

«Вместе весело играть»

***Подборка игр малой и средней подвижности,
в которые можно играть дома
(от педагога-психолога).***

Одна из важных естественных потребностей ребенка – это двигательная активность, реализуемая чаще всего в игре. В игре ребенок учится, получает новый опыт, растет и развивается. В игре у ребенка формируются и развиваются коммуникативные способности, умение устанавливать определенные игровые взаимоотношения; в игре приучается к соблюдению правил, справедливости, умению контролировать свои поступки, объективно оценивать поступки других. Игра влияет не только на развитие личности ребенка в целом, она формирует и познавательные способности, и речь, и произвольность поведения.

А если в игре принимают участие вместе с ребенком и другие члены семьи, то все играющие получают незабываемые эмоции от совместного времяпровождения. Здесь у ребенка формируется и закрепляется доверие к близким, базовая потребность в семейной принадлежности и поло-ролевая идентификация ребенка. А также ощущение абсолютного принятия ребенка и любви в семье.



Младший дошкольный возраст

«Дружно по дорожке»

Инвентарь: цветной шнур, веревка или скакалка длиной 1,5-2 м.

На полу комнаты цветным шнуром, веревкой или скакалкой обозначается линия. Мама с ребенком становятся друг за другом в начале линии. Мама предлагает малышу «погулять по дорожке» При этом она произносит следующий текст:

Дружно по дорожке,

Дружно по дорожке

Шагают наши ножки:

Раз, два, раз, два –

Шагают наши ножки.

По кочкам, по камешкам

По кочкам, по камешкам...

В ямку – бух!

Ребенок двигается вслед за мамой вдоль линии. На слова «по кочкам, по камешкам» они вместе прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед, руки на пояс; на слова «в ямку - бух» присаживаются на корточки, руки кладут на колени. Когда мама скажет «Вылезли из ямки», ребенок вместе с ней встает на ножки.

«Найди игрушку»

Инвентарь: яркая мягкая игрушка.

Ребенок учится ориентироваться, слушать краткую инструкцию

Возьмите игрушку среднего размера и спрячьте ее в комнате. Сначала располагайте игрушку не очень далеко и давайте подсказки: «смотри выше», «смотри внизу», «смотри рядом с диваном», а затем игру можно усложнять. В игре могут принимать участие все члены семьи, а также братья и сестры.

«Самолеты»

Инвентарь: цветной шнур или веревка 2-3 метра.

На полу комнаты шнуром или веревкой выкладывают круг – это аэродром. Мама объясняет малышу, что сейчас они вместе превратятся в самолеты. Затем она произносит:

Самолетики летят

И на землю не хотят.

В небе весело несутся,

Но друг с другом не столкнуться

Самолетики, которых изображают ребенок и мама, расставив руки в стороны, начинают «летать» за пределами круга. Через 20-30 секунд мама говорит:

Вдруг летит большая туча,

Стало все темно вокруг.

Самолетики – свой круг!

После этих слов мама и малыш бегут по кругу – «самолетики садятся на аэродром»

«Игрушки»

Можно вместе с ребенком прочитать, а затем инсценировать стихи Агнии Барто «Игрушки», тем самым тренируя память ребенка и развивая его творческие способности.

Игры для детей среднего дошкольного возраста(4-5 лет)

«Чего не стало»

Инвентарь: 10 игрушек небольшого размера (машинка, кубик, мячик, погремушка, матрешка, куколка, птичка и т. п.)

Данная игра на развитие зрительного внимания и памяти ребенка и ориентировки на плоскости

Соревнуются мама и ребенок или дети (братья и сестры) На столе перед ними стоят 6-10 игрушек. Сначала необходимо внимательно рассмотреть игрушки и постараться их запомнить. Затем водящий предлагает игроку повернуться спиной и закрыть глаза, а сам в это время убирает или добавляет 2-3 игрушки. По команде водящего «Раз, два, три – смотри!» игрок открывает глаза и поворачивается лицом к

столу. Он должен правильно ответить на вопросы водящего: «Какие игрушки исчезли? Больше стало игрушек или меньше? На сколько?» и т. п. Побеждает игрок, который во время игры был более внимательным.

«Завернись в ленту»

Инвентарь: лента длиной 4-6 м.

Мама и ребенок прикрепляют концы ленты к своему поясу, и расходятся на всю ее длину к краям комнаты. Мама командует:

Будем мы с тобой кружиться

Будем вместе веселиться!

Раз, два, три, четыре, пять,

Начинаем мы играть!

Игроки начинают кружиться, стараясь как можно быстрее обвить ленту вокруг себя. Побеждает игрок, намотавший на себя больше ленты, чем соперник.

«Прыгает – не прыгает»

Инвентарь: картинки (10*10см) с изображением зверей, птиц и предметов.

Игра на развитие мыслительных процессов: анализ и систематизация; а также удовлетворение двигательной потребности.

Мама и ребенок (брат с сестрой и т.п.) становятся друг напротив друга на небольшом расстоянии. Ведущий называет птиц, зверей и предметы, которые «прыгают или не прыгают». Если она называет то, что прыгает (например лягушка), ребенок должен подпрыгнуть вверх на двух ногах; если назовет то, что не прыгает, ребенок должен присесть, опустить руки вниз, касаясь пола кончиками пальцев.. Объяснив ребенку правила игры, мама начинает произносить названия зверей, птиц и предметов, одновременно с этим показывая картинки.

Кенгуру Ребенок подпрыгивает

Мяч Ребенок подпрыгивает

Заяц Ребенок подпрыгивает

Медведь Ребенок приседает

Стол Ребенок приседает

Воробей Ребенок подпрыгивает

Телевизор Ребенок приседает

Лягушка Ребенок подпрыгивает

Дерево Ребенок приседает

Обезьянка Ребенок подпрыгивает

«Мы по Африке гуляли»

Дети стоят в кругу или врассыпную.

Ведущий показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Мы по Африке гуляли (Топаем ногами.)

И бананы собирали. (Изображают, как собирают бананы.)

Маме дам, папе дам (Стучим по правому, затем по левому колену.)

И себя не обделяем. (Стучим правой, левой рукой по груди.)

Вдруг огромная горилла (Обводим большой круг руками.)

Чуть меня не раздавила. (Стучим правой, левой рукой по груди.)

Маме дам, папе дам (Стучим по правому, затем по левому колену.)

И себя не обделяем. (Стучим правой, левой рукой по груди.)

«Сделай фигуру»

Инвентарь: записи веселых детских песен

Игра развивает фантазию, слуховое восприятие; способствует выходу эмоций и двигательной активности ребенка.

Брат с сестрой, (а мама ведущая) встают на краю комнаты. Мама включает запись песенки на 15-20 секунд. Под музыку дети разбегаются по комнате, выполняют танцевальные движения. Когда песенка перестает звучать, игроки останавливаются и принимают какую – либо позу. Каждый старается угадать, что за фигуру показал его напарник, отмечают наиболее удачную позу. Игру можно повторить 3-4 раза.

Игры для детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет)

«Четыре стихии»

Инвентарь: пластиковый или резиновый мяч диаметром 18-23 см.

Игра на развитие мыслительных процессов: анализ, синтез и систематизация, внимательность и тренировка слухового восприятия; а также удовлетворение двигательной потребности.

Мама, (старший ребенок или другой член семьи) и ребенок становятся на расстоянии 1,5 – 2 м друг от друга. В руках у мамы (ведущего) мяч. Она объясняет ребенку, что четыре стихии – это земля, вода, воздух и огонь; на земле живут звери, в воде – рыбы, в воздухе – птицы, в огне не живет никто.

Мама бросает ребенку мяч и произносит, например слово «земля». Ребенок сразу же кидает мяч обратно маме и называет какого-либо зверя, например зайца. Если мама

скажет огонь и бросит ребенку мяч, то его ловить нельзя, от мяча нужно увернуться.

Примечания:

- 1) Мама кидает ребенку мяч несколько раз подряд (3-5), постепенно ускоряя темп.
- 2) Если ребенок даст неправильный ответ или затрудниться с ответом, то они с мамой меняются ролями. (и наоборот).
- 3) По мере овладения правилами игры первый водящий выбирается по считалке.

«У Маланьи, у старушки»

Мама, папа и ребенок встают друг напротив друга на расстоянии 80-100 см. Мама читает стихотворения и показывает движения, которые ребенок повторяет вслед за ней:

У Маланьи, у старушки *«Завязывают платочек» под подбородком*

Жили в маленькой избушке

Складывают руки «домиком» над головой.

Пять сыновей и пять дочерей

Показывают правую ладошку с широко расставленными пальцами, левая рука на пояс, то же – с переменной рук.

И все без бровей *Закрывают брови ладонями обеих рук.*

Вот с такими носами *Движением от носа выпрямляют вперед правую руку, потом – левую.*

Вот с такими усами *Сложенные вместе пальцы обеих рук помещают под носом, затем руки разводят в стороны.*

Вот с такими ушами *Выполняют машущие движения кистями рук вперед – назад около ушей.*

И все с бо-ро-дой. *Движением от подбородка выпрямляют вперед – вниз обе руки.*

Они не пили, не ели *Подносят ко рту правую руку, кисть сжата в кулачок, то же – левой рукой.*

Друг на друга все смотрели *Выполняют полунаклон вперед, руки вперед – в стороны.*

И разом делали, как я.

Мама показывает любую фигуру или движение, которое ребенок повторяет как можно точнее.

Примечания: По мере освоения правил игры водящим назначается ребенок. При следующем повторении игры водящего выбирают по считалке.

«Лягушка», а также вариация «Ладонь, ребро, кулак»

Игра на концентрацию внимания и координацию движений.

Положить руки на пол (стол). Одну ладошку сжать в кулак, другую положить на плоскость стола.

Одновременно менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении.

А также в домашних условиях можно организовать проведение домашних мини-квестов. Такой организацией можно увлечь старших детей, которые придумают для своих младших братьев и сестер увлекательные игры: «Поиск клада», «Путешествие по карте» и т.п.

Для снижения «эмоционального накала» между детьми можно предложить бой с помощью бумажных (газетных), сложенных в трубочку орудий или устроить игру «Попади в мишень» с помощью бумажных комочков или воздушных шариков.

Дома можно проводить всевозможные опыты и эксперименты с водой, крупами и предметами «тонет или плавает», «Морской бой», «Вода-лед-пар», «Очистка воды» с помощью самодельных фильтров; посадка семян, лука на перо; можно взвесить с помощью настоящих или самодельных весов различные предметы и прочее...



Желаем Вам получать незабываемые эмоции от общения со своими детьми!