Подвижные игры в помещении для детей младшего дошкольного возраста.

«Лягушата»

В середине комнаты оборудуем круг (из веревки, тесемки, длинного пояса), можно использовать обруч, если есть. Ребенок или дети стоят по краю круга, взрослый сидит в сторонке. Вместе с детьми, взрослый произносит слова:

Вот лягушки по дорожке
Скачут, вытянувши ножки,
Ква – ква – ква, ква- ква – ква,
Скачут, вытянувши ножки.

Дети или ребенок, стоящий по кругу подпрыгивает, изображая лягушку.

По окончании стихотворения взрослый начинает хлопать в ладоши (пугает лягушек), лягушки прыгают в «болотце» - перепрыгивают через черту и присаживаются на корточки.

«Попади в ворота»

Ребенок и взрослый садятся напротив друг друга. Между парой устанавливаются ворота из кубиков, кеглей или других подходящих материалов. Пара должна прокатывать мяч через ворота. Мяч толкать энергично, не задевать ворота.

Подвижные игры в помещении для детей среднего дошкольного возраста.

«Мы ребята смелые»

Для игры необходимо построить «полосу препятствий» - кубики, веревочки, кирпичики, дощечки. Все должно быть безопасно для ребенка. Взрослый читает стихотворение:

Мы ребята смелые,
Ловкие, умелые.
Проползаем здесь и там – по дорогам
По мостам
Влезем на гору высоко
Видно нам с нее далеко.
А потом найдем дорожку
И пойдем по ней немножко.

Движения ребенка чередуются: ходьба, ползание, лазание, ходьба по веревочке.

«Цветные автомобили»

Ребенку нужен руль (обруч, колечко от пирамидки или кольцеброса) В разных местах комнаты расставляем кубики разных цветов (красный, синий, желтый, зеленый).

Взрослый дает команды (завести мотор, поехали, пропускаем пешеходов, в красный гараж – поехали). В соответствии с командой ребенок выполняет движения. Учим не наталкиваться на стоящие в комнате предметы, выбирать гараж в соответствии с названным цветом.

Подвижные игры в помещении для детей старшего дошкольного возраста

«Шарики»

Необходимо надуть воздушные шары по количеству участников.

По сигналу нужно выполнить задние с воздушным шаром - пройти по комнате отбивая шар головой, чередуя правое и левое колено, отбивать шар носком любой ноги, проползти, толкая шар носом вперед, проскакать, зажав шар внутренней стороной коленей и так далее.

«Кто больше?»

За определенное время, по договоренности, нужно отбить мяч большее количество раз от пола, от стены, подбросить и поймать, подбросить и поймать с хлопками, подбросить – сделать поворот на 360градусов и поймать после отскока от пола. Если позволяет место, можно бросать друг другу разными способами – снизу, от груди, из-за головы, с отскоком от пола и так далее.

«Кто дальше?»

Для игры понадобятся 2 веревки (не толстых), можно 2 скакалки.

Веревочки необходимо положить параллельно, представив, что это ручей. Наступать в ручей нельзя, замочишь ноги. Нужно перепрыгивать через ручеек двумя ногами одновременно, постепенно увеличивая расстояние между веревками. Напоминаем детям, что нужно делать хорошую пружину ногами и интенсивно помогать руками. Если позволяет место можно прыгать через ручей, с разбега чередуя ноги. Не забываем периодически увеличивать расстояние ручейка.