

Играем все вместе, дома

Подвижные игры

I. "Три стихии: Земля. Вода. Воздух"

Цель: развитие внимания

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Играющие размещаются по кругу, ведущий называет слово:

"Земля" - играющие принимают положение: руки в стороны;

"Воздух" - играющие выполняют круговые движения руками назад;

"Вода" - выполняются движения, имитирующие волны.

Игрок, нарушивший правила, выбывает из игры. Выигрывает тот, кто остается в кругу последним.

Методические указания. Интенсивность игры регулируется темпом произнесения ведущим слов-заданий.

Вариант

Цель: развитие быстроты реакции, внимания и сообразительности.

Инструкция. Площадка делится на три зоны - "Вода", "Земля", "Воздух". Ведущий называет предмет (например, самолет), играющие бегут в зону, обозначающую "Воздух".

Слово "пароход" - играющие бегут в зону "Вода".

Слово "дерево" - играющие бегут в зону "Земля".

Игрок, нарушивший правила, выбывает из игры или получает штрафное очко. Выигрывает последний оставшийся участник (либо набравший меньше всего очков).

Методические указания. Нагрузка регулируется сменой способов движения: ходьба, бег, прыжки и др.

II. "Запрещенный цвет"

Цель: развитие быстроты двигательной реакции, внимания, навыков счета и произношения слов, умения различить цвет и форму геометрических фигур. Количество игроков - любое

Инвентарь: 30-40 разноцветных геометрических фигур, вырезанных из картона (квадраты, круги, треугольники, прямоугольники).

Инструкция. По игрокой площадке разбрасываются геометрические фигуры. Ведущий называет цвет (например, красный). По сигналу все

играющие должны собрать как можно больше фигур указанного цвета. Выигрывает тот, у кого их больше.

Варианты

1. Собрать только круги (цвет не имеет значения).
2. Собрать треугольники красного цвета
3. Собрать как можно больше любых фигур, кроме зеленых.

Возможно и другие варианты.

Методические указания

* Победитель любого варианта игры демонстрирует свой результат, вслух пересчитывая собранные фигуры, а затем вслух (вместе с ведущим) называя их (Квадрат, треугольник и т.д). Также вслух называют и цвет фигур (красный, синий, желтый и т.д.)

* Игровая площадка должна быть достаточно большой, чтобы обеспечить безопасность играющих и не допускать столкновений друг с другом при собирании фигур.

III. "Зеркало"

Цель: развитие внимания и воображения, тренировка в запоминании последовательности движений.

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Играющие свободно располагаются на площадке и выполняют следующие задания:

* Повторение одиночных движений вслед за ведущим.

* Играющие должны воспроизвести несколько движений в заданной последовательности.

* Ведущий называет животное, птицу, насекомое или рыбу, а игроки подражают движениям этого животного.

Методические указания. Лучший игрок определяется общим голосованием и награждается призом.