

Подвижные игры.

(можно играть всем членам семьи)

«Сделай фигуру»

Выбирается ведущий, он стоит в стороне. Играющие бегают, прыгают с ножки на ножку по всей комнате (площадке). По сигналу ведущего (удар в бубен или слово «СТОП») все останавливаются в какой – либо позе и не двигаются. Ведущий обходит все «фигуры» и выбирает ту, которая ему больше всех нравится. Это играющий становится водящим – оценщиком, а предыдущий водящий присоединяется к остальным игрокам, и игра продолжается.

«Перебрось мяч через сетку (веревку, предмет и т.п.)»

Сетка, натянутая выше головы ребенка. По обе стороны сетки на расстоянии 2 шагов размещаются играющие. Переброска идет таким образом: ребенок перебрасывает мяч определенному игроку, последний перебрасывает мяч обратно, тот, в свою очередь, получив мяч, передает его соседу (если такой есть), который бросает мяч своей паре, и т.д. Пара, удачно перекинувшая мяч, отходит на шаг назад. Игра кончается, когда какая –нибудь пара отойдет от сетки на условленное заранее число шагов (например, 7 – 8 шагов), отмеченное чем – то.



«Попади в цель»

4 больших обруча, мяч (мешочек с горохом, шишки), камешки (каштаны, шишки) для ведения счета. Обручи связать и положить в центре круга, за чертой которого стоят играющие. Каждый по очереди бросает в обруч мячом, мешочком с горохом или шишками. Попадание в центр между связанными обручами дает три очка, а сами обручи – по одному. Выигрывает тот, кто первым наберет условное количество очков. Для наглядности счета можно использовать камешки, каштаны, шишки и т.п.

