



Материал подготовлен педагогом-психологом Еленой Николаевной Череповой

Игры на развитие координации движений, быстроты, ловкости, меткости, внимательности

Уважаемые родители!

Интересные игры на развитие координации движения, быстроты, ловкости, меткости и внимательности помогут Вам не только прекрасно провести время со своим ребенком, но и развить его двигательную активность, внимательность, быстроту реакции и чувства ритма

«Сбей мяч»

Игра на развитие ловкости и координации движений.

Положите на табурет большой мяч. Ребенок, стоя перед табуретом на расстоянии 1,5-2 м, по сигналу «Сбей мяч!» бросает маленький мяч (диаметр до 10 см) в большой так, чтобы сбить его.

«Воробьи и вороны»

Игра на внимательность, быстроту и скорость реакции.

Можно играть вдвоем с ребенком, но лучше компанией. Договоритесь заранее, что будут делать воробьи, а что — вороны. Например, по команде «Воробьи» дети будут ложиться на пол. А по команде «Вороны» — залезать на скамейку. Теперь можно начинать игру. Взрослый по слогам медленно произносит одну из команд, например: ВО-РО-НЫ! Дети должны быстро выполнить движение, которое было задано для ворон.

«На улице нашей сапожник»

Игра развивает чувство ритма

Продекламируйте это стихотворение вместе с детьми. Каждый раз, когда вы говорите «бум» или «бам», дети имитируют удар молотком, якобы забивая очередной гвоздь в обувь. Можно также шлепать руками по столу, выдерживая ритм.

На улице нашей сапожник сидит,
Весь день он по детским ботинкам стучит,
Ударит «бум-бум» и ударит «бам-бам»,
Чтоб было удобно в них бегать ногам.
И снова он лупит «бум-бум, бам-бам-бам».
На улице нашей весь день тарарам.
«Бум-бум» и «бам-бам», «бам-бам» и «бум-бум»,
На улице нашей весь день стоит шум,
Он чинит ботинки весь день напролет,
Чтоб дети в них бегали взад и вперед,

Ударит «бум-бум» и ударит «бам-бам»,
Теперь можно бегать и бегать друзьям.
И снова он лупит «бум-бум, бам-бам-бам».
На улице нашей весь день тарарам.
«Бум-бум» и «бам-бам», «бам-бам» и «бум-бум»,
На улице нашей весь день стоит шум.

«Карлики и великаны»

Игра на внимательность, быстроту реакции

Игроки становятся в круг. Ведущий объясняет, что если он скажет **КАРЛИКИ**, все должны сесть на корточки, а если скажет **ВЕЛИКАНЫ**, все должны встать. Кто ошибется, выходит из игры. Ведущий может намеренно подавать неправильные команды, например: **КАР... ТОШКА**, **ВЕ...РЕВКА**, **КАР...МАНЫ**, **ВЕ...ДЕРКО**. Победителем становится самый внимательный игрок, то есть тот, кто останется в игре последним.

«Щиплем перья»

Игра на ловкость, быстроту и скорость реакции

Вам понадобятся: бельевые прищепки.

Несколько человек назначаются ловцами. Им дают бельевые прищепки, которые они цепляют себе на одежду. Если ловец поймает кого-либо из детей, он прикрепляет ему на одежду прищепку. Побеждает тот ловец, который первым освободится от своих прищепок.

«Найди мяч»

Игра на координацию и взаимодействие

Игроки встают в круг, вплотную друг к другу, лицом в центр круга. В центре круга — водящий. Все держат руки за спиной. Одному из них дают мяч среднего размера. Начинают передавать мяч друг

другу за спиной. Водящему нужно угадать, у кого находится мяч. Обращаясь то к одному, то к другому ребенку, он говорит: РУКИ! По этому требованию играющий должен сразу протянуть обе руки вперед. Тот, у кого оказался мяч, или кто уронил мяч, становится водящим.

«Перелёт птиц»

Игра на внимание и координацию движений

Малыш стоит в одном углу комнаты. Он — «птица». В другом углу комнаты помещается лесенка-стремянка или стул (табурет). По вашему сигналу: «Птички улетают!» — малыш, подняв и разведя руки-«крылья» в стороны, бежит по комнате. По сигналу: «Буря!» — ребенок бежит к лестнице (табурету) и влезает на нее. («Птицы» скрываются от «бури» на «деревьях».) Когда вы говорите: «Буря прекратилась», — малыш спускается с лестницы и снова начинает бегать, то есть «птицы» продолжают «полет». Во время игры вы должны находиться возле лестницы, чтобы в случае необходимости помочь ребенку.

«Хромая лиса»

Игра на координацию движений, ловкость и быстроту

Количество участвующих детей и взрослых может быть как угодно велико. Собравшись в просторной большой комнате, они выбирают одного из участвующих, который будет «хромой лисой».

На месте, выбранном для игры, очерчивают круг довольно больших размеров, в который входят все дети и взрослые, кроме хромой лисы. По сигналу все участники начинают бежать по кругу. «Хромая лиса» в это время скачет на одной ноге и старается во чтобы то ни стало «запятнать» кого-нибудь из бегущих, то есть прикоснуться к нему рукой. Лишь только ей это удалось, она входит в круг и

присоединяется к остальным бегущим товарищам, потерпевший же принимает на себя роль хромой лисы.

Все играют до тех пор, пока не перебивают в роли хромой лисы; игру, однако, можно прекратить раньше, при первом появлении признаков утомления.

Для правильного ведения игры необходимо соблюдать следующие условия: участники, вошедшие внутрь круга, должны бегать лишь в нем и не выходить за очерченную линию, кроме того, участвующий, избранный хромой лисой, должен все время прыгать на одной ноге. Главными элементами этой игры являются бег и прыжки.

«Перебежки»

Игра на развитие ловкости и координации движений

На расстоянии 4-5 м друг от друга поставьте два предмета или две игрушки. Водящий (это можете быть взрослый, если игра проводится вдвоем с ребенком) находится между предметами (в «коридоре»), в руках у него может быть мяч. По сигналу взрослого малыш перебегает от одного предмета к другому, а водящий старается попасть в него мячом. При попадании водящий сменяется.

«Жмурки»

Игра на развитие ловкости и взаимовыручку

Место для игры — большая, просторная комната. Участники по жребию выбирают водящего. Платком или шарфом ему завязывают глаза. По сигналу все участники разбегаются в разные стороны, а водящий старается поймать кого-нибудь из них. Тот, кого поймает водящий, меняется с ним местами, и игра начинается заново.

Очень важно убедить всех играющих, что они должны во время игры следить, чтобы водящий не наткнулся на какой-нибудь

предмет. Об опасности им следует предупреждать водящего криком: «Огонь!».

«Медведь, чудо ешь?»

Игра развивает внимание, быстроту и ловкость

Выбирается медведь, все остальные — пчелы. Определяется, где у пчел домик, — черта, за которой медведь не имеет права их ловить. По сигналу ведущего пчелы подходят к медведю и спрашивают: «Медведь, что ешь?». Медведь отвечает: «Малину», «Рыбу», «Шишки»... Как только медведь скажет: «Мед!» — он бросается на пчел и начинает их ловить. Те, спасаясь, бегут в домик. Кого медведь поймал, того отводит к себе в берлогу. После трех выходов выбирают нового водящего-медведя. Тот из медведей, кто за время игры поймал пчел больше, чем другие, объявляется победителем.

«Стой, раз-два»

Игра учит концентрировать внимание на определенный сигнал.

Предложите ребенку промаршировать по периметру комнаты, но с одним условием: как только вы один раз хлопнете в ладоши, ребенок должен остановиться и не двигаться до тех пор, пока не услышит два хлопка. После этого малыш вновь присоединяется к ходьбе. Чтобы крохе было веселее, предложите меняться ролями: хлопать в ладоши и останавливаться поочередно.