

Спортивные игры для физического развития дошкольников в домашних условиях

учитель-логопед Винокурова Е.А.
педагог-психолог Ерина Е.Д.

Предлагаем вашему вниманию забавные игры, в которые можно играть дома. Инвентарь для этих игр нужен самый простой: он наверняка найдется в каждом доме.



1. «На арене цирка». Приклейте на полу малярный скотч или растяните длинную веревку и предложите ребенку представить, что это канат над ареной цирка. Малышу необходимо пройти по нему от одной стены до другой. Дайте ребенку в руки швабру или палку для равновесия. В последствии игру можно усложнять, располагая канат не прямо, а с изгибами, либо добавив препятствий на пути в виде книг, через которые необходимо перешагивать.

2. «Спортивный кубик» Склейте из плотной бумаги или картона кубик, на сторонах которого нарисуйте или наклейте картинки различных движений. Ребенок бросает кубик и повторяет то движение, которое ему выпало. Например: шагает на месте, наклоняется в стороны, приседает, прыгает. Поиграли со спортивным кубиком и зарядка готова!



3. «Футбол с шариком» Заменяем футбольный мяч воздушным шариком. В качестве ворот можно использовать стулья. А что, если без ног? Попробуйте перебрасывать шарик без рук, а с помощью выдуваемого воздуха. Тем самым еще и будем разрабатывать легкие свои и ребенка.

4. «Классики». Да, в эту замечательную игру можно играть даже без асфальта! Дома тоже можно соорудить поле для классиков. Можно склеить квадраты из цветного картона - их можно будет складывать и убирать, когда не используются. А с малышами в игре можно изучать цвета: «Прыгни на красный квадратик, а теперь на желтый».



5. «Сухая рыбалка». Нарежьте на небольшие кусочки губку для мытья посуды, можно даже в форме рыбок. Положите их на пол, в одном месте — это будет «пруд». На расстоянии нескольких метров поставьте ведро для улова рыбака. Задача ребенка зацепить из пруда рыбку с помощью пальцев ног и донести в ногах до своего «ведра». Можно даже устраивать семейное соревнование между рыбаками, кто больше наловит.



6. «Вышибалы». Если у вас в квартире или доме большой коридор без бьющихся предметов - отлично! Но и в комнате можно повеселиться, просто используйте вместо мяча скомканную в комок бумагу или газету. Так точно будет безопасно. Начнем! Попробуйте-ка попасть в малыша с расстояния в несколько метров. А ребенок будет стараться увернуться от мяча. Затем поменяйтесь ролями, теперь ребенок должен попасть в вас, уворачивайтесь!

