

Игрушки для физического развития - что это?

Как понятно из названия - это **игрушки** этой категории, в первую очередь, способствуют **физическому развитию малыша**. Это и атрибуты **активных подвижных игр**, и **спортивный инвентарь**, и всевозможные подручные материалы, направленные на физическое развитие малыша.

Кроме того, к игрушкам для физического развития могут быть отнесены большинство [динамических игрушек](#), и даже игрушки-тренажеры для сенсорного развития...

Какие игрушки можно отнести к игрушкам для физического развития для ребенка первого года жизни?

Подвески и растяжки

Их можно использовать уже по исполнению малышу 1.5 месяцев. Уже тогда случайное прикосновение ручек или ножек ребенка к погремушке-подвеске вызывает не просто зрительную и слуховую стимуляцию, но и способствует **развитию координации движений**. Позднее крохе будет интересно пытаться достать ручками висящую над ним игрушку, потрогать ее, попытаться схватить.

Шары и мячи:

- **Надувные шары**

Надувные шарики малыш сможет отталкивать ручками или ножками уже после 3-4 месяца.

- **Небольшой мячик**

Небольшие округлые мячи помогут ребенку научиться захватывать и удерживать предмет. Это может быть лоскутный или вязанный из хлопка мячик с колокольчиком внутри, а также мячики из любого другого материала. Хорошо, если их будет несколько – разных цветов, фактур, и даже веса.

После 6-го месяца жизни младенца мячи станут необходимы в качестве стимуляторов, вызывающих ползание.

- **Деревянные звучащие мячи-неваляшки**

Они обычно бывают со смещенным центром тяжести. Такой мяч катается полукругом, сначала отдаляясь, а потом возвращаясь к ребенку. Неожиданные траектории движения и привлекательный звук обязательно вызовут, в том числе и физическую активность малыша, побуждая его к движению.

- **Резиновый, надувной, массажный мячи, фитбол**

Ближе к году для других спортивных игр (перекатывания, бросания, подбрасывания) Вашему крохе пригодятся: небольшой резиновый мячик, надувной мяч. Полезно будет приобрести и массажный мячик-ежик, кроме массажного эффекта – его и проще всего захватывать. Также, для гимнастических занятий на мяче, можно приобрести фитбол.

Звучащие цилиндры для перекачивания

Эти игрушки состоят из цилиндра, через стенки которого отчетливо видно шарик или бубенчик внутри него. Такие цилиндры бывают как деревянные реечные, так и прозрачные надувные или пластмассовые.

Польза такого цилиндра для физического развития ребенка в том, **что он будет с увлечением катать его и стараться ползти за ним**. Кроме того, он развивает и **наглядно-действенное мышление ребенка** – его **локомоторику, координацию движений**. Ведь наблюдая за интересным крутящимся предметом и прислушиваясь к его мелодичному звону, кроха сможет соотнести все это с собственной активностью, с движениями своих рук или ног.

Электронные игрушки «А ну ка, догони!»

Современная индустрия преподнесла нам и специальные движущиеся игрушки для ползающих младенцев, которые могут самостоятельно «убегать» от крохи, реагируя на прикосновения его рук. «Отбежав» на некоторое расстояние – умная игрушка ждет, пока малыш подползет и снова заденет ее, после этого она снова «убегает».

Эти игрушки довольно занимательны, но они не могут полноценно заменить традиционные мячи и цилиндры, ведь мячи и цилиндры ребенок катает сам, осознавая при этом физику механического движения. Поэтому наш совет: используйте игрушки "а ну ка, догони" - только как дополнительный материал, для побуждения к ползанию Вашего ребенка.

Игрушки – каталки

- В качестве первой игрушки-каталки, помогающей малышу впервые встать на ножки, можно использовать **устойчивую тележку**. Она даст чувство уверенности и опору – так необходимую малышу при первых шагах.
- Можно также в игре использовать **каталки на веревочках**. Чтобы играть ими – малышу вовсе не обязательно уметь ходить, достаточно лежать на животе – и подтягивать каталку за веревочку к себе.
- **Каталки на палочках**. Такие каталки пригодятся, если Ваш кроха уже **научился ходить**. Они, как и другие представленные в этой статье игрушки, в первую очередь направлены на улучшение координации движений ребенка. Каталки на палочках будут даже интереснее для развития ходьбы, чем каталки на веревочке - в том плане, что ребенок, ведущий каталку впереди себя идет прямо, не оборачиваясь назад.

Турничок

На нем можно учить малыша подтягиваться за ручки. А также можно подвешивать различные игрушки, помогая малышу тянуться за ними. Хорошо, если есть возможность приобрести **спортивный комплекс**, состоящий из небольшой шведской стенки, горки, турничка.

Прыгунки помогут крохе укрепить ножки и поднять настроение.

Ходунки расширяют возможности ребенка, не умеющего ходить самостоятельно, они дают **большую степень свободы**, чем манеж, и при этом обеспечивают полную **безопасность от падений**. В некоторых случаях такие помощники могут быть очень полезны, но время проведенное в ходунках нужно строго дозировать, ведь на это время ребенок лишается возможности в самостоятельном хождении и исследовании окружающих предметов.

Не нужно надеяться - что выйдя из ходунков ребенок самостоятельно пойдет, проведя там много времени и привыкнув к безопасности ходьбы, натренировав ножки - он, оказавшись без поддержки - с первыми же шишками может отазиться от этого дела, вернувшись к ползанию.

Качель, игрушка-качалка

Для скорейшего **приобретения малышом чувства равновесия**, так необходимого в ходьбе, можно использовать **качель**, подвешенную в дверном проеме, а также классическую **качалку-лошадку**, например. Конечно, при таких играх ребенка придется поддерживать, и не раскачивать слишком сильно – ведь он может испугаться. Кроме физических навыков в процессе качания кроха приобретет и отличное настроение.

Как правильно выбрать игрушки для физического развития?

Кроме основных требований к выбору игрушек при выборе образных игрушек необходимо учесть следующее:

- **Турнички, качели, прыгунки** должны быть прочными, с удобным, надежным креплением.
- **Каталка-тележка** должна быть четырехколесной, соответствовать росту и весу малыша.
- **Каталка на веревочке** должна быть устойчивой и легко без усилий передвигаться. Веревочка не должна быть слишком длинной, Желательно, чтобы на конце было привязано колечко или шарик, так малышу будет проще найти и взять веревочку.
- **Каталка на палочке** должна соответствовать росту ребенка. Палочка должна заканчиваться удобной ручкой, чтобы ребенку было проще ее удерживать. Такая каталка не должна быть слишком крупной и тяжелой. Важное качество — легкость передвижения и устойчивость.
- **Мячи** должны быть изготовлены из качественных материалов, без запаха, не токсичные, прочные.

Какие игрушки способствуют физическому развитию ребенка от 1-3 лет?

Все игрушки и материалы, которые в той или иной степени влияют на физическое развитие ребенка, относятся к игрушкам для физического развития. Это все атрибуты, необходимые для подвижных игр: различный спортивный инвентарь, какие-либо подручные материалы. К такого типа играм можно отнести и некоторые из

игрушек-тренажеров, предназначенных для сенсорного развития, наборы для игр с правилами, такие как широко известный «Твистер».

Рекомендации относительно выбора игрушек для физического развития для детей разного возраста:

1+ Годовалым детям в качестве игрушек для физического развития, в частности для развития координации движений, общей моторики, можно предложить **игрушки-каталки**. Первые каталки могут быть в виде тележки или какого-то персонажа на палке, предназначенные для того, чтобы малыш толкал их перед собой. Для ребенка постарше предлагается уже каталка, которая будет катиться сзади, на веревочке.

Незаменимы в плане игр для физического развития и разнообразные **мячики**, причем каждый мячик может служить своей цели:

- **текстильные мячи** хороши для их перекатывания;
- **надувные** подойдут для подбрасывания и отбивания;
- **пластиковые или деревянные** – для закатывания в воротца или для скатывания с горок;
- для игр на улице – **резиновые мячи**.

Развивать мелкую моторику, координацию глаз и рук помогает большое количество игрушек, среди них можно выделить **кугельбаны**, предназначенные для скатывания колесиков или мячиков по разным конструкциям, и **динамические**, то есть движущиеся, **игрушки-потешки** (клюющие курочки, дергунчики и т. п.)

Натренировать ловкость и силу пальчиков Вашего малыша помогут панели, в которых нужно забивать молоточком колышки или шарики (**игрушки стучалки**), и самые разные **шнуровки**.

Кегли и кольцоброс – игрушки, влияющие на тренировку рук. Следует помнить, что детали этих игрушек для малышей раннего возраста должны быть достаточно крупными, но при этом легкими, например пластмассовыми.

2+ Двухлетнему малышу понравится **лошадка-качалка**. Она не только доставит ребенку массу положительных эмоций, но и поможет научиться держать равновесие и натренировать мышцы.

Традиционная **лошадка-скакалка на палочке** незаменима для активных игр. Современные варианты этой игрушки для дополнительного удобства оборудуются колесиками. Но самый простой вариант, без колес, можно изготовить даже самостоятельно, это не займет много времени и сил. Такая игрушка доставит удовольствие малышам от полутора лет.

2,5+ Для ребенка старше двух с половиной лет было бы хорошо оборудовать **специальный спортивный комплекс**. Вне зависимости от того, будет это готовый комплекс или изготовленный самостоятельно, нельзя забывать о главном

условии безопасности занятий спортом: уголок со спортивным комплексом нужно оборудовать пружинящим мягким матом. Особая прелесть спортивного комплекса в том, что он будет служить ребенку очень долго, ведь малыш не ограничится занятиями в раннем возрасте, он может использовать его в играх и в возрасте более солидном. Своего рода заменой полноценному спортивному комплексу при невозможности его установить может стать временная полоса препятствий. Она может состоять, например, из складного туннеля и небольшой скамейки. Как правило, детям нравятся серии упражнений, которые выполняются последовательно, Можно и изобретать на ходу дополнительные сооружения, материалы для таких занятий. В дело пойдет все: и кубики, и веревочки, и мешочки с различными наполнителями.