

Упражнения и игры следует выбирать в соответствии с силами и возможностями вашего ребёнка.

Игры можно проводить в свободное время как дома так на улице. При проведении игр следует обращать внимание, чтобы ребёнок не уставал, а значит и не терял интереса к ней. Такие игры-упражнения следует проводить с ребёнком как можно чаще: пусть понемногу, но систематически и последовательно. Чтобы были видны результаты, рекомендуется проводить упражнения не менее трёх раз в неделю.

Речь - такой вид деятельности, для которого необходима сформированность слуховых и зрительных функций, а также двигательных навыков. Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь. Взаимосвязь общей и речевой моторики изучена и подтверждена исследованиями многих крупнейших ученых. Когда ребенок овладевает двигательными умениями и навыками, развивается координация движений. Формирование движений происходит при участии речи. Точное, динамичное выполнение упражнений для ног, туловища, рук, головы подготавливает совершенствование движений артикулярных органов: губ, языка, нижней челюсти и т.д.



630107, г. Новосибирск,
ул. Связистов, 115
т. 356-69-56
ds_481@edu54.ru

МБДОУ детский сад № 481
«Колобок»

Упражнения
на координацию
движений, влияющие на



Составила
Караван Светлана
Владимировна
учитель-логопед



Новосибирск 2026

Для развития координации движений можно использовать ряд упражнений и игр (на выбор).

1. Ходьба или бег по

прямой линии (начерченной мелом на асфальте, по верёвке, по дорожке, выложенной из кубиков, катушек, пуговиц), по кривой, по кругу, зигзагообразно.



2. Бег при тех же условиях, только с вытянутыми вперёд или разведёнными в стороны руками.

3. 1-е и 2-е упражнения выполняются с ношей на голове: картон, лёгкая коробка (сначала большая, постепенно её объём уменьшается), книга, тетрадь, кубик, пластмассовая посуда и т.д.

4. Ходьба и бег с эмалированной (пластмассовой) кружкой, тарелкой в которой находится мячик (шарик, яблоко и

т.д.). Содержимое посуды ребёнок должен донести до цели, находящейся на удалении 5, 6, 7 и т.д. шагов.



Летом на даче, в деревне, во дворе можно, наполнив небольшую миску или кружку водой, дать задание донести до указанного места, не разлив



5. Прыжки:

а.) на месте на одной ноге (левой, правой; правой, левой), на обеих ногах вместе.

б.) на расстояние, обозначенное ориентирами (кубик, мячик, булава), затем в высоту на 5, 10, 20 см., увеличивая её в зависимости от возможностей ребёнка. Натянутая верёвка, лента не должны быть закреплены, чтобы не вызвать у ребёнка травму;



в.) через раскручиваемую за один конец верёвку, ленту, тесьму (к другому концу верёвки привязывается мешочек, набитый песком, поролоном или мелкими лоскутками);

г.) игра в «классы» (во дворе, на площадке).
6. Игры, развивающие координацию движений, память и внимание, нужно чередовать, чтобы ребёнок не устал от однообразия:



а.) игры с мячом: ударить мячом об пол перед собой и поймать его; ударить мячом об пол перед собой и поймать его; ударить мячом об пол и, хлопнув в ладоши перед собой, успеть его поймать; ударить мячом об пол, хлопая в ладони за спиной, над головой; перекидывать мяч партнёру; перекидывать мяч из одной руки в другую; бросать мяч в стену и ловить его сначала двумя руками, потом поочередно то левой, то правой; ударить мячом в стену и поймать его после того, как он стукнется об пол и т.д.;

б.) строительство летом домиков и заборов из кубиков, из влажного песка, веток; зимой – лепка из снега



крепости, снеговика. Деревянные конструкции изготавливают из бросового материала, можно использовать и природный материал



– пеньки, ветки деревьев, ракушки и т.д.

7. Игры на отгадывание действий бытового характера, например: «Отгадай, что делают?».

Родители имитируют следующие движения: режут (мясо, хлеб); чистят (пальто, сапоги); копают (грядки, яму); просеивают (муку, крупу); моют (пол, посуду, лицо, руки); пилят (дрова, доски). Затем просят ребёнка: «А теперь ты покажи: как режут хлеб? Как перекручивают мясо? Как рвут или поливают цветы?» и т.д. (пусть ребёнок придумывает сам).