



Подвижные игры дома



1. Воздушные ворота. Игра на развитие меткости.

- ✓ на развороте газеты или ватмана вырезаем круги разного диаметра,
- ✓ над кругами можно написать количество очков,
- ✓ зафиксируйте газету/ватман в дверном проёме,
- ✓ сложите из бумаги самолёт,
- ✓ целимся и пускаем самолётик сквозь вырезанные круги.

2. Слушай хлопки. Игра на развитие слухового внимания и быстроту реакций.

- ✓ Участники игры выбирают ведущего считалочкой.

Например:

«Раз, два, три, четыре, пять

Мы собрались поиграть.

К нам сорока прилетела

И тебе водить велела.»

- ✓ Ведущий включает весёлую музыку,
- ✓ все игроки спокойно передвигаются по комнате.
- ✓ когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, все игроки принимают позу цапли (стоят на одной ноге, руки в стороны).
- ✓ При двух хлопках игроки принимают позу собачки (поза сидящей собаки).
- ✓ На три хлопка - поза кошки (встать на четвереньки и прогнуть спинку, подбородок вверх)

3. Чередуй движения. Игра на развитие двигательных способностей, внимательности и быстроты реакций. Взрослый ведёт игру и вместе с ребёнком выполняет команды:

- ✓ дерево, расти (стоять на месте, руки поднять вверх ладошками к потолку и потянуться, поднимаясь на носочки)
- ✓ птичка, улетай (бежать по кругу с вытянутыми в стороны руками)
- ✓ зайчик, убегай (прыгать по кругу)
- ✓ уж, спрячься (ползти на животе, извиваясь)
- ✓ мама, догони!

4. Кто пришёл? Игра развивает слуховое внимание и воспитывает элементы этики.

- ✓ стороим домик рядом с дверью, чтобы в неё можно было постучать.
- ✓ хозяин (ребёнок) должен узнать какой гость к нему пришёл:
 - зайчик тихонько стучит мягкой лапкой,
 - мишка-громко кулаком,
 - петушок-скребёт когтями,
 - лиса-легко постукивает пальчиками и тд
- ✓ Хозяин должен быть гостеприимным и встречать каждого гостя по-разному:
 - лису-здравствуй, кумушка/лисичка-сестричка и тд.
 - зайца-привет, попрыгайчик,
 - мишку-проходи, Потапыч
 - петуха-рад видеть тебя Золотой Гребешок и тд.



5. Игрушечный телефон. Для его изготовления нужны:

- ✓ два одноразовых стаканчика
- ✓ катушка ниток
- ✓ спички

Сначала берём один стаканчик и снизу пропускаем через середину его дна иголку с ниткой.

На конце нитки привязываем спичку.

Далее, разматываем нитку и на другой её конец точно так же прикрепляем второй стаканчик.

Теперь натягиваем нитку и говорим.

6. Щиплем перья. Одной команде цепляют за одежду бельевые прищепки. Их задача -ловить остальных игроков, цепляя им свои прищепки. Побеждает тот, кто первым освободится от «перьев».

7. Найди игрушку. Игра развивает пространственное ориентирование.

- ✓ взрослые прячут игрушку,
- ✓ рисуют подсказки, по которым можно найти игрушку,
- ✓ пройдя весь квест, дети найдут свой клад.

8. Игра с прищепками. Игра развивает моторику, хватательные навыки. Суть игры: собрать предметы с пола прищепками. Можно играть на скорость, кто быстрее, можно ещё при этом сортировать предметы по общему признаку и складывать их в разные места.

9. Попади в цель.

- ✓ из большой бутылки/канистры вырезаем серединку,
- ✓ участники игры должны попасть в цель



10. Бег с «яйцом». Игра на развитие координации.

- ✓ Шарик от пинг-понга кладём на чайную ложку,
- ✓ бегаем по всей квартире, стараясь удержать шарик на ложке.

11. Играем в разбойников. Игра на развитие внимания.

- ✓ Прячем в комнате несколько предметов.
- ✓ Вернувшись в комнату игроки должны отыскать пропажу.

12. Кто дальше дунет. Дуем на пробки от бутылок так, чтобы они отлетели как можно дальше.

13. Веселые наклейки. Игра на повторение частей тела и предлогов «над», «под».

- ✓ возьмите набор наклеек
 - ✓ составьте список наклеек, чтобы вы могли их распознать
 - ✓ нарисуйте на листе бумаги два силуэта ребёнка: спереди и сзади
 - ✓ наклейте на ребёнка наклейки
 - ✓ прочитайте название наклейки из списка
 - ✓ ребёнок ищет названную наклейку на своём теле
 - ✓ найденную наклейку можно приклеить в список.
14. Паук в паутине. Игра развивает координацию.
- ✓ возьмите моток цветной пряжи и прикрепите скотчем конец к мебели
 - ✓ разворачивайте моток, двигаясь по комнате, и местами прикрепляйте пряжу скотчем к мебели. Не делайте паутину слишком высоко
 - ✓ конец пряжи протяните за пределы комнаты, чтобы заинтересовать ребёнка
 - ✓ предложите ребёнку взять конец нити и идти по ней
 - ✓ к нитке можно привязать маленькие игрушки