

ВОЛШЕБНАЯ ЛЕНТА

Ребенок двух-трех лет знакомится с окружающим миром, уже крепко стоя на ножках. Малыш с удовольствием бегает и прыгает, но... не любит делать зарядку. Не беда! Предложите ребенку сделать упражнения с лентой.

Лента – яркий атрибут декора. Ею традиционно перевязывают одеяльце с новорожденным: мальчику - голубую, девочке - розовую. Разноцветные ленты вплетают в девчачьи косички, украшают одежду, подарки. Легкие, яркие ленты ассоциируются с праздником, детством. А еще лента – прекрасный материал для подвижных игр.

Используя ленту, можно придумать много веселых развивающих игр. Например, изобразить различные фигуры, буква, цифры, которые затем ребенок обведет пальчиком. Прокатить по ленте мяч, пройти по ней, не теряя равновесия. Проложить ленточную дорогу с поворотами и провезти по ней машинку, а заодно объяснить ребенку понятия «право» и «лево». Сравнить несколько лент по цвету, фактуре, длине, ширине, посчитать их количество. А еще – завязать и развязать бантики, смотать и размотать ленту, привязать к ней игрушку и затем притянуть к себе – все это развивает мелкую моторику, вкус к творчеству.

Игра – лучший способ побудить малыша к двигательной активности. А чтобы приятное сочеталось с полезным, не забывайте чередовать разнообразные движения, а также устраивать минутки отдыха. Что может быть интереснее, чем придумать свою игру, в которой мама и малыш время от времени меняются ролями! Веселой физкультуры!

По извилистой дорожке



Разложите на полу ленту длиной 5-6 м в виде извилистой тропинки – это будет дорожка. По ней малыш должен пройти не спеша и стараясь наступать только на ленту. При необходимости подержите его за руку. На другом конце дорожки посадите игрушку и предложите малышу пойти погладить мишку или покормить птичку.

Мини – волейбол

Поиграем вместе с малышом. Между двумя стульями натяните ленту на высоте около метра от пола и перебрасывайте друг другу мяч.



Играем в классики

Длинную ленту выложите на полу в виде классиков. При этом в каждое образовавшееся окошко положите цифру, нарисованную на бумаге или взятую из готового набора. Прыгайте по клеткам и знакомьтесь с цифрами.





Я люблю свою лошадку

Ленты приложите к груди малыша, а концы пропустите под мышками – получатся вожжи. Ребенок бежит, стараясь высоко поднимать колени, как лошадка, не забывая при этом кричать: «Иго-го!» Предложите вашей «лошадке» выполнять команды: «вперед», «стоять», «на кухню», «в комнату». Познакомьтесь с поворотами: налево, направо.

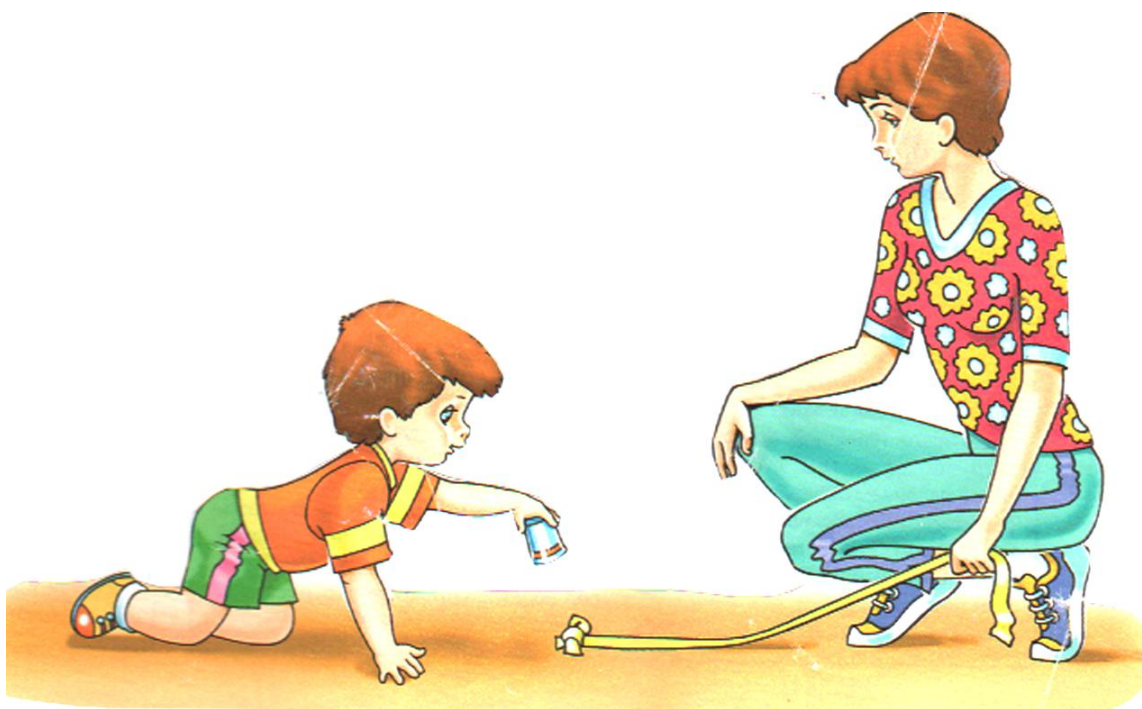
По мосточку узкому

Кусок синей ткани на полу – это речка, а лента сверху – мостик. Объясните малышу, что нужно пройти по мосту, не замочив ножки. На другом берегу можно погулять и собрать цветы в виде разбросанных по полу разноцветных лоскутков. Усложните упражнение, предложив пройти на носочках, приставным шагом или пробежать.



Ловись рыбка!

Мама медленно тянет ленту на себя, а малыш ползет за ней на четвереньках, стараясь поймать. Еще интереснее – привязать к концу ленты маленький кусочек бумаги и дать в руки ребенку пластиковый стаканчик. Скажите ему, кошка-стаканчик будет ловить мышку-бумагу, накрывая ее стаканчиком.



ИГРАЙТЕ С УДОВОЛЬСТВИЕМ!

Инструктор по ФК Н.П.Фролкина