ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 1-3 ЛЕТ

1.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).

2.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.

3.Догонялки

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

4.Кто быстрее

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

5.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.

6.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.

7.День – ночь

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

8.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.

9.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.

10.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.

11.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.

12.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)

13.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.

14.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.

15.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.

16.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).

17.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.

18.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.

19.Волк и зайчики

В этой игре ребенок и взрослый – зайчиками. Волк – будет воображаемый. Зайчики свободно играются 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.

20.Птичка

Вы вместе с ребенок садитесь на корточки и говорите:

Села птичка на окошко,

Посиди у нас немножко,

Посиди, не улетай,

Улетела птичка – ай!

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

21.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.

22.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, играются, бегают по комнате со словами:

Стали деточки плясать,

Стали ножками стучать.

Мишка, Мишенька, вставай,

Наших деток догоняй.

Медведь просыпается и начинает догонять детей.

