

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДОМА

Подвижные игры развивают как физическое здоровье ребенка, так и его интеллектуальные способности. Совместная игра - это очень полезный навык для формирования дружеских и доверительных отношений между ребенком и родителями.

Предлагаю Вам подборку игр, для совместного времяпрепровождения. Выберите подходящие игры для вашей семьи и играйте! Полученными навыками и эмоциями делитесь в группе WhatsApp нашего объединения.

1. Домашний боулинг

Можно играть одному или всей семьей. Берем мяч и 10 пластиковых бутылок, также подойдут кубики, бумажные или пластиковые стаканы. Правила просты: мяч, как шар в настоящем боулинге, нужно направить на выстроенные кегли - чем точнее бросок, тем больше «кеглей» упадет.

2. Канатоходец

По длинной веревке, расположенной на полу, ребенок должен пройти ровно, ни разу не сворачивая с пути и не оступаясь. «Канат» можно положить волнистой линией. При необходимости задание усложняем, в руках у канатоходца может быть зонтик, а на голове книга.

3. Мишень

Тренируем меткость детей в домашних условиях. Мишенью для игры может послужить пластиковая пятилитровая бутылка, в которой вырезано отверстие для мячей, корзинка или детское ведерко. Далее из фольги делаем мячики и пробуем попадать в мишень. Усложняем условия: целимся по очереди левой и правой руками. Можно устроить семейные соревнования:

кто забросит больше шариков в мишень за определенное время или одновременно после команды «Начали!».

4. «Ручеек»

На полу из двух скакалок или веревок делаем ручеек шириной полтора-два метра. Посередине раскладываем бумажные кружки - это камушки. Ребенку нужно перебраться с одного бережка на другой, наступая на островки и перепрыгивая камушки. Занятие тем не менее формирует у ребенка ловкость и равновесие.