

Подвижные игры для детей 2-3 лет.

К концу второго года жизни малыш умеет уже немало: он уверенно ходит и достаточно быстро бегает, ловко лазает и умеет прыгать. К сожалению, в это время многие родители начинают уделять больше внимания интеллектуальному развитию ребенка, забывая о том, насколько тесно познавательное развитие связано с физическим. Стимулировать физическое развитие ребенка в возрасте **2-3 лет** можно через **подвижные игры**.

Общие принципы организации подвижных игр для детей 2-3 лет

1. Играйте в подвижные игры **дома и на прогулке**. Во многие подвижные игры для улицы можно с удовольствием играть и дома, немного их изменив.

2. Привлекайте других малышей и членов семьи. **Вместе – веселее**, и глядя на то, как прыгает на одной ножке старший брат, а папа пинает мяч, малыш быстрее научится делать это сам.

3. Прекрасным дополнением к подвижным играм станут **простой** спортивный комплекс (шведская стенка + турник + гимнастические кольца + канат) и несколько **спортивных снарядов**:

- фитбол (большой надувной мяч);
- обруч или хулахуп;
- гимнастическая палка;
- массажная дорожка, валики.

Крутящийся диск, который женщины используют для похудения, также понравится вашему малышу.

Не расстраивайтесь, если установить споркомплекс у вас нет возможности, а для спортивных снарядов нет места. Вместо них можно использовать то, что есть дома: стулья и табуретки, диванные подушки, гладильную доску. Проявите фантазию.

4. Хорошим дополнением к спортивному комплексу станут **спортивные игры**:

- кольцоброс,
- твистер,
- детский дартс (магнитный или с шариками на липучках),
- футбольный набор — мяч и ворота,
- баскетбольный набор – мяч и кольцо,
- набор для гольфа – мяч, лунки и клюшки,
- набор для хоккея – шайба и клюшки.

Не обязательно покупать все эти игры, большинство из них можно сделать в домашних условиях. Например, в качестве кольцоброса можно использовать перевернутую табуретку, а кольца сделать из рулончиков от скотча или обычных пластиковых крышек.

5. Начиная с двух лет, с малышом можно начать осваивать **ролики, детский трехколесный самокат, беговел, трехколесный велосипед**. Конечно, малыш не будет кататься на них сразу часами. Но даже несколько минут несколько раз в неделю уже будут способствовать развитию моторных навыков малыша. Главное здесь – регулярность и интерес ребенка.

6. Ходить просто так малышам скучно. Есть дети, которые могут бегать, прыгать и кататься на самокате часами, а другим это неинтересно. **Превратите подвижные игры в игру, а в игры добавьте подвижности**. Придумывайте игры, которые позволят вашему малышу освоить различные движения, обыгрывайте различные сюжеты. Если вы устраиваете тематические недельки, вплетайте подвижные игры в контекст неделек. Организуйте небольшой **подвижный квест** для малыша.

7. Играя с ребенком, не старайтесь всегда довести игру до логического конца. В этом возрасте концентрация внимания у детей – всего несколько минут и, малыш просто не может играть в одно и то же дольше. Старайтесь **играть в коротенькие игры и чаще их**

менять. Помните и о том, что ребенку **важен сам процесс игры** и то, что вы играете вместе с ним, а не результат игры.

8. Пойте или рассказывайте стихи, потешки во время ваших игр. Это добавит веселья и будет способствовать развитию речи малыша.

Вот несколько примеров **подвижных игр**, которые подойдут для детей **2–3 лет**.

Ходим

Альпинисты. Расскажите малышу об альпинистах – людях, которые покоряют вершины высоких гор. Подниматься в гору трудно, зато с вершины открывается необыкновенно красивый вид. Предложите малышу совершить его первое восхождение на гору (если у вас нет горки, вместо нее подойдет гладильная доска или просто доска шириной 20 – 25 см и длиной 1,5 – 2 м). Можно заранее положить на шкаф или комод игрушку или угощение, которые малыш сможет увидеть, только поднявшись на гору.

В другой раз выйдите из лифта на один этаж ниже нужного. Предложите малышу подняться на гору по лестнице. На вершине горы (дома за входной дверью) его может ждать небольшой сюрприз.

Канатоходцы. Предложите малышу стать канатоходцем – пройти по положенной на пол дощечке, ленте, гимнастической палке, стараясь сохранять равновесие и не наступая на пол. Ходить можно прямо и боком. Для равновесия можно держать перед собой палочку. Можно усложнить задание: ходить с подносом, на котором стоит кружка.

Лесная тропинка. Толстый длинный шнур, разложенный на полу в виде змейки, может стать лесной тропинкой, сходить с которой нельзя – ведь в лесу подстерегают дикие звери и ловушки. Дайте ребенку в руки корзинку – и можно поиграть в сказку «Красная шапочка».

Раки. Расскажите малышу о раках, которые передвигаются задом наперед. Предложите ему добраться до своего домика задом наперед. Домиком может стать диванная подушка, положенная на пол, на которую ребенок может плюхнуться. Последнее будет нравиться ему больше всего.

Бегаем

Зима пришла! Малыш прячется, присаживаясь на корточки за горкой или скамейкой на площадке, зимой – за снежными валами, дома – за табуретками или положенными на пол диванными подушками. Мама говорит: «Сегодня тепло, солнышко светит, идем гулять». Малыш выходит из укрытия и бегаем по площадке. Услышав слова «Зима пришла, холодно! Скорее домой», малыш прячется в своем укрытии. В теплое время года вместо «Зима пришла!» можно говорить «Дождик пошел!»

Бег по кругу. Большинство детей очень любят крутиться вокруг себя и бегать по кругу. Покажите ребенку картинку или мультфильм, где есть карусель с лошадками. Предложите ему стать такой лошадкой – ходить и бегать по кругу. Каруселью может стать обруч или лента, разложенная на полу в виде круга.

На площадке можно бегать вокруг песочницы, горки, карусели. Дома – вокруг табуретки, мягкой игрушки, машинки – всего, что заинтересует вашего малыша.

Бег восьмеркой. Поставьте на некотором расстоянии друг от друга на улице двое санок, в комнате – две табуретки. Покажите малышу, как бегать вокруг них, описывая восьмерку.