

Подвижные игры для детей дошкольного возраста 5,5 – 7 лет:

Для детей 5-6 лет становятся более разнообразными темы игр. Их любимыми персонажами являются летчики, космонавты и т. п. Но игры, которые требуют коллективной ответственности участников, еще трудные для них. Им легче играть, когда каждый отвечает сам за себя.

Для старших дошкольников правила игр становятся сложнее, когда требуется больше внимания, выдержка, быстрая реакция. Детей интересует не только сама игра, но и ее результаты: кто прыгнул дальше всех, кто лучше выполнил движение и т.д.

Участие взрослых в играх уже не обязательно, т. к. дети сами могут выполнять ответственные роли.

Подвижные игры, которыми можно заниматься дома:

1. «Забрось мяч в корзину». Поставить на пол корзину диаметром 30 см и с расстояния 1 м ребенок должен забросить в нее мяч диаметром 10-12 см. Повторить 8-10 раз.

2. «Шаг-скачок». Мелом на полу провести черту. Через 3 м от черты поставить табурет и положить на него мяч. Ребенок должен шагнуть правой ногой, подпрыгнуть на ней, шагнуть левой ногой, подпрыгнуть на ней, и таким шагами-скачками достичь табурета, взять мяч и так же возвратиться обратно. Повторить 2-4 раза.

3. «Сделай фигуру». Ребенок бежит по комнате и делает различные движения: поднимает руки вверх, в стороны, приседает, стоит на одной ноге и т. п. По команде он должен остановиться и застыть в той позе, в которой услышал команду. Игра длится 1-1,5 мин.

4. «Удочка». К шнуру привязать мешочек с песком и вращать его низко над полом вокруг себя. При его приближении ребенок подпрыгивает, чтобы «удочка» не коснулась его ног. Игра длится от 40 сек. до 1 мин.

5. «Отыщи предмет». На столе разложить мелкие предметы и накрыть их платком. Назовите предмет, а ребенок должен отыскать его на ощупь, засунув руку под платок. Повторить 4-6 раз.

Используйте свою фантазию, придумывайте сами различные варианты игр, видоизменяйте и усложняйте их.