**Игры и упражнения на развитие крупной моторики детей от ноля до года.**

**Для детей от 0 до 3 месяцев.**

**Упражнение «Держание на руках»**

Малыш находится вертикально на руках у взрослого. Возьмите малыша на руки так, чтобы он смотрел через ваше плечо. Пусть другой взрослый привлечет внимание малыша к яркой игрушке, показывая и пряча ее.

**Упражнение «С опорой на предплечья»**

В целях выработки опоры на локти под грудь малыша подложите валик; обхватив своими руками плечи малыша, надавите на пояс верхних конечностей по одной линии с плечом малыша. При постоянном повторении этого упражнения у ребенка выработается опора на локти в положении «лежа на животе».

**Игра «Мамин пальчик**»

Активация хватательного рефлекса.

погладьте ручки малыша, добиваясь разведения его пальчиков. Вложите свои большие пальцы в ладошки малыша, стимулируя хватательный рефлекс. Малышу будет веселее, если вы споете ему песенку, выполняя это упражнение:

Гуля, гуля-голубок,

Гуля сизенький, Сизокрыленький,

**Для детей от 3до 6 месяцев.**

**Упражнение «С опорой на кисти рук»**

Тренировка опоры на кисти рук.

Если малыш умеет хорошо лежать, опираясь на предплечья рук и высоко подняв голову, его учат опираться на ладони выпрямленных рук. Положите малыша на живот, зафиксируйте его ручки в области локтевых суставов, полностью загибая их. Вначале малыша удерживают в таком положении, и затем, контроль рук уменьшают.

У детей с преимущественным поражением одной руки, тренируют опору на ладошку более слабой руки.

**Игра «Чики-чики-чикалочки»**

Положите малыша вдоль надувного бревна. Поддерживая ребенка, покачивайте его со стороны в сторону, побуждая переносить вес тела с одной стороны на другую. Играя, читайте стишок:

*Чики-чики-чикалочки*

*Едет Ваня на палочке,*

*А Дуня в тележке*

*Щелкает орешки.*

**Упражнение «Поворот за игрушкой».**

Тренировка поворотов.

Привлеките внимание малыша, лежащего на животике, к погремушке или звучащим бубенцам.

При необходимости, помогите ребенку приподнять голову и увидеть звучащую игрушку, отведя его плечо назад и вверх. После этого медленно заводите звучащую игрушку за спину малыша, побуждая его повернуться на бок, и затем на спину, следя за игрушкой. В конце игры обязательно дайте погремушку или бубенцы в руки, чтобы он мог с ними поиграть. Тренируйте повороты малыша через обе стороны.

**Для детей от 6 до 9 месяцев.**

**Упражнение «Равновесие»**

Тренировка умения сохранять равновесие сидя.

Сядьте на пол, посадите малыша к себе лицом на колени. Медленно покачивайте малыша из стороны в сторону, побуждая его сохранять равновесие сидя.

*Ехали мы, ехали*

*В город за орехами*

*По кочкам, по кочкам*

*Да в ямку бух*

**Упражнение «Прыг - скок»**

Развиваем упор ног.

Положите большой мяч в ноги малышу. Согните его ножки и потолкайте мяч, приговаривая: «Прыг - скок, прыг - скок обвалился потолок!». Возьмите малыша за подмышки, попрыгайте с ним, помогая ему совершать движения, напоминающие подпрыгивание: «Прыг скок, прыг скок обвалился потолок!». Не забывайте радоваться вместе с малышом.

**Игра с препятствием**

Стимулирование ползания. Приготовьте поролоновую подушку и игрушечного зайчика на резинке. Привлеките внимание ребенка к зайчику, покажите как он «скачет и прячется», а затем вновь «появляется и скачет». Создайте для малыша специальное возвышение (положите поролоновую подушку) па которое он должен вползти, для того чтобы достать зайчика. А затем сползти вслед за зайчиком.

**Упражнение «Садимся»**

Учим самостоятельно садиться и ложиться.

**Для детей от 9 до 12 месяцев.**

***Игра «По крутым горам»***

Учим входить на горку или лесенку, держась за перила. Покажите малышу колокольчик, положите его на 5-6 ступеньку лесенки, горки.

Рассказывая стишок, побуждайте малыша подниматься по лесенке вверх.

*Шел баран*

*По крутым горам*

*Вырвал травку,*

*Положил на лавку!*

Дойдя до колокольчика, позвоните.

***Игра «Догони мяч Кроха».***

Учить отталкивать мяч, совершенствовать ползание, ходьбу, побуждать к самостоятельным действиям.

Взрослый показывает ребенку мяч среднего размера, затем отталкивает его и предлагает малышу догнать мяч. Ребенок ползает за мячом, догоняет его. Взрослый предлагает малышу самому толкнуть мяч.

***Игра «топ-топ»***

Учить ходить. Побуждать к самостоятельным действиям. Взрослый берет ребенка под мышки, если он еще не умеет самостоятельно переступать и ведет, произнося слова.

*Уходи с дороги кот,*

*Наша Лизонька идет.*

*Топ-топ-топ-топ,*

*Наша Лизонька идет,*

*Ни за что не упадет*

*Топ-топ, топ-топ.*

Составитель Чумакова Е.И.