

МАДОУ «Детский сад комбинированного вида №1 г. Шебекино Белгородской области»

Консультация для родителей

«Подвижные игры дома»

Подготовила : Подлесная Т.В.
инструктор по физической культуре

2023г.

Если детали любимого конструктора уже давно сложены в виде космических кораблей и футуристических роботов, все пазлы нашли свое место, а картинки любимых книг изучены вдоль и поперек, это значит, что наступило время для активного отдыха.

Подвижные игры легко организовать не только на улице, но и в доме или квартире.

Предлагаем вашему вниманию , как можно весело провести время в кругу семьи, одновременно развивая ловкость, меткость, скорость реакции, да и просто направить неумную детскую энергию в мирное русло.

В поиске активных занятий для детей – одного или целой компании – всегда обращайте внимание на интересы и возраст. Малышам не стоит давать слишком сложные задания, а детям постарше вряд ли будут интересны примитивные игры.

Игры для детей 2-3 лет

Малыш в этом возрасте с удовольствием бегают, прыгает и выполняет простые задания. Он уже знает некоторых животных и природные явления, потому даже в подвижной игре можно использовать его небольшой опыт, сделав ее сюжетно-ролевой.

1. Дождик – солнышко

Подойдет как для группы детей, так и для одного ребенка. Договоритесь, где будет домик малыша – это может быть стульчик или обозначенное место на полу. Объясните, что по команде «Выглянуло солнышко!» из «домика» можно выйти, побегать и попрыгать. На словах «Кап-кап-кап, начинается дождик!» нужно быстро спрятаться в «домик».

2. Я тебя найду!

Старые добрые прятки – беспроигрышный вариант игры, если хочется побегать и повеселиться. Предложите ребенку спрятаться, если позволяет место, но не раскрывайте его укрытие сразу. Поищите подольше, намеренно приговаривая, что никак не можете найти. Можно стать на небольшой стульчик или табуретку, стараясь не замечать малыша, но активно пытаясь его отыскать. Обязательно сопровождайте свою находку эмоциональной репликой. Со временем предложите поменяться ролями – малыш тоже с удовольствием поищет вас.

3. Юный футболист

В футбол можно поиграть даже в квартире, но при условии, что мяч будет мягким, а возраст игрока юным. Роль ворот прекрасно выполнит табуретка или сооружение из конструктора. Покажите малышу, как нужно бить по воротам, а дальше вам останется лишь подавать мяч и считать количество забитых голов.

4. Собери урожай

Для игры понадобятся воздушные шары двух цветов. Они должны быть небольшими или слабо надутыми. Дайте шарикам название (в зависимости от цвета), к примеру, красные – это яблоки, желтые – груши или зеленые – огурцы, оранжевые – морковка. Разбросайте «овощи» или «фрукты» по всей комнате и разделите ее на две части, проложив по полу ленточку или веревку. Каждый будет собирать свой «урожай» на своей половине. Задача – сделать это быстрее соперника. Можно собирать шарики в ведро, коробку или большой пакет.

5. Поймай солнечного зайчика

Это самая простая игра с фонариком. Предложите ребенку «поймать зайчика» ручками на стене или полу, ножкой, двумя ножками, перепрыгнуть от одного зайчика к другому и т.д. Такая активность обычно очень нравится малышам и дает возможность подвигаться даже в ограниченном пространстве.

Для ребенка очень важно участие родителей и моменты, проведенные вместе. Если ваш малыш загрустил, ему стало скучно, не отправляйте его в очередной раз смотреть мультфильмы в одиночестве. Подвигайтесь вместе: танцуйте, прыгайте, бросайте мяч, играйте в догонялки. Пусть ребенок научится понимать, что реальный мир может быть куда интереснее виртуального, а живое общение и контакт с близким человеком очень важны.

Не забывайте, что дети растут очень быстро, и подростку вряд ли будет интересно бегать в догонялки или толкать перед собой воздушный шарик вместе с вами, если он никогда не делал этого раньше. Ловите момент, покажите ребенку, что увлечься игрой можно не только глядя в экран компьютера или планшета. Веселитесь вместе, но не забывайте позволять малышу поиграть и с друзьями. Включайте фантазию, и вы увидите, как малыш подхватит вашу идею и дополнит ее новыми яркими красками. Играйте и двигайтесь!