

Памятка для родителей.  
«Подвижные игры для малышей»  
(Подвижные игры для детей 2-3 лет)



*Подвижная игра требует от ребенка умственного и физического усилия, доставляет ему радость, чувство удовлетворения и захватывает воображение. Игра активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы, развивает координацию движений, формирует быстроту, силу, выносливость.*

**Прятки с мышонком.**

Покажите малышу игрушечного мышонка и предложите поиграть с ним в прятки. Вы прячете игрушку (сначала на видное и доступное ребенку место, в дальнейшем постепенно усложняя задачу по поиску и всё лучше и лучше пряча игрушку).

**Морковка для зайчика.**

Разложите на полу морковку и картошку (игрушечную или настоящую) и посадите на детский столик зайчика. Предложите малышу собрать для зайчика в огороде только морковку.

**День – ночь.**

Когда вы говорите «день» - можно двигаться, ходить, топать, хлопать. «Ночь» - все останавливаются и не двигаться.

**Маленькие – большие.**

Скажите малышу: «Вот какие мы большие» и поднимите руки вверх. «А теперь маленькие», - присядьте на корточки. Повторите упражнение несколько раз: «Большие, маленькие, большие, маленькие», постепенно увеличивать темп.

**Мишка – зайка.**

Рассадите в разных сторонах комнаты игрушечного зайку и мишку. Встаньте с малышом посреди комнаты и скажите: «Бежим к мишке». Когда малыш дотронется до мишки, скажите: «Бежим к зайке».

**Порхающая бабочка.**

Сделайте из цветного картона или сшейте бабочку. Привяжите её на веревочку, а веревочку – к палочке (получится удочка). Перемещайте над головой ребенка в разные стороны бабочку, а ребенок должен постараться её поймать.

*Бабочка-красавица над цветком порхает, пляшет,  
Над цветком спускается, крылышком узорным машет.*

### **Цыплятки и кот.**

Вы – курочка, а ребенок – цыпленок. Папа может выступить в роли кота, который будет пока спать. Курочка и цыплятки идут гулять:

*Вышла курочка-хохлатка.*

*С нею желтые цыплятки,*

*На скамейке у дорожки*

*Улеглась и дремлет кошка.*

*Квохчет курочка: «Ко-ко! Не ходите далеко.*

*Кошка глазки открывает и цыпляток догоняет.*

На последних словах кот просыпается и бежит догонять цыпленка. Цыпленок бежит к маме-курице под крыло.

### **Стоп**

Вместе с малышом выполняйте различные движения: хлопайте в ладоши, приплясывайте, ползайте, топайте ножками и т.д. Как только вы говорите «Стоп!» - всякие действия прекращаются.

### **Птички и гнездышки.**

Вы и ребенок – птички. Ходите по комнате, машите крыльями, ищите червячков, клюйте их и т.п. Когда вы скажете «Дождь пошел!» - птичкам надо улететь в свои гнездышки.

### **Птичка.**

Вы вместе с ребенком садитесь на корточки и говорите:

*Села птичка на окошко, посиди, не улетай,*

*Посиди у нас немножко, улетела птичка – ай!*

На слово «ай» – бегайте по комнате, махая руками - крыльями.

### **Холодно – тепло.**

Сядьте с ребенком на ковер. Скажите: «Подул северный ветер. Стало холодно-холодно». Сожмитесь в комочки, скрестив руки на груди. На слова: «Солнышко выглянуло. Стало тепло-тепло» — расслабьтесь, обмахивайтесь платочками.

**УДАЧНЫХ И ВЕСЁЛЫХ ИГР!**