Физическое развитие

11 мая — 15 мая 2020 года Подвижные игры дома:

несколько идей, как занять детей на карантине.

☆

 $\stackrel{\wedge}{\Rightarrow}$

☆

☆

☆ ☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆ ☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆

 $\stackrel{\wedge}{\Rightarrow}$

☆

☆

☆

☆ ☆

☆

☆

 $\stackrel{\wedge}{\Rightarrow}$

Одними мультиками тут не обойтись, ребенку нужно много двигаться — бегать, прыгать, играть в мяч. Чтобы направить неуемную детскую энергию в мирное русло, родителям нужно проявить фантазию и организовать им активные игры в домашних условиях.

Совместная игра — это очень полезный навык для формирования дружеских и доверительных отношений между ребенком и родителями. Так что, пользуйтесь моментом и даже в помещении устраивайте активные игры.

Домашний боулинг

 $\stackrel{\wedge}{\Rightarrow}$

☆

☆ ☆

 $\stackrel{\wedge}{\square}$

☆

☆

 $\stackrel{\wedge}{\square}$

☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆

 $\stackrel{\wedge}{\Rightarrow}$

☆

 $\overset{\wedge}{\Box}$

☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆

☆

 $\stackrel{\wedge}{\square}$

☆

 $\stackrel{\wedge}{\Rightarrow}$

 $\stackrel{\wedge}{\boxtimes}$

 $\stackrel{\wedge}{\simeq}$

☆

Соорудить игру, в которую можно играть хоть в одиночку, хоть всей семьей, проще простого, потому что «оборудование» найдется буквально в каждом доме. Берем мяч, лучше из ПВХ — будет меньше шума, но подойдет любой спортивный или игровой мячик и 10 пластиковых бутылок. Импровизированные кегли можно сделать яркими, наполнив фантиками или цветной бумагой. Правила просты: мяч, как шар в настоящем боулинге, нужно направить на выстроенные кегли — чем точнее бросок, тем больше «кеглей» упадет. Для большей заинтересованности ребенка, придумайте ему интересный призовой фонд. А текущие результаты записывайте на большом листе бумаге.

Бег с воздушными шарами

Каждому участнику забега дается воздушный шарик, который нужно переправить в другой конец комнаты (либо длинного стола), не касаясь его руками. На шарик можно дуть, подталкивать ногами (или локтями, если «забег» проходит на столе), подбородком, носом. Для детей постарше игру потребуется усложнить, расположив на пути следования игроков препятствия — например, преграду или что-то похожее тоннель.

«Ручеек»

На полу из двух скакалок или веревок делаем ручеек шириной полторадва метра. Посередине раскладываем бумажные кружки — это камушки. Ребенку нужно перебраться с одного бережка на другой, наступая на островки и перепрыгивая камушки. Если оступился, берет паузу, чтобы «высушить» ножки на берегу. Нехитрое занятие тем не менее формирует у ребенка ловкость, равновесие и не даст заскучать во время карантина. А заодно малыш вдоволь напрыгается.



