



## Поиграем в подвижные игры дома

### **1. Игра «Холодно – горячо; право – лево»**

Взрослый прячет условный предмет, а затем с помощью команд типа «шаг направо, два шага вперёд, три налево» ведёт ребёнка к цели, помогая ему словами «тепло», «горячо», «холодно».

### **2. Игра «Летает – не летает»**

Взрослый называет предметы. Если предмет летает – ребёнок поднимает руки. Если не летает – руки у ребёнка опущены.

### **3. Игра «Что слышно?»**

Взрослый предлагает ребёнку послушать и запомнить то, что происходит за дверью, за окном, на улице, затем просит рассказать, какие звуки он слышал. Можно предложить подсчитать услышанные звуки.

### **4. Игра «Кто первый»**

К спинке стула привязывают две ленточки. Одну оттягивают влево, другую вправо. Взрослый и ребёнок по сигналу начинают закручивать ленты, стараясь это сделать быстрее и сесть на стул. Побеждает тот, кто быстрее закрутит ленточку и сядет на стул.

### **5. Игра «Буратино»**

Как известно у Буратино был длинный нос, который ему очень мешал. Проводя эту игру, каждый может попробовать себя в этой роли. Для этого нужна коробка из – под спичек, которую все играющие передают, надевая на нос друг другу без помощи рук. В эту весёлую игру с удовольствием поиграют и взрослые, и дети.

### **6. Игра «Назови имя»**

Нужно назвать по просьбе взрослого женские и мужские имена. Имена не должны повторяться; тот, кто повторил, выходит из игры. Побеждает в этой игре тот, кто больше назовёт имён. У этой игры может быть много вариантов. Можно передавать друг другу, какой –нибудь предмет, и каждый, у кого окажется предмет, называет имя.

### **7. Игра «Пожалуйста»**

Задание: подними правую руку вверх, пожалуйста, левую тоже подними и присядь, пожалуйста. Похлопай в ладоши, пожалуйста, и т. д.

### **8. Игра «Какого цвета не стало?»**

Перед ребёнком разложены цветные карандаши, его просят внимательно посмотреть на них и запомнить цвета. Затем ребёнок закрывает глаза, взрослый, убрав один из предметов, просит ребёнка открыть глаза и сказать; карандаша какого цвета не стало.

### **9. Игра «Алёнушка и Иванушка»**

Играющие образуют круг, взявшись за руки. Выбираются Алёнушка и Иванушка, им завязывают глаза. Они находятся внутри круга. Иванушка должен поймать Алёнушку.

Чтобы это сделать, он может звать её: «Алёнушка». Алёнушка обязательно должна откликаться: «я здесь Иванушка».

Как только Иванушка поймал Алёнушку, их место занимают другие и игра начинается сначала.

### **10. «Черепашки»**

Участники игры соревнуются кто быстрее – до флажка «бег на четвереньках головой назад».

### **11. «Перенеси раненого»**

В полусогнутом положении на спине переносится мягкая игрушка (руки на поясе) добежать до «больницы».

### **12. Игра «Зеркало»**

Взрослый, стоя перед ребёнком, показывает различные упражнения. Ребёнок должен повторить верно (т.е. взрослый поднимает правую руку, ребёнок левую, т.к. изображение зеркальное).

### **13. Игра «Крокодил»**

Взрослый «крокодил» – вытягивает вперёд руки одна над другой, изображая зубастую пасть, ребёнок (с др. членами семьи) просовывают руки в «пасть». Крокодил с невозмутимым видом отвлекает играющих, поёт песни, притоптывает ногами, подпрыгивает и неожиданно смыкает руки – «пасть». Кто попался, становится крокодилом.

#### **14. Игра «Кенгуру»**

На пояс взрослого и ребёнка завязывают шарфик, образуя «сумку» кенгуру. В неё сажают детёныша – любимую мягкую игрушку. Произносят слова: «1, 2, 3 скачи». «Кенгуру» начинают прыгать к условному месту, стараясь при этом не выронить малыша. Руками придерживать нельзя. Побеждают самые быстрые и заботливые кенгуру.

#### **15. Детско-родительская игра «Мир наоборот»**

*Прыг-скок*

*Ой, смотрите, кто живёт*

*В мире всё наоборот?*

*Дети стали управлять,*

*Мам капризных утешать.*

*Если надоест нам чудо,*

*Скажем вместе:*

*«Прыг отсюда!»*

Услышав заклинание «Прыг-скок», дети начинают ухаживать за родителями, командовать, воспитывать, наказывать. А родители слушаются или капризничают... После заклинания «Прыг отсюда» мир вновь становится прежним, реальным, привычным.

*Принципы, на которых основан наш подбор игр, позволяют создать множество других подобных игр. Мы думаем, что, познакомившись с предлагаемыми нами играми и попробовать играть в них со своими малышами, сами мамы папы придумывают новые варианты игр, способствующие развитию других сторон, других способностей.*

