

Консультация инструктора по физической культуре: «О подвижных играх для детей раннего возраста (2-3 года)»

Подвижные игры занимают большое место в жизни маленького ребенка. В них детям приходится проделывать разнообразные движения: ходить в разных условиях, бегать, прыгать, бросать, лазать. Выполняя данные движения, малыши обогащают свой двигательный опыт, учатся ориентироваться в пространстве. У них развиваются такие физические качества, как ловкость, быстрота, выносливость. Благодаря разнообразию движений в играх весь организм ребенка вовлекается в работу: учащается сердцебиение, углубляется дыхание, усиливается обмен веществ, что в целом оздоравливает его.

В играх детям приходится согласовывать свои движения с движениями других детей, выполнять несложные правила, например, выполнять движения в соответствии с текстом игры, убежать только после определенных слов. Это дисциплинирует малышей, воспитывает выдержку, внимание.

Продолжительность подвижных игр ориентировочно может быть от 10-15 минут (третий год жизни). Количество повторов 3-5 раз с учетом возраста, уровня здоровья, характера двигательных заданий, настроения детей. Одна и та же подвижная игра может повторяться до тех пор, пока малыши не освоят ее. Игры можно усложнять. Например, в игре с одним и тем же сюжетом одному ребенку предлагается просто пройти к кукле по дорожке, а другому - по дорожке с перешагиванием через предметы, одному ребенку прыгать через ручеек, расстояние которого 10-15 см, для другого же малыша это расстояние составит 15-25 см. Наиболее целесообразно проводить подвижные игры на свежем воздухе.

Примерный перечень подвижных игр, в которые можно играть с ребенком в сотрудничестве с детским садом

1.«Колокольчик» (2 года)

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

Содержание игры. Взрослый привлекает внимание детей звучанием колокольчика, показывает его, звенит им и быстро прячет за спину (повторяет это несколько раз). Ребенок может приговаривать: “Динь-динь”. Затем взрослый бежит в противоположную сторону, звеня колокольчиком и напевая: “Я бегу, бегу, бегу, в колокольчик я звеню”. Добежав до противоположной стороны комнаты, взрослый быстро поворачивается, садится на корточки, прячет колокольчик позади себя, широко разводит руки в стороны и говорит: “Все сюда ко мне бегите, колокольчик мой найдите”. Ребенок, прибежавший раньше других и нашедший колокольчик, звонит и отдает его взрослому. Игра повторяется. Взрослый дает возможность всем позвонить в колокольчик.

2.«Снежинки кружатся» (2–3 года)

Задачи. Развивать равновесие; вызывать чувство радости, удовольствия.

Содержание игры. Дети изображают снежинок. Взрослый говорит: “Вот снежинки спустились с неба на землю”. Снежинки летают по группе и садятся на корточки. На слова взрослого “Вдруг подул ветер, поднял их в воздух и закружил!” снежинки поднимаются и кружатся вначале медленно. Взрослый говорит: “Но вот ветер дует все сильнее”. Дети кружатся сильнее, но каждый в своем темпе. По сигналу взрослого “Вот ветер стал утихать!” замедляют движение и присаживаются на корточки.

3.«Прокати мяч» (2 года 6 месяцев – 3 года)

Задачи. Учить отталкивать мяч двумя руками, сохраняя направление; закреплять знание цвета; побуждать к самостоятельным действиям; удовлетворять желания ребенка в самостоятельном выборе дорожки и партнера; вызывать чувство удовольствия от выполняемых действий и от общения с другими детьми.

Материал. Мячи средней величины (по количеству играющих), дорожки разного цвета длиной 1,5–2 м.

Содержание игры. Взрослый предлагает детям взять мячи и прокатить их по дорожке, которая им нравится больше других. Показывает, как надо оттолкнуть мяч, чтобы он катился, а не прыгал. Спрашивает каждого ребенка, по дорожке какого цвета он прокатит мяч. Затем взрослый предлагает детям поиграть, кто с кем хочет. Малыши выбирают партнеров и катают мяч по дорожке друг другу.

4.«Лягушки» (2- 3 года)

На середине комнаты лежит тоненький шнур в форме круга. Дети стоят за кругом.

Воспитатель говорит:

Вот лягушка по дорожке
Скачет, вытянувши ножки,
Ква-ква, ква-ква-ква,
Скачет, вытянувши ножки.

Дети подпрыгивают на двух ногах, продвигаясь вперед по кругу. Воспитатель хлопает в ладоши - пугает «лягушек»; малыши присаживаются на корточки - «лягушки» прыгают в «болото». Повторить 2-3 раза.

5.«Пчелки» (2- 3 года)

Дети изображают пчелок, бегают по комнате, размахивают руками - крыльями, жужжат.

Появляется «медведь». Воспитатель говорит:

Мишка-медведь идет,
Мед у пчелок унесет,
Пчелки домой.

«Пчелки» летят в угол - улей. «Медведь» идет туда же. «Пчелки» говорят:

Этот улей - домик наш
Уходи, медведь, от нас,
Ж-ж-ж-ж-ж.

Машут крыльями, прогоняют медведя. Улетают от него, бегая по комнате. «Медведь» ловит их.

6.«Зайчики» (2- 3 года)

Все дети - «зайчики».

Воспитатель произносит:

В поле на пригорке зайчики сидят,
Свои лапки греют, ими шевелят.

(Дети делают движения (попрыгивают, шевелят руками). Через минуту дети и воспитатель говорят)

Крепче стал мороз никак,
Мы замерзнем стоя так.
Чтоб согреться поскорей,
Будем прыгать веселей.

(Дети сбегают с горки и начинают бегать, похлопывая лапкой о лапку.)

Играйте с малышом вместе с нами!