******

 **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.