

Подвижные игры

Покоряя вершины

Детская игра на развитие исследовательских навыков, общей моторики и умения решать поставленную задачу.

Описание игры

В комнате много предметов (стул, кресло, диван и т.д.) для покорения. Взрослый должен дать возможность ребенку взобраться на любой из них. Если ребенку тяжело взобраться ему нужно помочь.

Правила игры

В комнате расставляют "предметы для покорения" на некотором расстоянии друг от друга. Ребенка заводят в комнату и показывают «вершины», которые он должен покорить. Ребенок должен залезть на эти «вершины». Если у него будет плохо получаться, то ему нужно помочь, поддержать, подсадить. Как только ребенок начнет с легкостью преодолевать эти «вершины» их нужно сдвинуть друг к другу. Например, подушка-стул-диван. Таким образом, начиная с подушки, ребенок доберется до дивана.

Маэстро, музыку!

Игра для годовалого ребенка, на развитие осознания причины и следствия, общей/мелкой моторики и слуха.

Описание игры

На ручки и ножки ребенка надевают браслетики из резинки с колокольчиком. Затем включают музыку и ребенок должен танцевать, звеня колокольчиками.

Правила игры

На ручки и ножки ребенка надевают маленькие браслетики из резинки. К этим резинкам пришивают маленькие колокольчики. На пояс ребенка тоже можно прикрепить несколько колокольчиков. Включают подвижную музыку.

Взрослый показывает, как можно танцевать под музыку, и при этом обращает внимание ребенка на звон колокольчиков.

Взрослому тоже можно прикрепить несколько колокольчиков и танцевать вместе с ребенком.

Примечание

Нужно следить, чтобы колокольчики были хорошо прикреплены и не позволять ребенку тянуть колокольчики в рот - ребенок может их проглотить.

Мыльные пузыри

Хорошая игра для развития осознания причины и следствия, исследовательских навыков, общей и мелкой моторики.

Описание игры

Взрослый садится посередине комнаты и начинает пускать мыльные пузыри, ребенок должен ловить эти пузыри.

Правила игры

Ребенка ставят посередине комнаты.

Взрослый садится рядом с ребенком и начинает пускать мыльные пузыри.

Ребенок увидит интересные пузыри и ему захочется их поймать.

Ребенку разрешается и самостоятельно пускать мыльные пузыри.

Для этого взрослый должен объяснить ребенку, куда нужно дуть, что бы пузыри появились.

Примечание

Мыльные пузыри можно делать с помощью уже готовой игрушки, которая продается в магазинах или сделать такую игрушку самому. Для этого необходимо:

Маленькая баночка (желательно пластиковая, чтобы не разбить), объемом примерно в 100мл. Трубочка для коктейлей или от пишущей шариковой ручки. В баночке разводится мыльный раствор (шампунь с водой или мыло с водой). Трубочка макается в этот раствор одним концом, вынимается и в другой конец дуете губами - получается мыльный пузырь.

Также необходимо следить, чтобы ребенок не напился мыльной воды.

Горячо-холодно

С помощью этой игры хорошо дарить ребенку в заранее спрятанный сюрприз/подарок, т.к. у ребенка в процессе поиска усиливается интерес к подарку (точно также, как вкусный запах из кухни усиливает аппетит перед обедом).

Описание игры

От ребенка в заранее прячется сюрприз/подарок. Он должен его найти по подсказкам ведущего:

Совсем замерз - значит, что от сюрприза очень далеко и ребенок ищет совершенно не в том направлении

Холодно - значит, что ребенок ищет не в том месте

Опять зимушка-зима пришла - означает, что ребенок идет в неправильном направлении, после правильного

Уже теплее - означает, что ребенок повернул в нужном направлении

Теплее - значит, что ребенок продолжает идти/искать в нужном направлении

Горячее - ребенок уже близок к сюрпризу

Жарко - ребенок близко-близко к сюрпризу

Совсем пожар! - ребенок в нескольких сантиметрах от своего подарка

Очевидно, что наградой ребенку является найденный подарок.

Правила игры

В укромном месте (чтобы сразу не догадаться) прячется сюрприз/подарок. Ребенок ищет спрятанный сюрприз, по вышеописанным подсказкам ведущего. Ребенок наслаждается найденным подарком.

Примечания

Если ребенок не один, а с несколько, то поиском занимаются все эти дети сразу. Для этого случая подарок должен быть соответствующим!

Необычные мячики

Отличная игра для развития зрительно-двигательной координации, общей и мелкой моторики и социальных навыков ребенка.

Описание игры

Берут корзину или ведро и складывают туда маленькие мячики из носовых платочков. Взрослый должен доставать из корзины мячики и кидать их ребенку, а ребенок должен их ловить. Затем наоборот ребенок должен закинуть эти мячики в корзину, а взрослый должен ловить корзиной эти мячики.

Правила игры

Из носовых платочков делают небольшие мячики. Посередине комнаты ставят корзину. В корзину складывают эти мячики. Ребенка ставят на расстоянии полуметра от корзины. Взрослый достает мячики из корзины и кидает их ребенку.

Ребенок должен их поймать. Затем наоборот, ребенок должен кидать мячики в корзину.

Примечание

Для облегчения задачи, можно предложить ребенку бросать мячики не в корзину, а в вас.

Ходим как звери

Игра для детей ясельного возраста на развитие творческого мышления, воображения, общей моторики и фантазии.

Описание игры

Выбрав определенную картинку с каким-либо животным, ребенок должен изобразить это животное жестами, мимикой, звуками.

Правила игры

Выбирают картинки животных, у которых своеобразная походка и движения, например, лягушка, слон, обезьяна, кошка, собака и т.д. Кладут эти картинки перед ребенком. Включают какую-нибудь музыку для фона (что бы легче было изображать животных). Взрослый берет первую картинку и показывает, как можно изобразить этого животного. Затем ребенок повторяет за взрослым. Затем ребенок берет вторую картинку и т.д.

Красный свет, зелёный свет

Активная и подвижная игра для маленького ребенка на развитие равновесия и координации.

Описание игры

Кладут отрезок ленты в одном конце комнаты и в другом. Ребенку предлагают по команде «зеленый свет» перебежать от края одной ленты за черту другой, при этом по команде «красный свет» ребенок должен остановиться.

Правила игры

Берут две ленты и кладут их в разных концах комнаты. Ребенка ставят на одну ленту, взрослый становится в другой конец комнаты. По команде «зеленый свет» ребенок должен попытаться добежать и пересечь ленточку, находящуюся в противоположном конце комнаты. По команде «красный свет» ребенок должен остановиться и не двигаться. Как только прозвучит команда «зеленый свет» ребенок должен продолжить свой путь. После того как у ребенка получится, его можно отвести в другую сторону и скомандовать «зеленый свет». Сразу же скажите «красный свет» и проверьте, будет ли он двигаться дальше. Игра продолжается до тех пор, пока ребенок не пересечет противоположную линию.

Примечание

Во время игры можно поменяться местами и ребенок будет командовать взрослому когда бежать, когда стоять.

Паучок в паутине

Игра для маленького ребенка, на развитие зрительно-двигательной координации, общей и мелкой моторики, умения решать поставленную задачу.

Описание игры

Перед ребенком ставится задача распутать "паутину" в комнате.

Правила игры

Берут моток яркой пряжи и прикрепляют один конец к какому-нибудь предмету, например, кресло, с помощью скотча. Затем продолжают путь, прикрепляя нитку к остальной мебели и стенам. Когда паутина будет готова конец веревки отрезают (длинною примерно пол метра). Просовывают конец веревки в дверь, за которой находится ребенок, чтобы он смог его заметить и проследить за паутиной.

Примечание

Веревочка прикрепляется не высоко, на уровне ребенка, чтобы он смог ее достать.

Деревья растут

Познавательная игра и зарядка для дошколят, стимулирующая развитие воображения и координацию движений. Дает возможность детишкам отдохнуть после умственных занятий. В тоже время помогает укрепить позвоночник. Можно проводить между номерами утренника или просто в свободную минуту.

Правила игры

Воспитатель, описывая движения, просит детей изображать разные деревья: пальму, елочку, дуб...

Сначала деревце маленькое – садимся на корточки. Вот дерево начинает расти – поднимаем руки вверх, выпрямляемся и тянемся на носочках. Пальма – руки поднимаем вверх ладонками вниз (это листья), плавно покачиваем руками. Елочка – руки вниз и в стороны, ладонками вверх. Дуб – он большой, сильный – широко расставляем ноги, согнутые в локтях руки поднимаем над головой.

Игра с флажками

Веселая, подвижная игра-разминка для детей от двух лет, направленная на развитие внимания и реакции детей. Так же позволяет закрепить знание цвета.

Описание игры

Для игры нужно взять несколько разноцветных флажков. Когда ведущий поднимает красный флажок – дети должны, например, подпрыгнуть; зеленый – хлопнуть в ладоши; синий – шагать на месте и т.п.

Правила игры

Взять несколько разноцветных флажков. Когда ведущий поднимает красный флажок – дети должны, например, подпрыгнуть. Когда ведущий поднимает зеленый флажок – дети хлопают в ладоши. Когда ведущий поднимает синий флажок – дети шагают на месте и т.д.

Кошка

Интересная подвижная игра, к которой дети ещё не скоро потеряют интерес.

Описание игры

Дети должны находиться в большом, просторном месте. Лучше начинать эту игру, когда только начинает смеркаться. Участники выбирают своей среды самого ловкого и быстрого. Ему достаётся роль кошки. Кошка прячется за каким-нибудь предметом так, чтобы её не заметили товарищи. Остальные по сигналу разбегаются во все стороны и ищут кошку, которая мяукает и сразу прячется в другом месте.

Правила игры

Дети собираются на просторном месте. Участники выбирают из своей среды одного, отличающегося ловкостью и проворством, и поручают ему роль кошки. Кошка должна хорошо спрятаться, чтобы быть не замеченной товарищами. По сигналу остальные дети разбегаются во все стороны для разыскания кошки. Кошка тем временем мяукает и быстро прячется в другое место, чтобы её не заметили товарищи. Игру продолжают до тех пор, пока кошка не будет найдена, тогда по жребию вновь назначают другую кошку и игру ведут до тех пор, пока дети не устанут или не потеряют к ней интереса.

Зеркальное отражение

Ведущий стоит лицом к игрокам и делает разные движения. А дети должны повторять, как в зеркале, все его движения. Кто допустил ошибку, выбывает из игры. Побеждает тот, кто ни разу не ошибся.

Правила игры

Ведущий стоит лицом к игрокам и делает разные движения. А дети должны повторять, как в зеркале, все его движения. Кто допустил ошибку, выбывает из игры. Побеждает тот, кто ни разу не ошибся.

Перебежки

Простая для понимания игра на основе бега, развивающая выносливость детей. Хороша для проведения на уроках физкультуры в садике/школе/институте.

Описание игры

Игра "перебежки" хорошо развивает выносливость детей. Так как игра построена на беге, то также: укрепляется сердце, тренируется дыхательная система (чем медленнее бег, тем лучше), организм насыщается кислородом (это приводит к повышению иммунитета, улучшению работы мозга и вообще всех органов), тренируется мышечно-суставной аппарат, активизируется сжигание жира (что особенно полезно для современных детей).

Суть игры: игроки бегают в среднем темпе от одной метки до другой. Побеждает игрок, пробежавший больше всех.

Правила игры

На расстоянии в 40-50м. друг от друга, чертятся две линии (или выбираются два дерева/столба). Игроки начинают бег в среднем темпе от одной линии (дерева). Добежав до другой линии, игроки разворачиваются и бегут обратно до первой линии. Так бегают от линии до линии до тех пор, пока не останется самый выносливый игрок - он и является победителем. Постепенно из игры будут выбывать самые слабые участники.

Примечания

Так как никому не хочется считаться слабым или в числе самых слабых - игроки будут "выжиматься" полностью, каждый в меру своих возможностей. Чего трудно достичь при беге на определенные дистанции на время.

Жмурки с колокольчиком

Хороводная игра, в которую можно играть на улице и в помещении. Игра динамичная, азартная и рассчитана на большое количество игроков.

Описание игры

Хороводная игра для детей дошкольного и младшего школьного возраста. В нее можно играть как во дворе, на природе, так и в доме. Поэтому чем больше людей - тем лучше! Играющие становятся в общий круг, держась за руки. Трое водящих - посередине круга. Круг медленно движется вправо или влево под хороводную песню. Посередине круга трое водящих - один ребенок удирает, в руках у него колокольчик, в который он время от времени звонит. Двое остальных детей ("жмурки") ловят его с завязанными глазами. Как только убегающий пойман, круг останавливается, выходит водить на смену другая тройка игроков (из тех, кто еще не водил), а прежняя тройка становится в общий круг, и игра начинается сначала.

Правила игры

Дети, стоящие в круге не разъединяют руки. Водящие не имеют права выбегать за пределы круга. Жмурки (одному из водящих игроков) достаточно дотронуться до убегающего, для того, чтобы считать его пойманным.

Примечания

Из дополнительных предметов для игры вам потребуются колокольчик и 2 плотных платка/шарфа.

Оптимальное количество игроков - 15-20.

Кошки - мышки

Эта старинная русская игра известна многим. Играть в нее легко и интересно. Игра хорошо развивает реакцию и выносливость играющих ребят.

Описание игры

Выбирается двое водящих - кошка и мышка. Остальные игроки становятся в круг, взявшись за руки, тем самым образуя между собой ворота. Кошка стоит за кругом, мышка - в круге. Задача кошки - войти в круг и поймать мышку. При этом кошке разрешается прорывать цепь игроков, подлезать под сцепленные руки или даже перепрыгивать через них. Играющие стараются не пропустить кошку внутрь круга. Если же кошке удастся пробраться в круг, играющие сразу открывают ворота и выпускают мышку. А кошку стараются из круга не выпускать. Игра заканчивается победой кошки и соответственно поражением мышки.

Правила игры

Играющие встают лицом друг к другу и берутся за руки так, чтобы между ними оставалось достаточное расстояние. Когда кошка пытается пробраться внутрь круга, или наоборот выбраться из него, играющим запрещается сдвигать плечи.

Мышка, оказавшись за пределами круга, не имеет права убежать далеко.

Примечания

Оптимальное количество игроков - от 10 до 25-30. По окончании игры, когда кошка поймала мышку, они встают в круг, а играющие выбирают новых кошку и мышку.

Море волнуется

Увлекательная игра для детей дошкольного и младшего школьного возраста. Она нацелена на проявление фантазии ребенка и отчасти помогает развитию усидчивости.

Описание игры

Перед началом игры выбирается водящий. Водящий отворачивается от остальных участников и громко говорит:

«Море волнуется раз, Море волнуется два, Море волнуется три, Морская фигура на месте замри!». В этот момент игроки должны замереть в той позе, в которой оказались. Водящий поворачивается, обходит всех играющих и осматривает получившиеся фигуры. Кто первый из них пошевелится, тот становится на место ведущего, либо выбывает из игры (в этом случае победителем становится наиболее дольше продержавшийся игрок).

Правила игры

Запрещается использовать дополнительные предметы для устойчивости (деревья, лавочки, стулья и т.д.). Ведущий не имеет права сместить игроков, чтобы расшевелить их. Также ему не разрешено касаться до играющих.

Примечания

Количество участников игры не ограничено. Можно использовать другой вариант игры, когда ведущий осматривает все фигуры и выбирает наиболее ему понравившуюся. В этом случае победителем становится игрок, наиболее ярко проявивший свою фантазию.

Что мы делали сегодня?

Подвижная и очень веселая, озорная игра, помогающая развивать воображение детей, актерские и другие способности.

Описание игры

Выбирается водящий. Он на время выходит из комнаты. Остальные участники договариваются о том, какие действия будут изображать. Водящий возвращается и обращается к ним с вопросом:

- Что вы делали сегодня?

Дети отвечают:

- Что мы делали, не скажем, но сейчас тебе покажем!

И начинают изображать любые действия (плавают, подметают, копают, играют на скрипке и т.д.). По этим движениям водящий угадывает, чем они занимались. Если угадает, то выбирают другого водящего. Если нет, то водящий снова уходит, а играющие задумают другое действие.

Правила игры

Выбирается водящий, который выходит из комнаты. Участники договариваются какие действия будут изображать

По возвращении, водящий спрашивает «Что вы делали сегодня?». Дети, после слов «Что мы делали, не скажем, но сейчас тебе покажем!», изображают задуманные действия. Если водящий угадает, выбирают другого водящего

Примечание

Можно играть и так: водящий изображает действия, а остальные угадывают. Выигрывает угадавший первым. Он и становится новым водящим.

Все кого зовут...

Веселое развлечение, например, для первоклассников в первые дни обучения. Помогает знакомству детей. Целью является снятие физического и эмоционального напряжения.

Описание игры

Дети, чьи имена называет учитель, выходят и выполняют определенные задания (похлопать в ладоши, присесть, прохрюкать, промяукать и т.д.).

Правила игры

Учитель говорит: "Все, кого зовут, Оксана, хлопают в ладоши." А все Оксаны в классе хлопают в ладоши. Учитель говорит: "Все, кого зовут, Дима, 2 раза приседают возле парты." А все Димы - выходят из-за парты и приседают по два раза. Так повторяется пока не будут названы все дети.

Хвосты

Очень веселая подвижная игра для детей на развитие реакции.

Описание игры

В эту игру играют по два человека. Игрокам за пояс заправляют по куску веревки, чтобы сзади свешивался "хвостик". Игрок должен выдернуть "хвостик" у своей пары, в то же время следя, что бы пара не выдернула хвостик у него самого.

Правила игры

Играющие делятся на пары. За пояс играющим заправляют веревку, которая висит сзади вместо хвоста, примерно на 2/3 длины. По сигналу (можно включить веселую музыку) играющий должен отобрать "хвост" у своего противника и одновременно защищать свой собственный.

Оставшийся без хвоста считается проигравшим и с этого момента не может отбирать хвост у своего противника.

Примечание

Можно играть одновременно и большим количеством игроков. К примеру 4-5 человек будут пытаться отобрать "хвосты" друг у друга, а победит тот, кто соберет больше всех "хвостиков".

Карлики и великаны

Дети стоят вокруг ведущего, который рассказывает, что есть на свете совсем маленькие люди — карлики, а есть громадные — великаны. Когда ведущий произносит: «Карлики!», он присаживается на четвереньки, опускает руки, всем своим видом показывая, какие это маленькие люди. Даже слово «карлики» он произносит тоненьким голосом — вот такие они крохотные. А когда говорит «Великаны!», голос его грубеет, ведущий встает во весь рост, да еще руки вытягивает вверх — такие они громадные. Детям эта игра ведущего очень нравится, они смеются и тоже вытягиваются во весь рост - «великаны» и садятся на четвереньки - «карлики». Когда ребята научились правильно выполнять команды, ведущий предупреждает, что сейчас он увидит, кто самый внимательный. Ведущий: Запомните, дети, правильные команды: «Карлики!» и «Великаны!». Все остальные мои команды выполнять не надо. Тот, кто ошибется, - выбывает из игры.

Сначала ведущий дает правильные команды, а потом слова «карлики» и «великаны» заменяет на похожие. Побеждает тот, кто меньше всех ошибся.

Петушинные бои

Игра очень напоминает петушинные бои, поэтому и была так названа.

Задача игроков: передвигаясь на одной ноге, плечом или грудью вытолкнуть за круг другого игрока.

Правила игры

Чертится круг или линия на земле или ложится веревочка на полу. Начальная позиция: игроки стоят на одной ноге напротив друг друга, а руки зацепляются в замок за спиной. Задача игрока: вытолкнуть другого игрока за круг (или перейти за линию), не расцепляя рук и не ставя вторую ногу на землю. Толкать можно только плечом или грудью.

Проигравшим также считается тот, кто опустит вторую ногу на землю или расцепит руки.