***Картотека игровых практик по физическому развитию детей раннего дошкольного возраста***

**Подвижные игры для малышей 2-3 лет**

Подвижная игра – это эмоционально – насыщенная, сознательная и активная деятельность ребенка, происходящая при соблюдении необходимых правил, и побуждающая к творческому выполнению условий в изменяющихся игровых ситуациях.

Подвижная игра требует от ребенка умственного и физического усилия, и вместе с тем доставляет ему радость, чувство удовлетворения и захватывает воображение. Игра активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы, совершенствует движения, развивает их координацию, формирует быстроту, силу, выносливость.

Игровая подвижная деятельность дает представления об окружающем мире, развивает память и чувство ритма, обогащает речь детей, учит действовать в коллективе, сопереживать, помогать друг другу; подчиняться общим требованиям; формирует честность, справедливость, выдержку и дисциплинированность.

**«Кошечка»**

**Цель**: развивать артистизм, ловкость.

**Ход игры**: Ребенок ползает на четвереньках, изображая кошечку. Останавливается и поворачивает голову (кошечка оглядывается), затем наклоняет голову(кошечка пьет молоко).

Можно усложнить игру: кошечка проползает между ног взрослого, под стулом, взбирается на диван, ложится, мурлычет.

**Игры с маленьким мячом «Скати с горочки»**

**Цель**: учить ребенка действовать с мелкими предметами: переносить их, складывать, прокатывать, ловить.

**Игровой материал**: любые предметы шарообразной формы (диаметром

3-8 см), которые вы найдете у себя в квартире: различные мячи – для большого тенниса, резиновые, пластмассовые; шарики для настольного тенниса, шарики от сломанных погремушек, шарики из скомканной бумаги и т.п.; гладильная доска, закрепив один конец которой на стуле, вы создадите дома прекрасные условия для скатывания и ловли.

**Ход игры**: В игре одновременно участвуют либо мама с ребенком, либо возможно объединение двух детей. Первый ребенок встает у приподнятого над полом конца горки. Рядом с ним в коробочке 3–4 шарика или небольших

мячика. Второй ребенок стоит в 2–3 шагах от опущенного на пол конца горки. У него в руках пустая коробочка. Первый ребенок берет по одному шарику из коробочки и одной рукой скатывает их с горки. А второй ребенок в это время ловит скатывающиеся шарики и складывает их в пустую коробочку. Собрав шарики, он вместе с этой коробочкой идет на место первого ребенка скатывать шарики, а первый ребенок – на его место, т.е. дети меняются местами.

**Советы маме**: При объяснении игры попросите папу или другого члена

семьи помочь вам. Например, мама будет скатывать шарики, а папа их ловить и складывать в коробочку.

Все действия мама сопровождает стихотворением: шарик с горки покатился (Мама достает шарик из своей коробочки и скатывает его с горки одной рукой)

И в коробке очутился. (Папа ловит скатившийся шарик и кладет его в свою

коробочку.)

Мы с тобой его возьмем

И на горку принесем. (Коробочка с пойманными шариками приносится к началу горки.)

Постарайтесь объяснить малышу, что если мячик или шарик просто класть на

доску или отталкивать тихонько, то он упадет на пол, не докатившись до ее

конца. При ловле скатывающихся шариков ребенок сначала, будет ловить их

двумя руками – так ему на первых порах удобнее. Но напоминайте малышу,

чтобы он старался ловить шарики одной рукой (правой и левой).

**«Слепим снежные комочки»**

**Цель:** развивать мелкую моторику рук, укреплять мышцы пальцев,

учить бросать малый мяч в даль.

Эту игру лучше проводить в зимнее время, т.к. желательно, чтобы ребенок

смог предварительно потренироваться в лепке снежков на улице.

Для этой игры вам придется сделать несколько мягких поролоновых мячей

(например, из поролоновых губок для мытья тела – такие мячи не только легкие, но и яркие).

**Ход игры:** Дома покажите малышу мячики и предложите слепить из них

"снежки": "Ванюшка, давай мы с тобой сейчас слепим снежные комочки". Мама, сжимая мячик между ладонями, показывает, как лепить "снежок": "Смотри, Ванюшка, комочек мягкий, я могу его сжимать ладошками: вот так – вот так!"

Ребенок повторяет за мамой движения. "Ну, покажи, какой "снежок" у тебя

получился. Какой хороший у тебя "снежок"! Молодец! Давай еще слепим" –

мама дает возможность малышу слепить еще 3 комочка. "А теперь бросай

"снежки" мне, я буду их ловить!" Ребенок бросает мячи-комочки одной рукой маме. Мама делает вид, что ловит "снежки", но поймать или удержать их не может: "Как много "снежков". Я их и поймать не смогла! Давай соберем "снежки" и снова поиграем". Мама с малышом собирают мячи и игра повторяется.

**Советы маме:** В игре ребенок лепит всего 4 снежных комочка: 2 – для

бросания правой рукой, 2 – для бросания левой рукой. Напоминайте малышу,

чтобы он с усилием нажимал на мяч во время лепки "снежка" и чтобы у него

сверху оказывалась по очереди то правая, то левая ладошки. Предложите просто помять мяч пальцами рук. При бросании "снежков" малыш будет стремиться подойти к вам поближе, поэтому старайтесь держаться от него на два – три шага.

**«Мячи в корзине»**

**Цель игры**: развивать глазомер, ловкость, координацию движений при

Метании в горизонтальную цель.

**Игровой материал**: любые маленькие мячи (от большого тенниса, резиновые, мягкие из разных материалов) или бумажные шары из скомканной бумаги. В качестве горизонтальной цели лучше использовать корзину большого диаметра (высокий таз или обклеенную цветной бумагой большую коробку), чтобы бросаемые мячи могли в них задерживаться. Поставьте корзину (таз, коробку) на пол и на расстоянии 60–150 см от нее по

кругу разложите 4–5 цветных кружочков или выложите круг из длинного шнура.

Встав у обозначенного места (цветной кружок, шнур), мама показывает

малышу, как можно забросить мячи в корзину: "Посмотри, как я умею! Хочешь тоже поиграть?"

Ребенок становится на круг или в любом месте около шнура. Мама кладет перед ним на пол коробочку с 4–6 мячами и встает напротив ребенка с другой стороны корзины, чтобы малыш видел ее движения, которые она сопровождает словами: Мяч одной рукой возьмем Наклоняются и берут по одному мячу. И к плечу поднимем. Поднимают руку с мячом вверх к плечу.

На корзину поглядим. Смотрят на корзину. Мяч в корзину кинем. Бросают мяч в корзину одной рукой.

Сначала ребенок бросает мячи правой, а потом левой рукой (по 2–3 шт.

каждой). Затем мама с малышом собирают брошенные мячи в свои коробочки, и игра повторяется.

**Советы маме**. Чтобы мячик не выскакивал из корзины (тазика, коробки),

положите на его дно сложенное детское одеяло, толстую фланелевую пеленку или небольшую подушку.

На начальном этапе обучения бросанию предмета в корзину расстояние до

цели не должно превышать 60 см, так как дети в этом возрасте не бросают, а

кладут предметы в цель. С течением времени расстояние до цели увеличивается.

Сначала малыш будет спешить побыстрее забросить все мячи в корзину

ведущей рукой. Объясните ему, что торопиться не надо. Пусть он выполняет

каждый бросок под слова стихотворения. Напоминайте ему, что бросать мячи в корзину надо сначала правой, потом левой рукой.

При метании в цель большинство детей этого возраста бросают предметы

одной рукой от плеча, как рассмотрено выше. Покажите малышу и способ

метания одной рукой снизу, так как, используя этот способ, ему будет легче

попасть точно в цель.

Для сохранения интереса малыша вы можете менять высоту "цели", ставя

тазик на предметы разной высоты. А летом в хорошую солнечную погоду

бросайте мячи в тазик с водой.

Варианты игры. Чтобы сохранить интерес ребенка к игре используйте

для метания: кубики, маленькие мягкие игрушки, которые так же забрасываются в корзину, таз или коробку; разноцветные мешочки, наполненные любой крупой (гречкой, рисом и т.п.) весом 70– 100 граммов. Такие мешочки можно бросать в большой обруч или в круг, выложенный из шнура.

**«Брось в речку»**

**Цель**: учить ребенка метанию вдаль разными руками. Игровой материал: на одной стороне комнаты мама кладет на полу цветные кружочки (шнур, приклеивает полоску пластыря) – это "берег". В 2–3 метрах от берега расстилает простынь (большую пеленку, покрывало или какую-нибудь ткань), желательно голубоватого оттенка – это "речка". Для метания лучше использовать бумажные шары из скомканной бумаги (они меньше отскакивают от пола, чем упругие мячи) – это "камушки".

**Ход игры**: Мама кладет в коробочку 4–6 бумажных шаров, ставит их у обозначенного места (кружок, шнур, полоска пластыря) и предлагает малышу, стоя на "берегу", бросать "камушки" в "речку". Показ упражнения и выполнение его вместе с ребенком мама сопровождает словами: К бережку

Мы подойдем. Подходят к "берегу". В руки камушки возьмем, Наклоняются и берут каждой рукой по шарику. Руку правую поднимем,

Поднимают правую руку вверх. Камушек мы в речку кинем. Бросают шарик в "речку" правой рукой. Ручку левую поднимем. Поднимают руку вверх.

Тоже камушек мы кинем. Бросают шарик в "речку" левой рукой. В зависимости от того, сколько бумажных шариков вы положили в коробочку,

наклоняться за ними вам придется 2 или 3 раза.

Затем мама предлагает достать "камушки" из "речки". Пусть ребенок залезет в "речку" и побарахтается в ней: лежа на животе или на спине подрыгает руками и ногами, изображая купание, перекатывается с боку на бок и т.п. Собрав "камушки" и вернувшись на "берег", вы сможете повторить

игру.

**Советы маме**. Напоминайте малышу, чтобы он бросал камушки по очереди правой и левой рукой, не торопился (слова стихотворения служат сигналом для выполнения). С приобретением навыка метания вдаль расстояние от ребенка до речки увеличивается.

Для разнообразия вы также можете использовать мешочки, наполненные крупой (см. "Мячи в корзине").

**«Ручеек»**

**Цель**: обеспечить двигательную активность

**Игровой материал**: две скакалки или веревки, бумажные кружки.

**Ход игры**: На полу из двух скакалок или веревок делаем ручеек шириной

полтора-два метра. Посередине раскладываем бумажные кружки — это

камушки. Ребенку нужно перебраться с одного бережка на другой, наступая на островки и перепрыгивая камушки. Если оступился, берет паузу, чтобы

«высушить» ножки на берегу. Нехитрое занятие, тем не менее формирует у

ребенка ловкость, равновесие и не даст заскучать во время карантина. А заодно малыш вдоволь напрыгается.