

Игры на развитие координации движений (1 младшая группа)

Простая проверка

Оборудование: узкая дорожка.

На пол нужно постелить узкую дорожку любой длины. Воспитатель предлагает детям не спеша друг за другом пройти по ней, повернуться, а обратно пробежать под ней. Затем нужно пройтись по дорожке с поднятой рукой, а обратно пробежать с поднятыми руками. Далее дети кладут руки на пояс и идут по дорожке, обратно бегут по ней, держа руки на поясе. Участники не должны выходить за границы дорожки, а двигаться только по ней.

Аккуратно по шнуру

Оборудование: шнур длиной 4—6 м.

Воспитатель кладет на пол шнур. Нужно аккуратно пройти по нему, чтобы не сдвинуть. Можно сделать змеевидную дорожку из шнура, по которой сложнее пройти. Тем, кому не удастся пройти по шнуру, помогают другие участники игры (берут их за руку).

Преодолей коридор

Оборудование: 6 стульев.

Воспитатель ставит 6 стульев в два ряда спинками друг к другу. Расстояние между ними около 50 см. Нужно пройти через получившийся коридор, не задев стулья.

Варианты. Пройти по коридору из стульев с поднятой рукой (руками); заложив руки за спину; положив их на голову; положив одну руку на голову, другую опустив.

При исполнении некоторых заданий ширину коридора можно увеличить.

Кривая дорожка

Оборудование: 4 стула.

Воспитатель ставит на небольшом расстоянии друг от друга 4 стула. Нужно пройти (обежать) их «змейкой» в одну и другую сторону.

Вариант. 3 — 5 участников составляют цепочку — встают друг за другом, обхватывают соседа руками и проходят «змейкой» этот путь. Если цепочка разорвалась, виновный встает в конец.

Дружу с маленькой подушечкой

Оборудование: 2 стула, подушечка или тряпичный мячик.

Воспитатель ставит 2 стула на расстоянии 3 м друг от друга, на стул он кладет маленькую мягкую подушечку (тряпичный мячик). Дети сидят на скамейке. Один участник подходит к стулу, берет подушечку и, положив ее на голову, направляется к противоположному стулу. Подойдя к нему, он может поправить подушечку на голове, постоять и идти обратно. Первого играющего сменяет второй, который делает то же, что и первый. Так продолжается, пока не сыграют все дети. Если ребенок уронил подушечку, он должен ее поднять, положить на голову и идти дальше. Сначала можно придерживать подушечку одной рукой.

Дорожка по доске

Оборудование: доска.

Нужно пройти по доске обычным шагом. Дойдя до конца доски, повернуться и пойти обратно.

Вариант. Нужно пройти по доске, при этом пятка выставленной вперед ноги касается носка другой ноги. Сначала лучше потренироваться — походить таким способом по полу.

Примечание. Детям будет намного интереснее, если установить доску на чурбачки, поднять доску на высоту 10—15 см. Сначала играющих можно поддерживать за руку.



Мишка-медведь

Цель: Содействие улучшению координации движений; развитие согласованных совместных действий в подвижных играх

Атрибуты игры: мягкая игрушка-медведь в руках взрослого

Ход игры: Дети сидят кружком (или полукругом), в центре круга на стуле лежит игрушка-медведь. Взрослый говорит:



Выходи-ка, Мишенька, попляши, попляши.

Лапой, лапой, Мишенька, помаши, помаши.

А мы вокруг Мишеньки хороводом пойдем,

Песенку веселую запоем, запоем!

Будем, будем в ладошки ударять, ударять!

Будет, будет Мишенька нам плясать, нам плясать!

(А. Ануфриева)

"Мишка" в руках взрослого в центре круга пляшет, дети хлопают в ладошки.

Кот и мыши

Цель: Развитие координации движений.

Атрибуты и оборудование игры: Часы или будильник, стул.

Ход игры: Взрослый-"кот" сидит на стуле и "спит". Рядом стоят игрушечные часы или настоящий



будильник. Дети - "мышки" бегают, по возможности, на носочках вокруг "кота".

Взрослый говорит:

Вышли мышки как-то раз

Посмотреть, который час.

Раз, два, три, четыре,

Мышки дернули за гири.

Вдруг раздался страшный звон -

Убежали мышки вон!

(С. Маршак)

Взрослый хлопает в ладоши, дети - "мышки" убегают в "норку", а "кот" гонится за ним.

Огород

Цель: Развитие координации движений, умения действовать по сигналу.

Атрибуты и оборудование игры: маска курочки, маски цыплят, борода, шляпа, палка, мел, муляжи овощей, стулья

Ход игры: Ребенок изображает курочку, а взрослый - дедушку-сторожа. На полу мелом проводят черту, объясняя ребенку, что за чертой "огород".

В огороде у ребят

Есть морковка и салат,

Все для ребят,

Все для ребят!

Старый дедушка ходил,

Он морковку сторожил.

Кыш, куры, кыш,

Кыш, куры, кыш!

("Дедушка" с палкой ходит в "огороде".)



Старый дедушка устал,

Сел на травку, задремал.

Дедушка спит,

Дедушка спит.

(Садится, дремлет.)

Курочки бегут, бегут

И цыплят к себе зовут

Морковку щипать,

Морковку щипать.

(Дети-"курочки" выбегают на носочках.)

Дедушка нас услышал,

Всех курочек прогнал.

Кыш, куры, кыш,

Кыш, куры, кыш!

(А. Ануфриева)

(Щиплют "овощи", поглядывая на "дедушку". "Дедушка" просыпается и прогоняет "курочек".)

"Куры с цыплятами" убегают. Игра повторяется снова. "Дедушку" может изображать ребенок, а "курочку" - взрослый.

Вышла курочка гулять

Цель: Формирование навыка внимательно слушать взрослого, выполнять движения в соответствии с текстом, координируя свои движения.

Атрибуты игры: маска курицы для взрослого и маски цыплят по количеству играющих детей

Ход игры: Дети стоят за воспитателем друг за другом.

Воспитатель произносит слова:

Вышла курочка гулять,

Свежей травки пощипать.

А за ней ребятки,

Жёлтые цыплятки.

Ко-ко-ко да ко-ко-ко

Не ходите далеко!

Лапками гребите,

Зёрнышки ищите.

Съели толстого жука,

Дождя червяка,

Выпили водицы

Полное корытце.

Дети повторяют движения за воспитателем: шагают, высоко поднимая колени, машут руками - «крыльями». На слова: «Ко-ко-ко не ходите далеко!» - грозят пальцем. «Лапками гребите, зёрнышки ищите» - присаживаются на корточки, ищут зёрнышки. «Съели толстого жука» - показывают толщину жука, «дождя червяка» - показать длину червяка, «выпили водицы» - наклон вперёд, руки отводят назад.

Не боимся мы кота

Цель: Формирование у детей навыка слушать; содействие улучшению координации движений, повышению экономичности и ритмичности их выполнения

Атрибуты и оборудование игры: игрушка – кот в руках взрослого, стулья

Ход игры: воспитатель берёт игрушку-кота, сажает его на стульчик - «кот спит». Педагог говорит:

Мышки, мышки, выходите,

Порезвитесь, попляшите,

Выходите поскорей,

Спит усатый кот-злодей.

Мышки окружают кота и начинают приплясывать со словами:

Тра-та-та, тра-та-та

Не боимся мы кота.

Кот просыпается и ловит мышек (воспитатель с игрушкой догоняет детей). Мыши убегают в норки (сажаются на стульчики).

По узенькой дорожке

Цель: Формирование у детей умения перешагивать из круга в круг (нарисованный палочкой на песке, мелом на асфальте, полу), координируя свои движения.

Атрибуты и оборудование игры: мел или палочка

Ход игры:

Воспитатель чертит на земле круги (кругов должно быть больше, чем играющих детей). Затем поясняет, что через ручеек можно перейти «по камешкам» - кружкам, иначе промочишь ножки.

Воспитатель произносит слова и показывает действия: **«По узенькой дорожке шагают наши ножки!»**

Все дети шагают за воспитателем, приближаются к «камешкам». Взрослый показывает, как нужно перешагивать из круга в круг. Дети подражают его действиям: **«По камешкам, по камешкам, по камешкам!»**

Вдруг педагог неожиданно произносит: **«И в ямку – бух!»**, выпрыгивает из кружка, приседает, а за ним и все дети.

Игра повторяется 2-3 раза

По ровненькой дорожке

Цель: Упражнение детей в ходьбе по ограниченной поверхности; развитие координации движений, равновесие; укрепление стопы; формирование умения действовать ритмично, согласуя действия с ритмом стихотворения; поощрение самостоятельности, поддерживая уверенность детей в своих действиях.

Атрибуты и оборудование игры: Дорожки разной длины (1—2,5 м) и ширины (15—30—60 см); мягкая, твердая, извилистая дорожка длиной 2 м, шириной 30—40 см.

Ход игры: Взрослый произносит текст, а дети выполняют движения в соответствии с текстом:

1. По ровненькой дорожке (Идут по дорожке),

По ровненькой дорожке. Шагают наши ножки: раз-два, раз-два.

2. По камешкам, по камешкам. По камешкам, по камешкам: раз-два, раз-два.

3. По ровненькой дорожке. По ровненькой дорожке. Устали наши ножки, устали наши ножки.

Вот наш дом. В нем мы живем (Прыгают. Останавливаются)

Вариант игры. Вместо ровной дорожки можно взять извилистую, короткую, длинную, узкую, широкую, мягкую, твердую дорожку. Тогда в соответствии с качеством дорожки меняется текст, например: «По мягкой дорожке шагают наши ножки...» И т. д.

Зайнышка

Цель: Развитие интереса к играм-действиям под звучащее слово, понимание содержания песни и умение выполнять движения в соответствии с ее текстом, координируя свои действия.

Атрибуты и оборудование игры: маски зайцев

Ход игры: Взрослый становится вместе с детьми в круг, поет песенку и показывает движения:

Заинька, топни ножкой, Вот так, топни ножкой,

Серенький, топни ножкой! Вот так, топни ножкой!

Дети, стоя по кругу, топают ножками, руки при этом (по возможности) держат на поясе:

Заинька, бей в ладоши, Серенький, бей в ладоши!

Дети хлопают в ладоши.

Заинька, повернись, Серенький, повернись!

Дети поворачиваются

Заинька, попляши, Серенький, попляши!

Вот так, бей в ладоши, Вот так, бей в ладоши!

Вот так, повернись, Вот так, повернись!

Вот так, попляши, Вот так, попляши!

Дети подпрыгивают на двух ногах, кто как может.

Заинька, поклонись, Серенький, поклонись!

Вот так, поклонись, Вот так, поклонись!

Дети кланяются, разводя руки в стороны

При проведении игры количество куплетов можно сократить, особенно тогда, когда игра еще недостаточно знакома детям. Вначале можно взять только первый, второй и четвертый куплеты. В дальнейшем дети исполняют все пять куплетов. Кроме того, когда малыши хорошо будут знать содержание песенки, можно выбрать одного ребенка - «Заиньку», который становится в середину круга и выполняет все движения по тексту песенки.

Роль «Заиньки» можно поручить смелому и активному ребенку, который не будет смущаться, выполняя движения. Если введена роль «Заиньки», можно добавить еще один куплет:

Заинька, выбирай, Вот так, выбирай,

Серенький, выбирай! Вот так, выбирай!

Ребенок выбирает другого «Заиньку», и игра повторяется. Песню взрослый должен петь не очень быстро, но и не медленно, так, чтобы пение соответствовало темпу движений детей.

Игры на ориентации в пространстве:

Подвижная игра «Найди, что спрятано»

Дети встают в шеренгу вдоль одной из сторон физкультурного зала. Педагог показывает им цветок (игрушку, флажок и т. п., говорит, что спрячет его. Участники игры поворачиваются к педагогу спиной. Педагог прячет предмет и произносит: «Раз, два, три, четыре, пять, вам пора цветок (флажок и т. д.) искать». Дети ищут спрятанный предмет. Тот из игроков, кто первым найдет его, несет его педагогу. Этот игрок будет прятать предмет при повторении игры. По окончании игры дети (по выбору педагога) рассказывают, как они искали предмет.

П/и "Кот и мыши".

Цель: учить ориентироваться в пространстве, действовать после сигнала.

Ход игры: Дети-"мыши" сидят в норках. В другой стороне сидит кот. "Кот" засыпает, и тогда "мыши" разбегаются по залу. Но "кот" просыпается и начинает ловить "мышей". Они бегут в норки и занимают свои места.

П/и "Бездомный заяц".

Цель: быстро бегать, ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Выбирается "охотник" и "бездомный заяц", остальные "зайцы" стоят в обручах - "домиках". "Бездомный заяц" убегает, а "охотник" догоняет. "Заяц" может встать в домик, тогда "заяц", стоявший там, должен убежать. Когда "охотник" поймал "зайца", он сам становится им, а "заяц" - "охотником"

П/и "Догони мяч"

Цель: учить детей действовать по сигналу быстро; развивать ловкость; учить ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Дети становятся у одной из сторон площадки. Воспитатель стоит вместе с ними, в руках у него корзина с мячами (по количеству детей). Бросает мячи из корзины в разные стороны, подальше от детей. После слов "Догони мяч" дети бегут за мячами, берут их и снова кладут в корзину.

П/и "У медведя во бору. "

Цель: учить ориентироваться в пространстве; выполнять действия после сигнала.

Ход игры: С помощью считалочки воспитатель выбирает "медведя". Он находится на одной стороне, дети на другой. Воспитатель говорит: "Идите

гулять". Дети идут, собирают грибы, имитируя соответствующие движения (наклоны и выпрямления туловища) и одновременно произнося:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру,

А медведь сидит

И на нас рычит.

После последнего слова " медведь" с рычанием встаёт, а дети бегут домой. Пойманного "медведь" ведёт к себе домой.

П/и "Цветные автомобили"

Цель: учить в соответствии с цветом флажка выполнять действия; ориентироваться в пространстве.

Ход игры: У воспитателя три флажка разного цвета. Он поднимает один или все флажки сразу. Дети, держащие такие же флажки, разбегаются по залу. Когда воспитатель опускает флажок, "автомобили" останавливаются и шагом возвращаются в "гараж".

П/и "Найди Снегурочку"

Цель: развитие умения ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Воспитатель прячет куклу - Снегурочку на участке так, чтобы из детей никто не знал об этом. Во время прогулки воспитатель детям о том, что сегодня к ним обещала прийти Снегурочка, она хочет поиграть и поплясать с ними. Наверно, она уже пришла и спряталась от ребят, чтобы они её поискали. Найдя Снегурочку, дети водят хороводы с ней, приплясывают, кружатся парами.

П/и "Кто скорее добежит по дорожке?"

Цель: продолжать развивать пространственную ориентировку.

Ход игры: Воспитатель делит детей на две команды, строит их в две колонны друг за другом на одной стороне площадки. На другой стороне площадки стоят два флажка напротив каждой команды. По сигналу воспитателя по одному ребёнку из каждой команды должны побежать по дорожке, оббежать флажок и вернуться к своей команде. Так должны пробежать все дети из команды. Побеждает та команда, которая быстрее прибежит.

П/и Ворона и воробьи"

Цель: продолжать учить ориентировке в пространстве; развивать умение не наталкиваться друг на друга; воспитывать дружеские отношения.

Ход игры: С помощью считалочки выбрать ребёнка на роль "Вороны", остальные дети - "воробьи". Дети - "воробьи" бегают, клюют зёрнышки, ищут червячков. По сигналу воспитателя: "Прилетела ворона" дети-"воробьи" "разлетаются" по домикам, ребёнок -"ворона" догоняет их. Кого поймала "ворона", тот ребёнок становится "воробьём", игра продолжается.

П/и "Найди свой домик"

Цель: учить быстро действовать по сигналу; учить ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Каждый ребёнок выбирает для себя "домик". Играет музыка, дети бегают, прыгают, играют. По сигналу, когда воспитатель выключает музыку, дети должны быстро найти "свой домик" и занять его.

П/и "Догони свою пару".

Цель: выполнять движения по сигналу воспитателя; чётко ориентироваться при нахождении своей пары.

Ход игры: Воспитатель делит детей на пары. Выбирается из пары один ребёнок, который будет первым догонять свою пару. Под музыку дети бегают, прыгают. Когда воспитатель выключает музыку, выбранные дети отыскивают свою пару и догоняют его. Когда поймают, дети меняются ролями.

П/и «Найди свое место»

Цель: развивать у детей умение действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве.

Играем:

В ряд ставят стулья, сиденьями поочередно в разные стороны. Водящий берет длинную палку и начинает обходить сидящих на стульях. Если около кого-то он стукнет палкой об пол, этот играющий должен встать со стула и пойти следом за водящим. Так водящий ходит вокруг стульев, стучит то тут, то там, и вот за ним следует целая группа. Водящий начинает удаляться от стульев, ходит кругами, змейкой; остальные повторяют все за ним. Вдруг, в неожиданный для всех момент, водящий дважды стучит по полу. Это сигнал к тому, чтобы все немедленно заняли свои места. А это теперь не так-то просто, поскольку стулья смотрят в разные стороны. Сам водящий старается занять место одним из первых. Теперь водит тот, кому не досталось места.

«Угадай, кто и где кричит»

Цель: развивать внимание, память.

Играем:

Дети становятся в круг спиной к центру. Воспитатель стоит в кругу. Он назначает водящего, который тоже становится в середину круга и подражает крику какого-либо домашнего животного или птицы. После этого все дети поворачиваются, лицом в круг. Тот, на кого укажет воспитатель, отгадывает, кто кричал. Затем назначается новый водящий.

Игра повторяется 5-6 раз.

Указания. Если ребенок затрудняется и не знает, какому животному или птице подражать, педагог помогает ему, подсказывает.