

# ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ С ДЕТЬМИ 2–3 ЛЕТ

*Харитоновна А.Ю., учитель-дефектолог*

*МБДОУ «Детский сад №1» г.о. Самара*

Трудно переоценить пользу подвижных игр для малыша. Во время активного движения активизируются дыхание, кровообращение и обменные процессы в организме. Помимо этого, подвижные игры развивают координацию движений, быстроту реакции и внимание, тренируют силу и выносливость, снимают импульсивность.

В процессе этих игр малыши учатся подчиняться общим правилам и действовать в коллективе. У них закладываются и развиваются такие качества, как честность, справедливость, дисциплинированность, развивается чувство сопереживания и появляется желание помогать друг другу.

В одну и ту же игру можно играть несколько раз подряд (до 5 раз), в зависимости от настроения детей и характера двигательных заданий. Общая продолжительность подвижных игр составляет примерно 10–15 минут.

## Игра «По дорожке»

Мелком на асфальте или палочкой на земле взрослый рисует извилистую линию. Задача малыша - пройти по этой линии, не сходя с нее. Для интереса на конце линии так же как в прошлой игре можно положить игрушку для ребенка.

Если ребенку сложно пройти по тонкой линии, то начать можно с дорожки, образованной двумя извилистыми линиями.

## Игра «По кочкам»

Основа для этой **игры** - импровизированные кочки. Их можно сделать из одноразовых бумажных тарелочек, прихваченных из дома (не забудьте собрать их после **игры**, можно нарисовать кочки мелками на асфальте или палочкой на земле.

Задача малыша - проскакать с кочки на кочку по всей тропинке и обратно. Для интереса на последней кочке можно положить какую-либо игрушку.

Усложнить эту игру можно нарисовав кочки разных цветов или форм и предложить ребенку прыгать по кочкам только определенного цвета или формы.

## Игра «Солнечный зайчик»

Мама пускает с помощью зеркала солнечного зайчика. Малышу предлагают поймать его ручкой или ножкой. А также нужно ребенку предложить определить, где сейчас находится зайчик - справа, слева, сверху, снизу.



### Игра «Догонялки»

Это одна из самых любимых детских игр. Чтобы малышу в 2 года было интересно в них играть, догонялки должны быть ролевыми. Мама может стать котом, а малыш мышкой. А еще можно играть в волка и зайчиков, в **детей и медведя**, цыплят и лисичку. Если вы **будете** играть в догонялки в первый раз, малыша нужно научить играть в эту игру, потому что, как правило, если ребенку 2 - х лет просто сказать *«давай я буду кошкой, а ты мышкой»* он будет с интересом вас разглядывать и ждать, что же будет дальше. А дальше можно сделать вот что: Мама начинает изображать голодного котика. «Ух! Я котик! Мяу! Мяу! Вот как я мяукаю! Ох и проголодался же я! Где же мышки! Сейчас я буду вас есть!». Мама с веселыми приговорками подбегает к малышу и начинает его слегка щекотать. Большинство **детей** с хохотом убегают от такого щекочащего котика, и игра *«догонялки»* получается сама собой.

### Игра «Беги к тому, что назову»



Эта игра очень простая и доступная для малышей. Она учит ребенка ориентироваться в пространстве, ну и конечно дарит ему прекрасную возможность подвигаться. Мама объявляет ребенку: *«Давай мы с тобой будем машинками!»* (или паровозиками). Изображая машинок, можно, стоя на месте, гудеть как мотор машины и *«бибикать»*. Затем мама объявляет: *«А теперь, машинки, поехали к горке!»*. Все *«машинки» «едут»* к горке. "А теперь к домику!". Дети передвигаются к домику и т. д. Если малыш стоит на месте и никуда не бежит, можно помочь ему – взять его за руку и побежать вместе с ним. Постепенно он втянется в игру и начнет играть самостоятельно.