

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Подвижные игры для детей раннего возраста дома и на улице»



Забота о здоровье – это
важнейший труд!

Уважаемые, родители!

Я предлагаю вашему вниманию подвижные игры, которые будут интересны не только вашим детям, но и вам самим.

Подвижная игра «Догоните мяч» - говорит педагог и выбрасывает мячи (по количеству детей) из корзины, стараясь, чтобы они покатались в разные стороны как можно дальше. Дети бегут за мячами, берут их, каждый один мяч, несут и кладут в корзину.

Подвижная игра «Самолёт» - ребенок изображает движение самолёта, поезда, автобуса, автомобиль, выполняя руками соответствующие движения.

Подвижная игра «Зайки» - вместе с ребенком изображайте зайчиков, прыгающих к грядке с "морковкой", который можно обозначить линией на земле и т. п. Следите за тем, чтобы ребенок прыгал легко.

Подвижная игра «Дождик» - убегайте вместе с ребенком, чтобы как можно скорее спрятаться дома «под крышу».

Подвижная игра «Лужи» - нарисуйте на земле различные черточки и кружки. Затем возьмите ребенка за руку и в беге перепрыгивайте с ним через нарисованные препятствия. Цель — научить ребенка не останавливаться перед чертой, не прерывать бег.

Подвижная игра «Воробьи» - ребенок прыгает на месте на обеих ногах и с места вперед и назад. Взрослый вначале держит ребенка под мышки, а позже за плечи, лицом к себе. Освоив этот способ, держите ребенка только за одну руку и прыгайте вместе с ним.

Подвижная игра «Кошечка крадется» - ребенок ползает на четвереньках. Потом он останавливается и поворачивает голову, кошечка оглядывается, затем наклоняет голову к земле (кошечка пьет).

Подвижная игра «Кегли» - это прекрасная игра для тренировки меткости и навыков катания. Пластмассовые кегли, гигиеничные и дешевые, могут быть одним из первых новогодних подарков ребенку.

Если дома есть массажный мяч, делаем упражнения с мячиком.

Предлагаю вам небольшие стихотворения с массажным мячом.

Бегал ежик по дорожке, (катаем мячик между ладошек)

У него устали ножки.

Проходи в мои ладошки, (зажать мячик в ладошках)

Отдохни на них немножко.

А потом беги опять (подбрасываем мячик вверх и ловом)

Дружно весело играть.

Качели — прекрасное средство, помогающее ребенку преодолеть страх высоты. Позаботьтесь, однако, о безопасности: чтобы ребенок не упал, доска должна быть хорошо закреплена в середине, оба конца ее должны быть снабжены ручками.



Если на улице снег - можно покидаться снежками. Кидаться снежками можно продолжить и дома – сделайте их из ваты, укрепить можно клеем ПВА, или белых помпонов, или свяжите их из белых ниток – и устройте целое сражение! А потом – соревнование, кто больше и быстрее соберёт снежки!



Выбор средств для укрепления здоровья и физического развития малыша зависит от времени года. Например, летом — водные процедуры и подвижные игры; зимой — катание на санках, скольжение по ледяной дорожке. Ребенок с большим интересом играет на улице, если у него есть конкретная программа действий. В связи с этим разрешайте ему взять с собой игрушки, например ведро, мяч, коляску, санки, чтобы, увлеченно играя, он как можно дольше побыл на свежем воздухе. Для развития двигательных навыков у ребенка пребывание в парке или на спортивной площадке более целесообразно, чем долгие прогулки по городу. Длительная ходьба (однообразное движение) утомляет ребенка, а свободное движение в игре идет ему на пользу. Для этого родителям следует так планировать свободное время, чтобы поочередно гулять с ребенком.

Музыкально-ритмические упражнения

Большое значение для развития ребенка имеют игры, сопровождаемые ритмом или мелодией, песенкой, стихами; они положительно влияют на эмоциональную и волевую стороны личности. успокаивают детей, удовлетворяют их потребность в движении, приносят радость. С помощью простых игр с пением и стихами дети постепенно привыкают к ритму и мелодии, учатся слушать музыку и понимать ее.

Участие взрослых в подвижных играх приносит двойную пользу: доставляет детям много радости, а родителям дает возможность лучше узнать своего ребенка, стать ему другом.

Спасибо за внимание!

