

Подвижные игры для дошколят дома

Детки – это маленькие непоседы. Они с удовольствием резвятся всегда и везде. А в сложившейся ситуации у родителей стоит не простая задача, чем занять ребеночка дома, какие игры ему предложить, чтобы это было максимально просто и полезно!

Существует крылатая фраза: «Вся наша жизнь – игра».

Вообще-то она о взрослых, но именно о детях можно сказать, что они живут играя. Если на улице еще холодно и дует ветер, им ничего не мешает замечательно пошалить и выплеснуть энергию в стенах любимого дома. А родители в этом помогут!

«Шустрое перышко» (если нет перышка, можно взять маленький пакет – он будет облачко, кусочек ваты тоже прекрасно подойдет).

Поделите комнату на две части: одна половина Ваша, другая – ребенка. Возьмите перышко и вместе начинайте дуть, стараясь, чтоб оно не упало на пол. Задача малютки – выдуть перышко на мамину половину комнаты, а мамы – на половину крохи. На чьей стороне оно упадет, тот и проиграл.



«Мы с папой - футболисты»

Выстройте зайчиков, мишек и других зверушек в две параллельные линии: одна – для папы, другая – для малютки. Толкайте мячики ногами, обходя каждую игрушку. Победит тот, кто первым пройдет всю линейку.



«Догонялки»

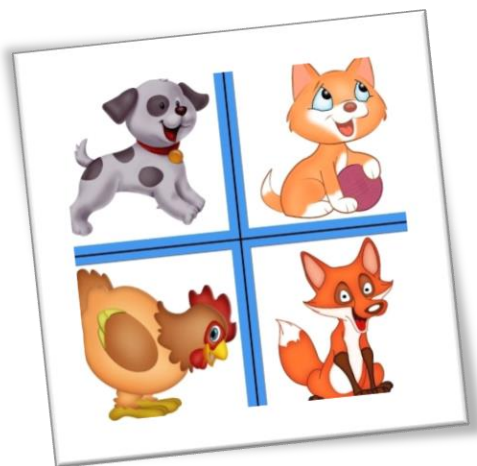
Поиграйте в автодогонялки. Задача каждого игрока состоит в том, чтобы его механический «конь» быстрее пересек всю комнату и приехал первым к противоположной стене. Одновременно с крохой разгоняйте машинки – и за ними вслед. Автомобиль остановился? Повторите гонку!



Играем всей семьей. Для малыша настоящий праздник, если родители решили порезвиться вместе с ним. Делайте это как можно чаще. Ведь так замечательно, когда собирается вся семья. Идей для забав – масса! А мы предлагаем самые интересные!

«Прятки»

Одна из самых любимых игр детей любого возраста. Можно просто прятаться и по очереди искать друг друга или играть в жмурки. Папа будет котом. С завязанными глазами он поймает мышек (маму и маленького карапуза).



«Папочка из страны зверушек»

Как ни странно, но папы очень любят корчить рожицы и подражать разным животным. Не верите? Представьте, что вы все попали в страну, где живут лишь маленькие обитатели леса. У папы в этой игре самая главная роль! Пусть он показывает карапузу, как ведут себя различные звери и птички. Малыш парит на руках у папы – так делает ласточка. Папа опустился на колени и накрыл малютку, как зонтик? Он – оберегающий своего детеныша медведь. Кроха катается на папиной спине? Папа – лошадка. Мама, подключилась. Изображает обезьянку, безумно любящую своего шалунишку.

«Попрыгунчики»

Помните, как во дворе и в школе на переменках мы играли в резиночку? Научите и своего кроху этой замечательной игре. Держите с папой ногами резинку сначала на самом низком уровне. Малыш не сможет сразу выполнять сложные прыжки, но простые перешагивания и перепрыгивания ему вполне под силу. Попрыгунчик устал? Пришло время и родителям продемонстрировать свое мастерство!





«Волшебная дорожка»
Приготовьте несколько небольших ковриков или просто вырежьте из бумаги различные картинки. Девочкам будет интересно «порхать», как бабочки, с ромашки на ромашку, мальчикам – «перелетать» с планеты на планету. Разложите изображения по комнате на небольшом расстоянии друг от друга. Пусть малыши перепрыгивают с одного на другой! Раскладывайте ромашки и планеты каждый раз по-новому.

«Пузыри».

Все детки любят играть с пузырями. Позвольте малышам просто порезвиться, хватая мыльные шарики. Можно выдувать маленькие – кто какой поймает? Или постарайтесь сделать один большой пузырь. Кто быстрее достанет?



С Уважением,
Ваш инструктор по физической культуре
Сгадова Ю.С.

