**СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ И ПОДВИЖНЫХ ИГР**

**(2-3 года).**

В начале года с небольшими усложнениями даются некото­рые игровые упражнения, предусмотренные для, детей второго года жизни: «Бегите ко мне», «Догоните меня», и др.

**1.Пройди по дорожке (тропинке).**

***Задачи: Упражнять в ходьбе по ограниченной площади, развивать чувство равновесия, ловкость, глазомер.***

***Описание упражнения:*** Взрослый проводит на по­лу две параллельные линии (или кладет две веревки) длиной 2,5—3 *м* на расстоянии 25—30 *см* и говорит ребенку, что это до­рожка, по ней он пойдет гулять. Ребенок идет, стараясь не наступать на линии или веревки. Также возвращается обратно. Идти нужно осторожно. Это упражнение хорошо проводить на улице. Осенью можно направить дорож­ку к дереву и предложить детям пройти по ней и принести листья, желуди, семена клена, что оживит игру. Если игровое упражнение проводится в помещении, можно в конце дорожки разместить флажки, игрушки и дать задание принести их.

**2.Кто тише.**

***Задачи. Упражнять в ходьбе на носках в указанном на­правлении.***

***Описание игры:*** Ребенок идет с взрослым. Неожиданно он говорит: «Ну, а теперь посмотрим, кто из нас умеет ходить тихо-тихо, на носочках» — и показывает. Ребенок идет за взрослым. Незаметно он отходит в. сторону и гово­рит: «А теперь бегом ко мне». Ребенок бежит, взрослый хвалит, обнимает. Можно дать зада­ние идти -тихо к мишке или зайке, которые сидят на стульчиках и по сигналу бегом ребенок должен вернуться назад.

Некоторые дети 2—3 лет при ходьбе на носках неестествен­но держат голову, втягивая ее в плечи. Им кажется, что они в этом случае тише идут. Надо следить за этим, указывая детям на ошибки, и исправлять их. Ходьба на носках укрепляет свод стопы. Однако не следует утомлять детей чрезмерно длитель­ным выполнением этого упражнения. Игра повторяется 3—4 раза.

В возрасте 2-3 года в занятие вводятся подвижные игры. В них лучше играть со сверстниками. Сюжет игры простой. Игры с текстом.

**3.Жуки.**

***Задачи. Учить бегать врассыпную, по сигналу менять дви­жение, быть внимательными.***

***Описание игры.*** Игра проводится под бубен, музыкальное сопровождение. По сигналу «жуки «полетели», (исполня­ется музыка для бега или взрослый легко, ритмично ударяет в бубен) ребенок бегает по всей комнате или площадке. По сигналу «жуки упали» меняется ритм ударов (можно просто трясти бубен) или изменяется музыка -ребенок ложится на спи­ну, делает свободные движения рук и ног — жуки барахтаются. По сигналу «жуки полетели» ребенок встает. Игра повторяется. Когда игра будет усвоена детьми, смена движений происходит в соответствии с характером музыкального сопровождения или с изменением ритма ударов в бубен.

**4.Целься вернее**

***Задачи. Упражнять детей в бросании в горизонтальную цель, развивать глазомер, ловкость и координацию движений.***

***Описание упражнения.*** Ребенок держит ма­ленький мяч или мешочек с песком. В центре круга, на расстоя­нии 1—1,5 *м* от ребенка стоит ящик (большая корзина или сет­ка). По сигналу взрослого ребенок бросает предмет в ящик од­ной рукой от плеча, снизу. Затем идет к ящику, бе­рет один предмет, возвращается на свое место и повторяет бро­сок. Бросают правой и левой рукой.

**5.Обезьяны**

***Задачи. Развивать у детей навык лазанья и ориентировку в пространстве, воспитывать смелость.***

***Описание упражнения.*** Ребенок сидит или стоит непода­леку от лесенки-стремянки (или гимнастической стенки). Взрослый говорит, что сегодня он будет учиться лазать, как обезьянка, и предлагает ребенку забраться по лесенке на несколько (4—5) ступенек и спуститься.

Лазать можно любым способом: приставным и переменным шагом. Не следует от малыша требовать четкого разграничения способа лазанья. Надо лишь следить, чтобы он вовремя лазанья не пропускал реек, опирался на рейку всей стопой, а не ко­леном, нельзя виснуть на руках без опоры на ноги.

**6. «Салют»**

***Задачи. Развивать умение сохранять во время ходьбы и бега необходимое направление и изменять его в зависимости от сложившейся ситуации, приучать детей бегать в разных направ­лениях, не задевать друг друга, ловить мяч, развивать внимание и выдержку.***

***Описание игры.*** Взрослый показывает ребенку корзину с мячами и предлагает встать рядом с ним. «Салют!» — говорит воспита­тель и выбрасывает мячи (мячи для сухого бассейна)) из корзины вверх, стараясь, чтобы они покатились в разные, стороны как можно дальше. Ребенок бежит за мячами, берет их, несет воспитателю и кладет в корзину. Игра повторяется.

В игре можно использовать разноцветные деревянные или пластмассовые шары, тогда их надо выбрасывать ближе к полу, чтобы не было травм. Сложив их в корзину, взрослый приглашает детей посмотреть, какие красивые шары, называет, какого они цвета. Затем высыпает их со словами: «Вот как покатились шарики. Догоните их и положите в корзину». Взрослый сле­дит, чтобы, ребенок бегал по всей площад­ке, стараясь догнать один шарик.