

Чем занять энергичных детей в помещении



Одними мультиками тут не обойтись, ребенку нужно много двигаться — бегать, прыгать, играть в мяч. Чтобы направить неумемную детскую энергию в мирное русло, нужно проявить фантазию и организовать им активные игры в домашних условиях.

Постарайтесь найти время, чтобы поиграть с сыном или дочкой, придумайте ему увлекательное занятие. Совместная игра — это очень полезный навык для формирования дружеских и доверительных отношений между ребенком и родителями. Так что, пользуйтесь моментом и даже в помещении устраивайте активные игры.

Сокровище пиратов

Из всех участников игры выбираем «Адмирала» и «Пирата». Все остальные игроки «Экипаж корабля». При помощи такой считалочки:

Раз, два, три, четыре, пять -
Игры будем начинать.
Пчёлы в поле полетели,
Зажужжали, загудели,
Сели пчёлы на цветы,
Мы играем – водишь ты...

Экипаж корабля садится в круг, а в центре круга усаживается пират рядом со своим сокровищем — морским камнем гольшом (можно любую игрушку). Пирату завязывают глаза. Адмирал дотрагивается до любого игрока, который должен очень тихо подползти к пирату и забрать его сокровище. Пират внимательно прислушивается к шороху и быстро протягивает руку, чтобы схватить ползущего, если их направления совпадают, то адмирал кричит «аут» и охотник за сокровищами уходит ни с чем. Он считается проигравшим и больше не участвует в игре. Игрок, сумевший захватить сокровище, становится пиратом. Выигрывает тот, кто последний останется с сокровищем.

Цветные сигналы

Для этой игры надо вырезать из картона три кружочка диаметром 20 см и раскрасили их в зелёный, жёлтый и красный цвет (типа светофора).

Ведущего игры можно выбрать такой считалкой:

Раз, два, три, четыре!
Жили мышки на квартире;
Чай пили, чашки били,
По три денежки платили!

Кто не хочет платить —
То ему и водить.

Если ведущий поднимет зелёный кружок – дети начинают бегать туда-сюда, кричать, шуметь. Если ведущий поднимет жёлтый кружок – дети тихо передвигаются и разговаривают шёпотом. Если ведущий поднимет красный кружок – то дети замолкают, стоят на месте и даже не шевелятся. Кто не выполняет этих правил, тот и проигрывает.

Петушки

Развивает у детей координацию движений и ловкость. На пол кладут ковёр такого размера, чтобы игроки (их участвует в игре любое количество) могли свободно передвигаться.

Все игроки встают на ковёр и одну ногу сзади захватывают рукой. Прыгая на одной ноге, игроки плечами и торсом пытаются вытолкнуть оппонента за пределы ковра. Руки игроков в этой борьбе не участвуют.

Из игры выбывают те, кого вытолкнули за черту ковра, кто стал на обе ноги или упал. Поведение ребят в этой игре должно быть корректным, миролюбивым, без агрессии. Последний игрок, оставшийся на ковре, является победителем.

Щука и утята

Очень подвижная игра и подходит для детей любого возраста. В комнате на полу при помощи верёвки делают круг (озеро) диаметром примерно 2 метра. Выбирают ведущего и ещё одного игрока (щуку). Щуку ставят в центр круга, а утят – по линии круга (берег). По команде ведущего игру «плавать» утята прыгают в озеро и делают движения пловцов. Когда ведущий даст сигнал «щука», все утята бегут на берег. Кого щука поймала, тот выбывает из игры. Последний утёнок, который останется не пойманным, тот и будет победителем.

Попади в цель

Способствует развитию меткости и ловкости детей. В этой игре потребуется два мяча и табурет.

Большой мяч кладут на табурет, а маленьким мячом ребёнок пытается сбить большой мяч с табурета, находясь от него на расстоянии 1,5 – 2 метра. В случае удачи ребёнок получает приз (яблоко, конфетку, банан, киви и др.).

