

3 идеи подвижных игр с ребёнком дома. Эстафеты

Будь-то выходной, каникулы, время болезни или карантин, ребёнок всегда будет требовать вашего внимания. Сидеть и всё время рисовать не самый хороший вариант. К тому же, быстро надоедает, особенно непоседам. Поэтому находим выход и теперь проводим дома время весело и подвижно, используя при этом подручные средства.



1. Эстафета "попади в цель"

Ничего замысловатого. Берём детское ведёрко, корзину и ящик для игрушек (можно любые другие ёмкости разной величины). Расставляем их на разном расстоянии от того места, откуда ребёнок будет бросать свои "дротики" в цель.

Для каждой ёмкости подбираем предметы, которыми будет удобнее всего попадать. Например, для корзины - мягкие игрушки, в ящик - мячики, в детское ведёрко пытаемся закинуть свёртки бумаги. Игра несложная, но довольно-таки занимательная. К тому же, от вас не нужно больших усилий: сиди себе и бросай в цель, а помощник при этом будет приносить не только свои предметы, но и ваши.

Усложнить игру можно, отставляя ёмкости, в которые пытаемся метать. Так, у ребёнка будет просыпаться дух соперничества и желания достичь цели. Детей такая деятельность взбудораживает, главное, подбадривать, когда что-то у ребёнка не получается и находить правильные слова.

2. Эстафета "змейка"

Классическую эстафету можно разнообразить самыми различными элементами. Наш вариант простой, но от этого не менее увлекательный. Наполнили несколько бутылок водой, поставили друг за дружкой, вот и готова "змейка". Задача ребёнка с точки А в точку Б пробежать по виражу, не уронив ни единого препятствия.

Можно использовать бутылки/кегли/стулья и другие подручные средства, при этом усложняя прохождение, пододвигая предметы друг к другу и ограничивая ребёнка во времени.

3. Эстафета в прыжках

Это уморит вас немножечко. Поставим кубики друг за другом с расстоянием примерно 40 см и как начнём скакать. Долго, конечно не попрыгаешь, но игра интересна тем, что можно усложнять, поднимая высоту - ставим кубики друг на друга.

Добавлять другие элементы также можно, это ещё больше заинтересует и будет мотивировать ребёнка. К тому же, можно дать задания в процессе игры:

- ⑩ самому расставить кубики;
- ⑩ называть буквы при перепрыгивании;
- ⑩ озвучивать предметы, изображённые на кубиках при прыжках;
- ⑩ выкрикивать цвет кубика, проходя дистанцию.

Эту игру можно разнообразить на столько, на сколько позволяет фантазия.

Надеюсь, эти игры помогут вам занять ребёнка на какое-то время, при этом оно будет проведено с пользой и подвижно.