Догоняйте их и кладите обратно в корзину». Дети бегут за шариками и относят их в корзину. При повторении игры воспитатель называет, кто какой шар принес: красный, желтый и так далее. Родитель следит, чтобы дети не сбивались в кучу, а бегали по всей площадке (каждый ребенок бежит в своем темпе). Первое время игра проводится с небольшой группой детей, постепенно количество играющих увеличивается.

«Догони меня»

Задачи: совершенствовать бег в определенном направлении; учить ориентироваться в пространстве.

«Догони меня», - предлагает воспитатель и бежит к противоположной стене комнаты. Дети бегут за воспитателем, стараясь его поймать. Затем

воспитатель снова говорит: «Догоните меня», - и бежит в противоположную сторону, дети снова его догоняют. После двух пробежек дети садятся на стулья и отдыхают. Затем игра возобновляется. Игру лучше проводить с небольшими группами детей: пока одна группа детей играет, другая смотрит, затем дети меняются ролями.

«Кот и мыши»

Задачи: повышать двигательную активность; развивать имитационные движения; вызвать интерес и желание выполнять действия в соответствии с текстом.

Игра проводится с небольшой группой детей в игровой комнате или на прогулке.

С помощью шнура огораживается место для мышек. Выбирается кошка. Она садится на стульчик или пенек. Мышки сидят в норках. Воспитатель говорит:

Кошка мышек сторожит,
Притворилась, будто спит.
Мышки вылезают из «норок» и начинают бегать.
Через некоторое время воспитатель говорит:
Тише, мышки, не шумите,
Кошку вы не разбудите....

Это сигнал кошке; она слезает со стула, встает на четвереньки, выгибает спинку, громко произносит «мяу» и начинает ловить мышей, которые бегут в свои норки.

Игру можно повторять 3-4 раза, с другими кошками.

«Лохматый пёс»

Задачи: обогащать двигательный опыт; побуждать детей к выполнению элементарных правил игры; поощрять самостоятельность; вызывать чувство удовольствия от общения с взрослым и сверстниками, а также от выполнения движений.

Один из детей изображает пса; он ложится на коврик, голову кладет на вытянутые впереди руки.

Остальные дети тихонько подходят к нему, а воспитатель в это время говорит:

Вот лежит лохматый пес,
В лапы свой уткнувши нос,
Тихо, смирно он лежит,
Не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему, разбудим

И посмотрим, что-то будет.

Пес вскакивает, начинает лаять. Дети разбегаются. Пес гонится за ними. Когда все дети разбегутся и спрячутся, пес опять ложится на коврик. Игра повторяется с новым водящим.

«У медведя во бору»

Задачи: учить действовать по сигналу воспитателя, совершенствовать бег в определенном направлении; учить ориентироваться в пространстве

Один из детей изображает медведя; он сидит на стульчике, ручки под щечку сложив, притворившись спящим.

Остальные дети тихонько подходят к нему, наклоняясь, будто собирают грибы и ягоды, а воспитатель в это время говорит:

У медведя во бору,
Грибы, ягоды беру,
А медведь не спит,
На меня он все глядит.
А потом как зарычит.
И за нами побежит.

Медведь вскакивает, бежит за детьми. Дети разбегаются. Медведь гонится за ними. Когда все дети разбегутся и спрячутся, медведь опять садиться на стульчик. Игра повторяется с новым водящим.

«Цыплятки и кошка»

Задачи: совершенствовать бег; развивать умение подражать, быть внимательным и действовать по сигналу; поощрять самостоятельные действия; вызывать чувство радости от совместных действий, учить детей бегу в определённом направлении.

Мама изображает курицу, дети – цыплят. Считалочкой выбирается кошка. Кошка садиться на стул в сторонке. Курочка и цыплята ходят по комнате.

Воспитатель говорит:

Вышла курочка-хохлатка,
С нею желтые цыплятки,
Квохчет курочка: «Ко-ко,
Не ходите далеко».

Приближаясь к кошке, воспитатель говорит:

На скамейке у дорожки
Улеглась и дремлет кошка...
Кошка глазки открывает
И цыпляток догоняет.

Кошка открывает глаза, мяукает и бежит за цыплятами, которые убегают в определенный угол комнаты – «дом», к курице-маме.

Воспитатель (курица) защищает цыплят, разводя руки в стороны, и говорит при этом: «Уходи, кошка, не дам тебе цыпляток»!

«Солнышко и дождик»

Задачи: развивать у детей умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал, учить выполнять действия по слову взрослого; поощрять самостоятельность, инициативу детей; вызывать чувство радости от совместных действий. Дети присаживаются на корточки сзади стульев, расположенных на некотором расстоянии от края площадки или стены комнаты, и смотрят в «окошко» (в отверстие спинки стула). Воспитатель говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять». Дети бегают по всей площадке. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» - бегут на свои места и присаживаются сзади

стульев. Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.

«Раздувайся пузырь»

Задачи: побуждать детей действовать в соответствии со словами; учить согласовывать свои действия с действиями других детей; закреплять умение становиться в круг, постепенно расширяя его и сужая; развивать физическую активность.

Дети стоят вплотную по кругу, взявшись за руки. Вместе с воспитателем они говорят:

Раздувайся, пузырь,
Раздувайся большой,
Оставайся такой,
Да не лопайся.

Произнося стихи, дети постепенно расширяют круг. Когда воспитатель скажет: «Пузырь лопнул», - все дети опускают руки, хором говоря: «Хлоп» - и присаживаются на корточки. Воспитатель предлагает надуть новый пузырь: дети встают, снова образуют маленький круг и игра возобновляется.

«Поезд»

Задачи: учить двигаться в определенном направлении, согласовывать действия с другими детьми, побуждать к самостоятельным действиям. Воспитатель предлагает поиграть в «поезд»: «Я буду паровоз, а вы - вагончики». Дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего. «Поехали», - говорит воспитатель, и все начинают двигаться, приговаривая: «чу-чу». Воспитатель ведет поезд в одном направлении, затем в другом, потом замедляет ход, наконец, останавливается и говорит: «Остановка». Через некоторое время снова раздается гудок, и поезд опять отправляется в путь.

Где спрятался колокольчик?»

Задачи: учить ориентироваться в пространстве; развивать умение бегать в разных направлениях; вызывать чувство радости от совместных действий.

Дети стоят лицом к стене. Няня прячется в другом конце комнаты и звонит в колокольчик. Воспитатель говорит детям: «Послушайте, где звенит, и найди колокольчик». Когда дети находят колокольчик, воспитатель хвалит их, а затем предлагает снова повернуться к стене. Няня опять звонит в колокольчик, спрятавшись уже в другом месте.

«Мой весёлый звонкий мяч»

Задачи: учить детей прыгать на двух ногах; учить внимательно слушать текст; вызывать чувство радости от активных действий. Дети сидят на стульях, поставленных в разных местах комнаты. Воспитатель находится в центре. Берет большой мяч и начинает отбивать его рукой о землю, говоря: «Мой веселый, звонкий мяч...». Воспитатель подзывает к себе детей и предлагает им попрыгать как мячики. Дети прыгают в том же темпе. Воспитатель кладет мяч и повторяет стихотворение, делая движение

рукой, так, как будто отбивает мяч, а дети прыгают. Закончив стихотворение, воспитатель говорит: «Догоню!». Дети убегают.

«Зайка беленький сидит»

Задачи: совершенствовать бег; развивать умение подражать, быть внимательным и действовать по сигналу; поощрять самостоятельные действия; вызывать чувство радости от совместных действий. На одной стороне площадки отмечаются места зайцев. Каждый становится на свое место. По сигналу воспитателя «Бегите в круг!» все дети собираются в круг, а один из зайцев, которого назначает воспитатель, становится в середину. Дети с воспитателем произносят стихи и выполняют движения под текст:

Зайка беленький сидит и ушами шевелит, - дети стоят в кругу,
Вот так, вот так он ушами шевелит! – шевелят кистями рук, подняв их к голове.

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,
Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть – хлопают в ладоши.

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать

Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать – прыгают на 2 ногах на месте.

Кто-то зайку испугал, зайка прыг и ускакал! – воспитатель хлопает в ладоши, дети разбегаются по своим домам.

«Птички в гнёздышках»

Задачи: обогащать двигательный опыт; побуждать детей к выполнению элементарных правил игры; поощрять самостоятельность; вызывать чувство удовольствия от общения с взрослым и сверстниками, а также от выполнения движений.

С одной стороны площадки свободно раскладывают обручи («гнёздышки») по количеству детей. Каждый ребёнок («птичка») стоит в своём «гнёздышке». По сигналу воспитателя дети – «птички» выбегают из обручей – «гнёзд» - и разбегаются по всей площадке. Воспитатель имитирует кормление «птиц» то в одном, то в другом конце площадки: дети присаживаются на корточки, ударяя кончиками пальцев по коленям – «клюют» корм. «Полетели птички в гнёзда!» - говорит воспитатель, дети бегут к обручам и становятся в любой свободный обруч. Игра повторяется, подпрыгнуть два раза.

«Гуси – гуси»

Задачи: совершенствовать бег в сочетании с действиями рук; вызывать потребность к подражанию; получать удовольствие от совместных действий. Дети изображают гусей, располагаясь в одном конце комнаты, в другом конце стоит взрослый. По очереди говорят:

Взрослый: Гуси-гуси!

Дети: Га-га-га!

Взрослый: Есть хотите?

Дети: Да-да-да!

Взрослый: Идите ко мне!

Дети-гуси летят к взрослому, размахивая крыльями, шипя: «Ш-ш-ш»
Затем взрослый говорит: «Кш! Бегите в поле!» Гуси убегают на свое место.

«Птички и автомобили»

Задачи: совершенствовать ходьбу в разных направлениях, по ограниченной поверхности; развивать внимание, умение реагировать на сигнал; побуждать к активному взаимодействию со сверстниками.

Все дети изображают птичек. Роль автомобиля вначале выполняет воспитатель. Он говорит: «Птички вылетели погулять». Дети-птички летают по группе, машут крыльями, клюют зерна. По сигналу воспитателя «Автомобиль!» птички быстро убегают с дороги. Одна часть детей размещается на одной стороне группы, площадки — это птички. На другой стороне размещается другая часть детей — это автомобили. Воспитатель говорит: «Птички летят!» — птички летают, машут крыльями, приседают, клюют зерна. По сигналу «Автомобили выехали!» дети, изображающие автомобили, выезжают на дорогу, а птички улетают в свои гнездышки. Автомобили ездят по дороге, объезжая препятствия (скамейки, кубы). При повторе игры дети меняются ролями.

«Карусели»

Задачи: развивать равновесие, учить согласовывать свои действия со словами текста, с движениями друг с другом и ритмом текста; развивать внимание; вызывать положительные эмоции.

Дети берутся за обруч и под слова воспитателя двигаются по кругу, сначала медленно, потом все быстрее и быстрее, а затем постепенно замедляют движение.

Еле, еле, еле, еле
Завертелись карусели,
А потом, потом, потом
Все бегом, бегом, бегом.
Тише, тише, не спешите,
Карусель остановите.
Раз-два, раз-два,
Вот и кончилась игра.

«Подарки»

Задачи: воспитывать дружеские, доброжелательные отношения; учить имитировать движения, характерные для определённой игрушки; развивать воображение.

Воспитатель предлагает детям построиться в круг, подзывает к себе того, кто первым будет выбирать игрушку. Ребёнок выходит на середину круга, а воспитатель с детьми водят хоровод под слова:

Принесли мы вам подарки,
Кто захочет, тот возьмёт,
Вот вам кукла с ярким бантом,
Конь, волчок и самолёт.

С окончанием слов дети останавливаются. Воспитатель обращается к

ребёнку в центре круга, и спрашивает, какой подарок (из перечисленных) он хочет получить. Если выбирает коня, то все дети под слова воспитателя (скачет конь наш чок-чок-чок, слышен топот быстрых ног) , изображают лошадку (скачут), если куклу, то все танцуют, как куклы (кукла. Кукла попляши, яркой лентой помаши) , если волчок (вот как кружится волчѐк, прожужжал и на бочѐк) – все кружатся.

Воспитатель предлагает ребёнку выбрать из детей лучший «подарок» .
Выбранный ребёнок меняет в центре предыдущего и игра повторяется.