Играйте дома и на прогулке.

Нельзя переоценить значимость подвижных игр для детей любого возраста. В 3–4 года ребёнок всё ещё учится контролировать своё тело, поэтому важно продолжать занятия и предлагать игры, направленные на координацию, умение повторять разные виды движений.

Важно, чтобы дети занимались физической активностью на улице, однако, если такой возможности нет, как можно чаще прибегайте к активным играм для детей в помещении.

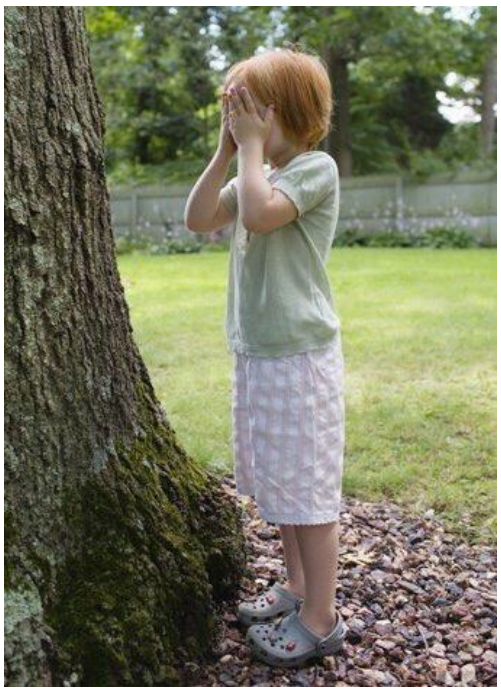
Особенность подвижных игр для детей раннего дошкольного возраста – они не должны носить соревновательный характер и быть достаточно простыми. Детям нравится повторять движения за взрослыми или другими детьми, также им начинают нравиться игры со словесными инструкциями.

Мы предложим вам несколько простых игр для детей 3–4 лет как для улицы, так и те, в которые можно играть дома или в детской группе.

Тише едешь — дальше будешь. Стоп

Дети данного возраста любят игры, в которых нужно замирать на месте, ведь они как раз находятся в процессе освоения этого навыка.

Водящий становится спиной к участникам на некотором расстоянии. Затем говорит: «Тише едешь — дальше будешь. Стоп». Пока водящий говорит, дети идут к нему, как только водящий сказал «стоп», все замирают на месте. Водящий оборачивается и осматривает детей: те, кто не замер, называют его имя. Игра начинается вновь.



Прыгнете те, кто…

В эту подвижную игру для детей можно играть как дома, так и на улице.

Малышам обычно нравится слушать такие простые инструкции-задания, которые имеют к ним прямое отношение.

Ведущий говорит: «Сядьте все те, кто ел сегодня кашу» или «Прыгнете те, кто любит мороженое». Обычно игра сопровождается весёлыми обсуждениями, кто что любит или что ел. Это нестрашно, так как игра таким образом стимулирует развитие речи. Таким же образом можно учить и повторять названия цветов: «Подпрыгните на левой ноге те, кто надел зелёное».

Цветные сигналы

Игра поможет детям научиться концентрироваться и запоминать простые инструкции. Сделайте из цветного картона несколько простых сигналов, например, кружков разного цвета. Скажите детям, что по зелёному сигналу надо бежать, по красному – замирать на месте, а когда вы покажете жёлтый – прыгать. Начните с 2–3 сигналов, а когда ребёнок запомнит движения, вводить новые.

Простые вышибалы

Все мы знакомы с игрой в вышибалы. Один ребёнок встаёт в центр, а двое других пытаются попасть в него мячом. Однако такие маленькие дети получат удовольствие, просто убегая от мяча. Осаленному (тот, в кого попали мячом) не следует выбывать из игры. Просто предлагайте детям меняться местами время от времени и кидать мяч по очереди. И, конечно, обратите внимание на то, чтобы мяч был достаточно мягким.

Спортивный инвентарь

Помните, что дети в 3–4 года уже могут осваивать самокат, ролики, беговелы и велосипеды с дополнительными колесами по бокам. Зимой – лыжи и коньки.

У ребёнка обязательно должны быть различные мячи, скакалка, а также вы можете купить детские ракетки для бадминтона и тенниса.

Игры в мяч

Дети в данном возрасте могут осваивать разные виды игр с мячом: предлагайте перебрасывать мяч руками или ногой, забивать мяч в «ворота» или закидывать в корзину, как при игре в баскетбол.