

Уважаемые родители!

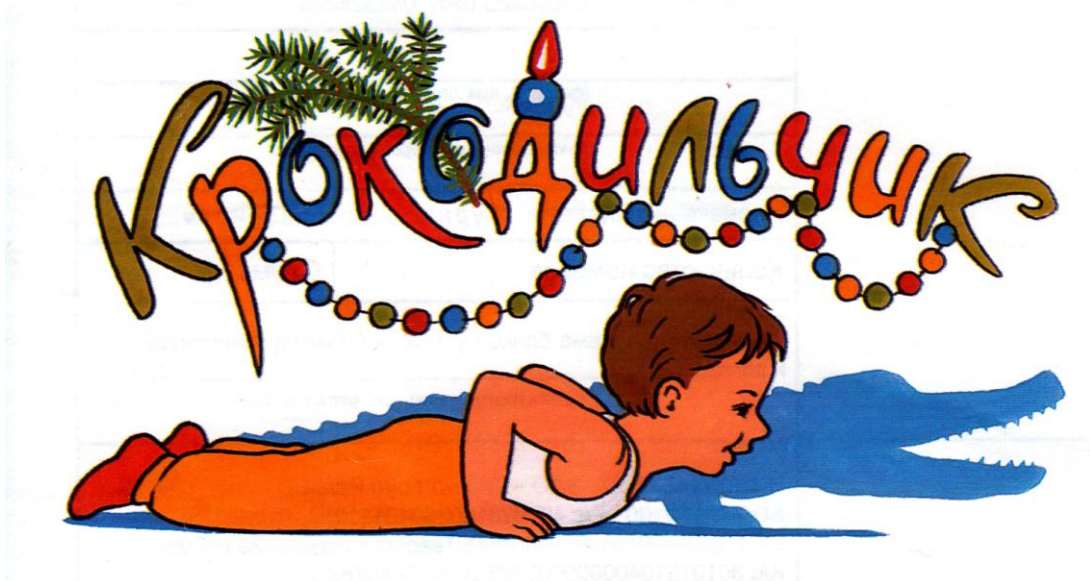
Предлагаю вашему вниманию игровой материал на развитие воображения и двигательных навыков детей.

«В одном сказочном лесу звери нарядили елку и собирались встретиться с Дедом Морозом. Первым пришел к елочке косолапый мишка. Он шел медленно, переваливаясь с боку на бок. Сел под елочку и стал ждать.»



Ребенок встает, расставив ноги, наклоняется и ставит руки на пол. «Медвежонок» ходит, переступая одновременно правой ногой и правой рукой, затем левой ногой и левой рукой. Нужно постараться. Чтобы ноги не сгибались в коленях при выполнении этого упражнения.

Вторым приполз крокодильчик, он тоже хотел получить подарок от Деда Мороз.



И.п.: лежа на животе, упираться согнутыми в локтях руками в пол. Поднять верхнюю часть туловища и ползти на одних руках. Не помогая при этом прямыми ножками – хвостиком (они должны просто волочиться).

А потом прибежал...шустрый жук! Он специально пробудился из спячки, чтобы увидеть своими глазами Деда Мороза, еще и подружку гусеничку позвал. Лапки у жука мерзли, поэтому он бегал очень быстро, то вперед, то назад, чтобы согреться.



И.п.: сидя на полу, руки поставить сзади. Ноги немного расставлены и согнуты. Ребенок поднимает таз над полом и, держа его на весу, начинает движение вперед, а затем назад на руках и ногах.

Только жук забежал под елочку, а вот уже и гусеничка приползла. Торопится, спешит.



И.п.: сидя на полу, немного согнуть колени, руками упираться сзади в пол. Поднять туловище и перенести его к пяткам. После чего одновременно переставить руки и ноги в исходное положение. Так и продвигаться, как гусеница вперед.

Последним, пятым, прискакал зайчонок. Стал он прыгать то на одной лапке, то на другой, чтобы согреться. Но что-то долго нет Деда Мороза...



И.п.: стоя на левой ноге, правую ногу отвести назад и держаться за нее правой рукой. Прыгать на левой ноге. Затем поменять положение – левой рукой держаться за левую ногу, а прыгать на правой.

Решили звери, чтобы веселее и теплее было ждать, поиграть пока в мячик. Стук-стук, вот как они играли!



Ребенок садится на корточки, обхватив руками колени, и начинает подпрыгивать на носках. Мама в это время стоит рядом и держит руку на макушке ребенка, имитируя игру в мяч.

А в это время Дед Мороз шел через сугробы по лесу. Вот один сугроб перелез, потом второй, а потом третий, самый высокий. Наконец добрался он до зверят. Подарил им всем подарки и спел вместе с ними новогоднюю песенку».



Мама держит обруч над полом (сначала на высоте 10 см). Ребенок пролезает внутрь обруча, не держась за него руками. Затем мама постепенно поднимает обруч выше и выше.

Уважаемые родители! Надеюсь, что данный игровой материал поможет вам весело и с пользой провести **ВМЕСТЕ** с детьми время!

Материал подготовила инструктор по физической культуре Наталья Петровна Фролкина.