

Домашняя игротека «Развиваем малышей»

Составила педагог-психолог: Волкова А.И.

Уважаемые родители, мы предлагаем Вашему вниманию цикл подборок игр, направленных на развитие двигательных навыков малыша.

Часть 1

"Сделаем бусики"

Маму я свою люблю,
Ей подарок подарю.
Я подарок сделал сам
Маме я его отдам,
Бусики бумажные.
Для мамы очень важные.

Для этой игры нам понадобятся несколько листочков цветной тонкой бумаги (папиросной, гофрированной или обыкновенные салфетки) 5x5 см.

Листочки бумаги положить на стол на расстоянии вытянутой руки, взять по листочку в правую и левую руки и пальцами одновременно скатывать их в шарики. Через 15 секунд разжать пальцы, чтобы скатанные шарики упали на стол (повторить несколько раз).

Для поддержания интереса у ребёнка, скатывать шарики вместе с ним. (Сначала шарики будут получаться рыхлыми и больше похожи на мятые бумажки, но постепенно их форма будет становиться более чёткой).

Постепенно задачу можно усложнить: взять бумагу плотнее, а времени на скатывание дать поменьше. Нарисуйте на листе бумаги мамин портрет и наденьте ей на шею бусики из шариков, скатанных ребенком.

Игру желательно повторять один раз в неделю.

"Смотаем клубочек"

А у нашей Зиночки
Клубки лежат в корзиночке.
Хочет Зиночка вязать,
А клубочков не видать.
Кто, играет с клубочком,
В самом дальнем уголке?
Это не ребёночек,
А рыженький котеночек!

Для игры нам понадобятся достаточно длинные цветные шерстяные (но не очень толстые) нити на каждого игрока.

Предложите малышу смотать для котёнка клубочек сначала одной рукой (ведущей), а затем другой.

Через некоторое время у ребёнка станет получаться лучше. Тогда возьмите более тонкие и длинные нити.

Что делать с получившимися клубочками? Можно, например, нарисовать котёнка и корзину. В корзинку "положить клубочки", а самый красивый из них приклеить к лапкам котёнка.

Часть 2

Играем с крупой, пуговицами, счётными палочками...

Для этих игр нам понадобятся: крупа, горох, фасоль, пуговицы, пробки от пластиковых бутылок, спички, счётные палочки.

- На яркий поднос тонким, равномерным слоем высыпать мелкую крупу проведите пальчиком ребёнка по крупе - получится яркая контрастная линия. Позвольте ребёнку самому нарисовать несколько хаотичных линий. Затем попробуйте вместе с малышом нарисовать какие-нибудь предметы (забор, волны, геометрические фигуры), буквы, цифры, и т.д.

- Подберите пуговицы разного цвета и размера. Сначала выложите рисунок сами, затем попросите малыша сделать то же самостоятельно. После того как ребёнок научится выполнять задание без вашей помощи, предложите ему придумывать свои варианты рисунков. Из пуговичной мозаики можно выложить неваляшку, бабочку, снеговика, мячик, бусы и т.д.

- Насыпать в кастрюлю 1 кг гороха или фасоли. Ребёнок запускает туда руки и изображает, как месит тесто, приговаривая:

Месим, месим тесто,

Будет в печи место.

Будут-будут из печи

Булочки и калачи.

- Насыпать в кружку сухой горох. Ребёнок на каждый ударный слог перекладывает горошины по одной в другую кружку. Сначала одной рукой, затем двумя руками одновременно; попеременно большим и средним пальцами, большим и безымянным, большим и мизинцем. Четверостишия подбираются любые.

- Насыпаем горох на блюдце. Ребёнок большим и указательным пальцами берёт горошину и удерживает её остальными пальцами (как при сборе ягод), потом берет следующую горошину, потом ещё и ещё - так набирает целую горсть. Можно делать это одной, а затем двумя руками одновременно.

- Две пробки от пластиковых бутылок кладём на столе резьбой вверх. Это - "лыжи". Указательный и средний пальцы встают в них, как ноги. Двигаемся на "лыжах", делая по шагу на каждый ударный слог:

Мы едем на лыжах,

Мы мчимся с горы,

Мы любим забавы холодной зимы.

То же самое можно попробовать проделать двумя руками одновременно.

- Ребёнок собирает спички (или счётные палочки) одними и теми же пальцами обеих рук (подушечками): двумя указательными, двумя средними и т.д.

- Строим "сруб" из спичек или счётных палочек. Чем выше и ровнее сруб, тем лучше.

- Бельевой прищепкой (проверьте на своих пальцах, чтобы она не была слишком тугой) поочерёдно "кусаем" ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стиха:

Сильно кусает котёнок-глупыш,
Он думает - это не палец, а мышь.
(Смена рук)

Но я же играю с тобою, малыш,
А будешь кусаться, скажу тебе: "Кыш!"

- Берём верёвку (толщиной с мизинец ребёнка) и завязываем на ней 12 узлов. Ребёнок, перебирая узлы пальцами, на каждый узел называем месяц года по порядку. Можно сделать подобные приспособления из бусин, пуговиц и т.д.

- Натягиваем верёвку на уровне плеч ребёнка и даём ему несколько бельевых прищепок. На каждый ударный слог ребёнок цепляет прищепку к верёвке:

Прицеплю прищепки ловко
Я на мамину верёвку.

- Ребёнок комкает, начиная с уголка, носовой платок (или полиэтиленовый мешочек) так, чтобы он весь уместился в кулачке.

- Ребёнок катает грецкий орех между ладонями и приговаривает:

Я катаю мой орех,
Чтобы стал круглее всех.

Часть 3

"Замри!"

Чтобы играть было интересней, можно предложить ребенку превратиться в Винни-Пуха в окружении пчёл. "Когда ты лезешь за мёдом, главное, чтобы пчёлы тебя не заметили", говорил Винни-Пух. Значит, нам нужно неподвижно замереть.

Я - славный мишка Винни-Пух!
Любой меня поймёт:
Чтоб бодр и весел был мой дух,
Мне очень нужен мёд.
Медок мой пчёлы стерегут
И жалятся всегда.
Замри, дружок, представь, что мы
Как будто изо льда!

Вариант 1 (для детей 4 лет). Встань прямо, как я (приставьте пятку правой ноги к носку левой), а теперь закрой глаза и опусти руки вдоль туловища. Я буду считать до 10, а ты постарайся ни разу не шелохнуться. Если у малыша получается удержать равновесие, то предложите ему постоять так, пока вы не досчитаете до 15.

Вариант 2 (для детей 5 лет). Опустит руки вдоль туловища, закрой глаза и постарайся постоять на правой ноге, пока я не досчитаю до 10. Теперь немножко отдохни (секунд 20) и стой так же на левой ноге.

Если упражнение ребёнку не удаётся, то постарайтесь чаще бывать на спортивной площадке, бегать, да и вообще больше двигаться.

"Скачи по ровненькой дорожке на одной ножке"

Ребёнку нужно на одной ноге пропрыгать 5 метров, стараясь двигаться по прямой. Ориентиров быть не должно, взрослому следует оставаться за спиной ребёнка. Отклонение в 50 см от воображаемой прямой в ту или иную сторону не допускается.

Часть 4

Играем с пальчиками

"Дерево"

Подними обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы (локти опираются на стол).

"Гнездо"

Пальцы обеих рук слегка согни и приложи одни к другим, большие пальцы убери внутрь ладоней.

"Дом"

Подними пальцы вверх, соединить кончики пальцев левой и правой руки.

"Коза"

Вытяни указательный палец и мизинец, остальные пальцы прижми к ладони. Сначала выполни упражнение правой, а затем левой рукой, потом обеими руками вместе.

"Пальчики здороваются"

Поздоровайся с каждым пальчиком (кончики пальцев одной руки поочередно прикасаются к кончикам пальцев другой).

"Оса"

Выпрями указательный палец правой руки и поворачивай им в разных направлениях, затем поменяй руки.

"Человечек"

Указательный и средний пальцы "бегают" по столу, как человечек.

"Курочка пьёт воду"

Поставь локти на стол, пальцы сложи, как клюв у курочки, представь, что твоя ручка - это голова курочки. Покажи, как курочка пьёт воду (ритмичные наклоны рук вперед, с подключением кистевого замаха).

"Погладим котёнка"

Покажи, как ты умеешь гладить котёнка - плавно, нежно.

"Игра на пианино"

Ты стал настоящим пианистом, покажи, как ты умеешь играть на пианино (имитация игры на пианино).

"Отстукивание"

Слушай внимательно, я буду хлопать в ладоши, а ты попробуй хлопнуть так же (воспроизводится определённый ритмический рисунок).

Конечно, мы представили Вашему вниманию далеко не все игры, направленные на двигательное развитие, и Вы, как Творческий Родитель, пополните свою домашнюю игротеку другими играми. А может быть, придумаете вместе с ребенком новую, свою собственную игру. Желаем успехов!