

Подвижные игры

«Кошки–мышки»

Понадобятся две мелодии (*громкая и тихая*) и ведущий, который будет их переключать. Вы будете котом, ребенок — мышкой. Когда звучит тихая музыка, ребенок может бегать по комнате, как хочет, например, может попытаться стащить крошки со стола. Когда мелодия меняется, кот просыпается и пытается поймать мышку. В эту игру интересно играть с несколькими детьми — мышками.

Догонялки с сюжетом

Существует очень много сюжетов догонялок с соответствующим стихотворным сопровождением. Пока рассказывается стихотворение, ведущий (*медведь, волк, пес и так далее*) прячется или спит, дети ходят вокруг него. Как только стихотворение заканчивается, дети разбегаются, и ведущий ловит их:

«У медведя во бору»

У медведя во бору,
Грибы, ягоды беру,
А медведь не спит
И на нас рычит.

«Гуси, Гуси»

Пастух: Гуси, гуси!

Гуси: Га, га, га.

Пастух: Есть хотите?

Гуси: Да, да, да.

Пастух: Ну, летите.

Гуси: Нам нельзя. Серый волк под горой не пускает нас домой.

Пастух: Ну, летите, как хотите, только крылья берегите.

«Тише мыши не шумите...»

Мыши водят хоровод,

На лежанке дремлет кот.

Тише, мыши, не шумите,

Кота Ваську не будите.

Как проснётся Васька кот,

Разобьёт ваш хоровод.

Но вы вполне можете придумать и свой сюжет: лиса и курочка, волк и заяц и так далее.

«Догонялки с домиками»

Домиками могут служить круги, выложенные из веревки, листы бумаги, разложенные на полу, части детского коврика, табуретки и диван. Мама догоняет малыша, но если малыш заскочил в домик, мама уже не может его осалить. Можно обойтись и без стационарных домиков: игрок может считаться «в домике», если он присел на корточки, сложил руки над головой в форме крыши и сказал: «*Чур, я в домике*».

«Догонялки с мячом»

В этом варианте **игры** в догонялки осалить ребенка нужно не рукой, а мячиком (**дома** лучше использовать мягкий тряпичный мячик или небольшой пляжный мяч) или мягкой игрушкой.

«Лабиринт»

Соорудите на полу просторной комнаты лабиринт из блоков крупного конструктора или длинной веревки. Малыш может бегать по лабиринту сам, проводить мягкие игрушки или возить машинки.

«Прятки дома»

Прятки – также одна из **подвижных игр**, в которые можно играть не только на улице, но и **дома**. Вариантов игр в прятки очень много. Главное во всех них – то, что ребенок «*скрывается*» от посторонних глаз сам или прячет какой-либо предмет, а ведущий ищет его или спрятанный предмет.

«Игры с мячом дома»

Для игр с мячом **дома** лучше использовать тряпичные мячики или резиновые мячи небольшого размера: они способны нанести наименьший ущерб.

Можно играть **дома** и небольшим надувным пляжным мячом или плюшевой игрушкой небольшого размера.

После 3 лет можно предложить ребенку, удерживая мяч рукой, прокатить его змейкой – между деталями конструктора или мягкими зверюшками.

Можно устроить **дома боулинг**. Если у вас нет кеглей, их могут заменить пустые пластиковые бутылки. Пусть малыш бросает или толкает мяч, пытаясь сбить расставленные на полу кегли. Если налить в бутылки воду, их будет труднее сбить.

Подвижные игры с воздушными шариками дома

«Переброс»

Понадобятся несколько шариков двух цветов. Можно использовать шарики маленького размера. Надуйте шарики и разбросайте их по комнате. Поделите комнату на две части. Выберите цвет шариков, которые будете собирать вы, и какие — ребенок. Цель **игры**: быстрее соперника собрать на своей половине шарики своего цвета. Можно собирать шарики в большие пакеты или таз. Можно договориться, что оранжевые шарики – это тыквы, зеленые – кабачки, и собирать урожай.

«Раздувайся, пузырь»

Играющие берутся за руки, образуя круг, двигаются назад, расширяя круг и приговаривая:

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

Потом если ведущий говорит: *«Воздух выходит!»*, игроки, не размыкая круг, сбегаются к центру, изображая выходящий воздух: *«тс-с»*. Если же ведущий говорит: *«Лопнул пузырь!»*, игроки разбегаются по комнате.

Домашний поход.

Вы когда-нибудь ходили с малышом в поход? Если да, то, наверняка, ему очень понравилось. Почему бы не повторить **дома**? Если нет, то **самое** время

потренироваться **дома**. Как? Устройте ребенку полосу препятствий и обыграйте ее как игру в поход: горы, реки, леса, поляны. Не забудьте перед игрой собрать походный рюкзачок, а в середине похода устроить небольшой привал. Если у вас есть **домашняя палатка**, то можно организовать даже «ночлег».

Такие **игры** не только доставят много веселых минут вашему малышу, но и будут способствовать развитию его фантазии.

Нескучных вам игр **дома**!

Полезная ссылка на видео о подвижных играх дома:

https://www.youtube.com/watch?time_continue=814&v=7XZXE0ooE4M&feature=emb_logo

Пальчиковые игры с детьми раннего возраста

«Пальчики здороваются»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук.

Ход игры: Кончиком большого пальца правой руки поочередно касаться кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца.

Прodelать то же самое левой рукой.

Я здороваюсь везде –

Дома и на улице.

Даже «здравствуй!» говорю

Я соседней курице.

Повстречал ежонка ёж:

«Здравствуй, братец! Как живешь?»

«Ладушки – ладушки»

Цель: развивать ощущение собственных движений.

Ход игры: хлопаем в ладоши, сопровождая действия стихотворным текстом

Ладушки – ладушки!

Пекла бабка оладушки.

Маслом поливала,

Детушкам давала.

Хороши оладушки

У нашей милой бабушки!

«Сорока – сорока»

Цель: активизировать движения пальцев рук.

Ход игры: (указательным пальцем правой руки выполняются движения по ладони леим пальчики

мизинец, безымянный, средний, указательный, большой.

по ладони левой, руки. Действия сопровождаются словами, загибаем пальчики

мизинец, безымянный, средний, указательный, большой.

Сорока – сорока

Кашу варила

Деток кормила

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала

Этому дала,

Этому дала

«Как у нашего кота...»

Цель: развивать мелкую моторику рук.

Ход игры: дети выполняют движения, сопровождая их стихотворным текстом

Как у нашего кота

Шубка очень хороша,

Как у котика усы

Удивительной красы.

Глаза смелые,
Зубки беленькие.

«Этот пальчик – бабушка»

Цель: активизировать движения пальцев рук.

Ход игры: загибаем и разгибаем пальчики попеременно на правой и левой руке сопровождая движения словами

Этот пальчик – бабушка

Этот пальчик – дедушка

Этот пальчик – папочка

Этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – я,

Вот и вся моя семья!

«Ладони»

Цель: развивать моторику рук.

Ход игры: дети выполняют движения сопровождая их стихотворным текстом

Ладони вверх

Ладони вниз,

Ладони на бочок –

И сжали в кулачок

«Обезьянки»

Цель: Развивать мелкую моторику рук.

Ход игры: Выполняют движения «Фонарики». Сжимают и разжимают кулачки. Ладони прижимают друг к другу, кладут под щеку (спят).
Выполняют встряхивающие движения кистями рук как будто встряхиваем водичку.

Обезьянки вышли погулять,

Обезьянки стали танцевать,

И одна из них пошла домой поспать,
Потому что надоело танцевать.

«Мальчик – пальчик»

Цель: активизировать движения пальцев рук.

Ход игры: дети по очереди поглаживают пальцы, сперва на одной, а потом на другой руке. Поглаживают большой палец, моют ручки, поглаживают указательный палец, средний палец, безымянный палец, мизинец.

Пальчик – мальчик, где ты был?

Я на речке братьев мыл.

С этим братцем в лес ходил,

С этим братцем щи варил

С этим братцем кашу ел,

С этим братцем песни пел.

«Бумажный мячик»

Цель: Развивать моторику обеих рук.

Ход игры: ребёнку предложить скомкать лист бумаги, сделав из него бумажный мячик (нагрузка даётся попеременно на каждую руку).

Кистью руки отталкивать мячик

Перекатывать мячик по столу.

«Водичка, водичка...»

Цель: развивать моторику обеих рук.

Ход занятия: Движения выполняются в соответствии с текстом. Подставить ладони под воображаемую струю воды; ладонями «умываем» лицо; поморгать глазками; потрите ладонями щеки; пощёлкать зубами; широко улыбнуться.

Умой моё личико.

Чтобы глазки смотрели,

Чтобы щечки краснели.

Водичка, водичка...

Умой моё личико.

Чтобы глазки смотрели,

Чтобы щечки краснели.

И кусался зубок.

Чтоб смеялся роток

«Пальчик о пальчик»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук.

Ход занятия: стучат пальчиком о пальчик ,хлопают в ладоши, топают ножками,закрывают лицо руками. Повторить 2 раза

Пальчик о пальчик тук да тук

Хлопай, хлопай, хлопай

Ножками топай, топай

Спрятались, спрятались

Пальчик о пальчик тук да тук

«1,2,3,4,5 вышли в садик погулять»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук

Ход игры: пальцем одной руки считаем пальцы на другой, слегка нажимая на подушечки; указательным пальцем одной руки выполняем круговые поглаживания ладони другой; считаем пальцы в обратном порядке, поглаживая их. Затем читаем стихотворение, снова и повторяем все движения на другой руке.

Раз, два, три, четыре, пять –

Вышли в садик погулять.

Ходим – ходим мы по лугу.

Там цветы растут по кругу.

Лепесточков ровно пять,

Можно взять и посчитать.

«Сидит белка на тележке»

Цель: развивать моторику обеих рук.

Ход игры: дети левой рукой загибают по очереди пальцы правой руки, начиная с большого пальца: большой палец, указательный палец, средний палец, безымянный, мизинец.

Сидит белка на тележке,

Продаёт она орешки:

Лисичке-сестричке,

Воробью,

Синичке,

Мишке толстопятому.

Заиньке усатому.

«Капуста»

Цель: развивать моторику обеих кистей и пальцев рук.

Ход игры: движения прямыми ладонями вверх, вниз; поочерёдное поглаживание подушечек пальцев; потирать кулачок о кулачок; сжимать и разжимать кулачки.

Мы капусту рубим, рубим,

Мы капусту солим, солим,

Мы капусту трём, трём,

Мы капусту жмем, жмём.

«Пальчики»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук, развивать умение понимать речь и повторять за взрослым отдельные слова, фразы.

Ход игры: Поочерёдно разгибать все пальцы, начиная с мизинца, затем сгибать их в том же порядке.

Раз – два – три – четыре – пять –

Вышли пальчики гулять.

Раз – два – три – четыре – пять –

В домик спрятались опять.

«Здравствуй, солнце золотое!»

Цель: развивать движения пальцев рук

Ход игры: пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая по кончикам.

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок,

Здравствуй, маленький дубок!

Мы живём в одном краю –

Всех я вас приветствую!

«Коготки»

Цель: развивать моторику обеих рук.

Ход игры: Поджать подушечки пальцев правой руки к верхней части ладони. Большой палец прижать к указательному. Произносить громко «мяу!» несколько раз. Можно продолжать игру со второй рукой. В заключение провести занятие двумя руками.

У кошкиной дочки

На лапках коготочки.

Ты их прятать не спеши,

Пусть посмотрят малыши!

«На работу»

Цель: активизировать движения пальцев рук.

Ход игры: Сжать пальцы в кулачок. Поочерёдно разгибать их, начиная с большого; со слов «Встали братцы все...» - широко расставить пальцы в стороны.

Большой палец встал один.
Указательный - за ним.
Средний будит безымянный.
Тот поднял мизинчик малый.
Встали братцы все – «Ура!»
На работу им пора.

«Два маленьких кузнечика...»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук..

Ход игры: указательными и средними пальцами обеих рук «шагаем» по столу ;поглаживаем ладонями поверхность стола; поочередно ребром одной ладони растираем боковую поверхность указательного пальца другой.

Два маленьких кузнечика
Потопали на речку.
Воды они боялись
И в речке не купались.
На скрипочках играли –
Всех рыбок распугали.

«Маленькая мышка»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук.

Ход игры: бегут пальцами обеих рук по столу или коленям; сложив пальцы рук круглым окошечком, заглядывают в него; грозят пальчиком; руки прижаты ладонями друг к другу ,лежат на тыльной стороне одной из рук на столе(коленях) .Переворачивают руки на другой «Бок», щекочут пальчиками то одну, то другую ладошку

Маленькая мышка
По городу бежит.
Глядит ко всем в окошки,
И пальчиком грозит:

«А кто не лёг в кроватку?

А кто не хочет спать?

Такого непослушного

Я буду щекотать!»

«Паучок»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук,

Ход игры: Руки скрещены. Пальцы каждой руки «Бегут» по предплечью, а затем по плечу другой руки; кисти свободно опущены, выполняют стряхивающее движение (дождик). Хлопок ладонями по столу/коленям; ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качают руками; солнце светит; действия аналогичны первоначальному- «Паучки» ползают по голове

Паучок ходил по ветке,

А за ним ходили детки.

Дождик с неба вдруг полил,

Паучков на землю смыл.

Солнце стало пригревать,

Паучок ползёт опять,

А за ним ползут все детки,

Чтобы погулять по ветке.

«Червячки»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук

Ход игры: Ладони лежат на коленях или столе.

Раз, два, три, четыре, пять. Пальцы; сгибаясь, подтягивают к себе ладонь (движение ползущей гусеницы)

Червячки пошли гулять.

Раз, два, три, четыре, пять, идут по столу указательным и средним пальцами

Червячки пошли гулять. (остальные пальцы поджаты к ладони)
Вдруг ворона подбегает (складывают пальцы щепоткой качают ими вверх
вниз)
Головой она кивает,
Каркает: «Вот и обед!» (раскрывают ладонь, отводя большой палец вниз, а
остальные вверх)
Глядь – а червячков уж нет! (Сжимают кулачки, прижимают их к груди).

«Шалун»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук
Ход игры: На первые две строчки чертить пальцем круги по ладошке. На
следующие четыре строчки загибать пальцы с проговариванием
соответствующих слов. Со словами седьмой строчки пальцами другой руки
брать мизинчик и слегка покачивать.

Наша Маша варила кашу.

Кашу сварила, малышей кормила:

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала,

А этому не дала.

Он много шалил.

Свою тарелку разбил.

«Мизинчик»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук
Ход игры: кисть руки сжать в кулачок. Поочерёдно разгибать пальцы,
начиная с мизинца. С последней фразой большим пальцем и мизинцем
касаться друг друга.

Маленький Мизинчик

Плачет, плачет, плачет.
Безымянный не поймет:
Что всё это значит?
Средний пальчик очень важный,
Не желает слушать.
Указательный спросил:
- Может, хочешь кушать?
А большой бежит за рисом,
Тащит рису ложку,
Говорит: - Не надо плакать,
На, поешь немножко!

«Лягушка – попрыгушка»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук

Ход игры:

Лягушка – попрыгушка, смыкаем пальцы обеих рук и изображаем лягушачьи
рты

Глазки на макушке, (большой палец выполняет функцию нижней челюсти),

А все её слова – которые то раскрываются, то закрываются.

Только «Ква!» да «Ква!».

А щёки раздувает

И рот свой разевает,

Чтоб комары и мушки (одной рукой продолжаем изображать рот лягушки),

Летели в рот лягушке (а пальцами другой поочередно «попадаем» в этот
«рот»).

«На лесной лужайке»

Цель: развивать движения кистей и пальцев рук.

Ход игры: на лесной лужайке (раскрываем ладони, поднимаем руки и машем расслабленными кистями)

Разыгрались зайки:

Лапками хлопали, Хлопаем в ладоши

ногами топали, притопываем ножками ушками махали (прикладываем раскрытые ладони к ушам сгибаем и разгибаем сомкнутые пальцы, обеих рук)

Выше всех скакали, (поочерёдно поднимаем высоко над столом и опускаем то одну, то другую руку)

Глазками глядели, (машем руками)

Песенку пропели:

«Ля-ля-ля! Ля-ля-ля!

Ля-ля-ляйки!»

Ах, какие весёлые зайки!

Ссылка на полезное видео с пальчиковыми играми:

https://www.youtube.com/watch?v=zz_9IjLYKzY