

Подвижные игры для детей 1-3 лет

(часть 2)

1. 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.

2. День – ночь

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

3. 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.

4. 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.

5. 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 мишки, скажите: «Бежим к зайке». В дальнейшем можно будет усложнять задачу: бегать к большому медведю или маленькому мышонку; большому или маленькому зайке; или добавить еще 1-2 игрушки, к которым можно было бы бегать.



РАЗВИВАЙТЕСЬ ВМЕСТЕ С НАМИ!