******

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**Подвижные игры дома для детей 3-4 лет**

**Шустрое перышко.**   
 Поделите комнату на две части: одна половина мамина, другая

ребенка. Возьмите перышко и вместе начинайте дуть, стараясь,

чтобы оно не упало на пол. Задача ребенка – выдуть перышко на

мамину половину, мама – на половину ребенка. На чьей стороне оно

упадет, тот и проиграл.

**Поймай меня**  
 Для этой игры нужны обруч и мячик. Ребенок убегает, мама ловит его

обручем. Уворачиваясь от мамы, ребенок может забросить мяч в обруч.

Если он попал – победа за ним, если же мама поймала ребенка – выиграла мама.

**Прятки**  
 Одна из самых любимых игр детей любого возраста. Можно просто

прятаться и по очереди искать друг друга или играть в жмурки.

Пусть папа будет котом. С завязанными глазами он ловит мышек

(маму-мышку и маленького мышонка).

**Перелетные птички, летим!**  
 Попросите детей представить себя птичками. «Свейте им гнездышко»

из подушек и одеял в углу комнаты. По сигналу мамы «полетели!»

малыши, подняв руки-крылья в стороны, «вылетают» из гнезда и

бегают по комнате. После слов мамы «дождь» возвращаются в гнездышко

и укрываются от непогоды.

******

**Паук**

Чертим круг диаметром 2 метра – это паутина. В середине сидит «паук»,

вокруг паутины летают и бегают мелкие насекомые (от 1 до 5 игроков).

Они близко «подлетают» к кругу, протягивают руки, но стараются увильнуть

от «паука», который бегает по краю паутины, стараясь поймать жертву.

Если «паук» поймал другого игрока, то они меняются местами.

**Дорожка домой**

Рисуем дорожку шириной 40-50 см. (или кладем по бокам 2 веревки).

Ребенок-лошадка, которая ускакала далеко от своей деревни и ей пора домой.

Но дорога к дому предстоит трудная, нужно слушать внимательно и

правильно выполнять все движения. Мама говорит:

Ровная дорожка – идем шагом;

Кочки, ухабы – прыгаем на 2 ногах;

В ямку «бух!» — приседаем на корточки.

Можно говорить команды вразнобой или использовать потешку для игры:

*Ехал мальчик маленький*

*На лошадке серенькой.*

*По ровненькой дорожке,*

*По ровненькой дорожке,*

*По кочкам, по кочкам,*

*По ухабам, по ухабам.*

*В ямку «Бух!»*

**Поиск клада**

Спрячьте «клад» в виде игрушки или сладости. Попросите ребенка найти его.

Будет интересно сказать, что клад оставили пираты, а найти его можно

следующими способами: «горячо-холодно»; по нарисованному плану

комнаты с указателями-подсказками.

*Можно предложить такой вариант*: сказать, что клад находится на

другом конце комнаты, а добраться туда разрешено, не касаясь пола.

Используя любые подручные средства, такие как стул, подушки, кубики,

ребенок должен добраться до цели.

******

*Несколько простых идей для организации подвижных игр с детьми дома:*

***Танцы.***Для этого достаточно включить любую веселую мелодию и

[предложить ребенку потанцевать](http://razvivash-ka.ru/kak-nauchit-rebyonka-tantsevat-doma/). Не оставайтесь в стороне, показывайте

движения, а ребенок будет их повторять. Так вы сможете регулировать

сложность выполняемых па, да и сами разомнетесь. Добавьте ленты или

шарфы, и ваши танцы станут еще интересней.

**Полоса препятствий.**Устройте дома полосу препятствий из диванных

подушек, стульев, массажной дорожки, веревки, натянутой на высоте

30 см над полом и отправляйтесь в увлекательное путешествие

**Бой.**Устройте бой мягкими игрушками. Задача одного игрока попасть,

а другого увернуться.

**Фонарик.**Поиграйте с фонариком. Направляйте свет от фонаря на стену

или пол, а ребенок пусть ловит «солнечного зайчика» руками или ногами.

**Шарады.**По очереди с ребенком показывайте различных животных: как

двигается, какие издает звуки. Кто больше животных отгадает?

**Заморозить фигуру.**Это вариация известной игры «Море волнуется раз…».

Под музыку или песенку ребенок бегает по комнате, а когда музыка

замолкает, ребенок должен застыть в фигуре животного, птицы, рыбы,

цветка и т.д. (тема фигуры обсуждается заранее). Ведущий отгадывает,

кого же изобразил игрок, а потом меняются местами.