



«Мяч в домике»

«Послушный мячик»



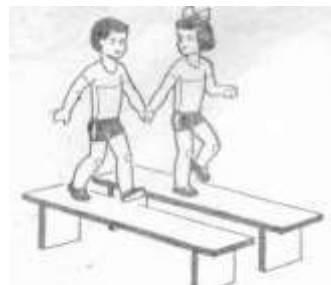
«По дорожке в домик»



«Пройди по мостику»



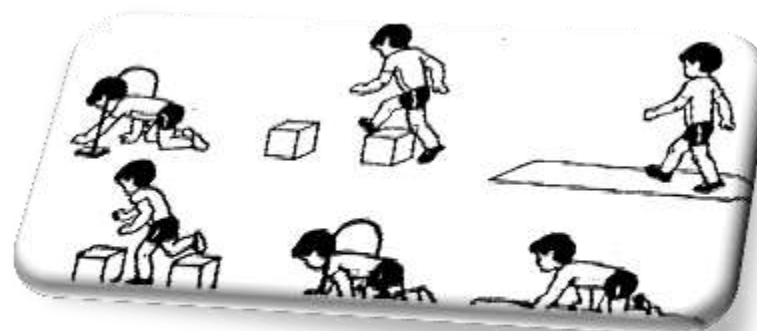
«Прокати мяч»



«Один, рядом, вместе»

Упражнения и игры на развитие движений детей от 1 года до 3 лет

Рекомендации педагогам



Составила Фомина Е.В., старший воспитатель

Упражнения и игры на развитие движений детей от 1 года до 3 лет

Игры на развитие умения ходить без поддержки

«Возьми игрушку»

Воспитатель показывает малышу игрушку(кубик, погремушка и др.), прячет её за спину, снова показывает , повторяя «Где кубик?» Нет кубика! Вот кубик!. Отодвигается от ребенка и предлагает « Возьми кубик!»

«Примеси игрушку»

Воспитатель предлагает ребенку игрушку , затем отходит от него на некоторое расстояние и предлагает «Принеси игрушку!»

« Найди мяч»

Воспитатель играет с ребенком в мяч, затем толкает мяч, так чтобы он откатился под стол, стул. Предлагает : Найди мяч! Где мяч? Принеси мяч!

Игры на развитие умения ходить по прямой

«Поздоровайся с игрушкой»

В двух противоположных концах комнаты на стульчиках посажены кукла и мишка. воспитатель предлагает ребенку подойти и поздороваться с куклой. Затем показывает на мишку: «А теперь поздоровайся с мишкой» После игры кукла и мишка остаются в игровом уголке.

«Пройди по мостику(по дорожке)»

В качестве мостика используют дорожку или доску. Воспитатель предлагает детям пойти гулять: «Пошли ребята гулять. Все шагают топ – топ : и Таня, и Ира, и Миша Топ – топ. Увидели мостик . пошли по мостику. Перешли мостик. Молодцы!»

«Научи куклу ходить по дорожке»

Детям предлагается вести куклу по дорожке , держа её в обеих руках впереди себя.

« Провеzi коляску по мостику»

Дети идут по дорожке из двух параллельно выложенных шнуров (доске) с коляской, в которой сидит кукла.

Игры на развитие ритмичности шага

«Маленькие ножки шагали по дорожке»

«Большие ноги шагали по дороге»

«По ровненькой дорожке шагали наши ножки»,

Игры и упражнения по обучению лазанью

«За мячом с горки», «Доползи до игрушки», «Котятa», « Мяч по дорожке», «Догони веревочку», «Мышки в норке»

«Дети и дождик»

Используются два стола. Это домики. Воспитатель предлагает детям погулять. Дети ходят между столами, выполняя разные действия по указанию воспитателя. По сигналу воспитателя «Пошел дождик! Дети спрятались в домики!», малыши подлезают под столы. Игра повторяется 2-3 раза.

Игры и упражнения по обучению бросанию, катанию, ловле

«Отнеси мячик в корзину(обруч)», «Попади в корзину», «Мяч в домике» «Сбей кеглю» «Кто дальше?», «Красный - синий».

«Раз, два, три»

Малыши стоят в шеренге или врассыпную. У каждого в руках большой мяч. По счету воспитателя «Раз, два, три!», на последний счет все дети бросают мячи вверх, затем бегут за ними. 2 вариант. На последний счет прокатывают мячи в разных направлениях и догоняют их.

« Послушный мячик»

Дети сидят на 0,5 м от стены. Свободной от игрушек и мебели. Воспитатель предлагает посмотреть . каким послушным может быть мячик. Педагог толкает мяч к стене, так, чтобы мяч ударился и вернулся назад.: « Раз, два, три! Мячик катись и назад вернись! Посмотрите , какой послушный мячик!» Предлагает детям повторить.

Когда дети освоили толчок с силой, расстояние постепенно увеличивают.

«По дорожке в домик»

Играют два человека. На плоскости диаметром 1 м рисуют спираль с кругом в центре. Дети пытаются медленно прокатить мячик по спирали в круг(домик). Начало спирали можно обозначить воротами для пролезания.

Игры и упражнения с прыжками и бегом

« К зайке в гости», « Позвони в колокольчик», «Поймай птичку», « Поймай бабочку», « Как мы умеем!», «Воробышки», «Догони мяч», «Догони собачку»

Литературные источники : В.А. Шишкина «Движение + движение формула для малышей», И.П.Дайлидене «Поиграем, малыш», А.С.Галанов « Психическое и физическое развитие ребенка от одного года до трех лет»