

ГАОУ Школа «ШИК 16»

#ИГРЫ_ДОМА

ИГРЫ ДОМА С
ДЕТЬМИ
ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА



Педагог-психолог БОРИСОВА Ю.Н.

Коллекция домашних игр:
«Игры на развитие ловкости и координации движений»

Итак, играем дома:

1. В наличии немного места
2. Мало игроков (можно играть вдвоем)
3. Не требуется много ресурсов и средств

«Мяч в корзинке»

Необходимый инвентарь: любая большая корзина или ведро, мяч средних размеров.

Начинать надо с простого: ребенок просто должен попасть мячом в корзинку. Постепенно взрослый отходит с корзиной назад на один, два, три шага, увеличивая расстояние между корзиной и ребенком.

Можно усложнить задание, вводя новые элементы упражнений. Например, попробовать забросить мяч не снизу, а сверху. Забросить мяч одной рукой. Сначала подбросить мяч вверх, поймать его и только затем бросить его в корзину и т.д.



«Мостик»

Необходимый инвентарь: небольшие коврики-пазлы (можно использовать листы бумаги или газеты, но учитывайте их скольжение), скакалка или ремень.

Коврики раскладываются на полу на расстоянии метра друг от друга. Это островки посреди реки. А ребенок – это отважный путешественник. С помощью скакалки, которую он перекидывает с островка на островок, он прокладывает себе путь на другой берег.



«Острова»

Игра помогает разбить навыки прыгания, координации движений, концентрации внимания.

Необходимый инвентарь: небольшие коврики-пазлы (а можно обозначить шнурками или веревочками).

Разложите коврики на полу в разных местах на расстоянии 30 см друг от друга. Покажите, как нужно перепрыгивать с коврика на коврик. После того как ребенок выполнит задание, попробуйте разложить коврики квадратом, кругом, зигзагом и т. д.

Для усложнения задания можно просить ребенка прыгать на одной ноге, с прихлопами и т. д.



«ПОДПРЫГНИ ДО ЛАДОШКИ»

Взрослый протягивает руку над головой ребенка и предлагает ребенку дотянуться до своей ладони рукой, а затем подпрыгнуть повыше — так, чтобы дотянуться до ладони головой. Руку взрослый держит на небольшом расстоянии от головы ребенка. Можно предложить малышу подпрыгнуть и достать рукой игрушку или колокольчик, который взрослый держит.

«Пирамидка»

Необходимый инвентарь: кубики.

Число игроков – от 2 до 5. Игроки по очереди ставят кубики один на другой. Проигрывает тот, после кого пирамидка обвалилась.



«СЮРПРИЗ»

Необходимый инвентарь: моток шпагата, небольшой подарочек. Во время дневного сна ребенка вы можете приготовить для него игру-сюрприз.

Размотайте моток шпагата или лески по всей квартире, а на конце привяжите какой-нибудь сюрприз. Когда ребенок встанет, расскажите, что путеводная нить приведет его к сокровищу.



«Самый быстрый»

В ходе игры ребенок закрепляет навыки концентрации, внимания, организации, координации движения, научится правильно и быстро одеваться.

Можно устроить соревнование между ребенком и родителями.

Цель: правильно одеться за определенное время.

Учитывайте уровень развития ребенка, подбирая одежду с замками и пуговиц или без них.

А можно устроить соревнование с самим собой - при помощи секундомера фиксируете время. В другой раз ребенок пробует побить свой же рекорд (с теми же предметами одежды).

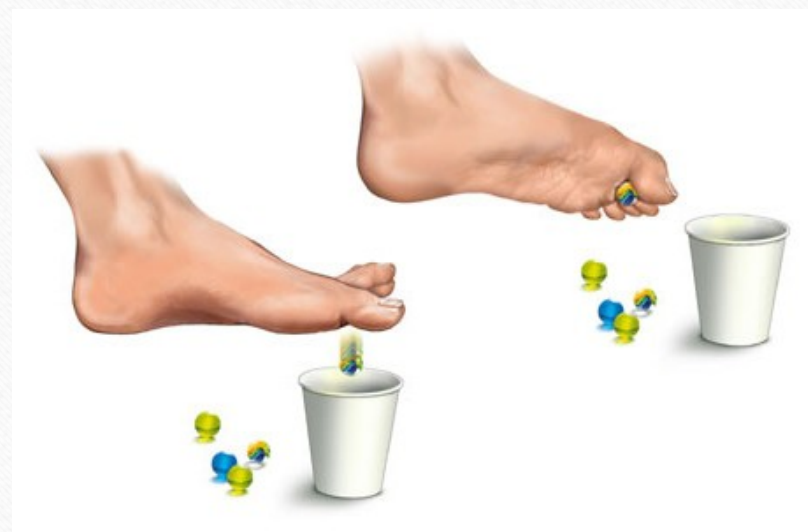


«Ловкая нога»

Для этой игры понадобится кое-какой инвентарь, а именно - 2 стула, 4 блюдца и 10 грецких орехов (можно заменить мелкими игрушками).

Участники игры разуваяются и садятся на стулья. Перед каждым стоит по блюдцу, а рядом лежат по 5 грецких орехов. По сигналу игроки должны пальцами правой ноги переложить все орехи с пола на блюдце. А потом пальцами левой ноги переложить орехи из блюдца на пол.

Кто сделает это первым – тот победил.



«Цапля или ласточка»

Включите музыку и танцуйте вместе с ребенком, когда музыка выключается, нужно замереть в той позе, в которой был, и лучше на одной ноге. Это веселая и простая игра, усложняйте ее, удлиняя время «замирания».

Цапля. Стойте на одной ноге, кто сможет дольше? А если цапля еще и поймать лягушку решила?

Ласточка. Стоя на одной ноге, вторую поднимите и вытяните назад, за корпус тела, руки в стороны, наклонитесь телом параллельно полу. Кто дольше сможет планировать как ласточка?



«Лимбо – танец – игра»

Заключается в проходе человека под заранее установленной планкой.

Научиться танцевать этот танец очень просто даже в домашних условиях. Можно использовать любую прямую палку или веревку, закрепленную горизонтально на определенной высоте. Под ритм играющей музыки нужно подойти к планке и отклониться назад, фактически танцуя в горизонтальном положении. Целью танца является не задеть планку и при этом не упасть на пол.

