**4. Подвижные игры для детей дома**

**Как занять ребятишек 4-5 лет**

В этом возрасте детям больше интересны задачи с соревновательными элементами при участии нескольких ребятишек. Так, при ограниченном пространстве можно предложить игры для двоих или троих детей. Если условия позволяют пригласить к развлечению можно большее число ребятишек, устроив настоящие командные состязания.

**Увлечь ребят можно следующими играми:**

**1. Великаны и карлики**

Попросите игроков встать в круг. После слова «Карлики» все должны присесть, а после слова «Великаны» встать. Ошибающийся выходит из круга. Побеждает самый внимательный.

**В качестве заданий могут выступать**:

-проход дистанции на корточках;

-проход дистанции с наступанием только на разложенные по полу листки бумаги;

-проползание через обручи;

-проход с книгой на голове;

-проход с воздушным шариком, не трогая его руками.

**Играем с мячом**

Мяч – незаменимый элемент для домашних развлечений. Его можно ловить, за ним можно бегать, его можно кидать. С ним можно играть одному, либо привлечь к потехе нескольких детей. Так, для дома можно предложить следующие варианты:

**1. Съедобное-несъедобное**

Известная всеми любимая забава, в особом описании даже не нуждающаяся.

**2. Задания с мячом**

Можно раздать детям различные задания. Кто-то пусть кидает мяч и ловит его, кто-то бьет мячик об пол, третий кидает мяч о стену, четвертый перекладывает его из одной руки в другую за спиной. Радость и смех обеспечены.

**3. Сбей мяч**

Положите большой мяч на стул. По сигналу «Сбей мяч» игрок должен бросать в большой мячик маленький. Стоять при этом он должен на расстоянии полтора-два метра от стула.

**4. Не зевай**

Играющие должны встать в круг спиной к центру, в котором стоит водящий с мячом. Водящий должен сосчитать до пяти и подбросить мячик вверх, выкрикивая имя любого игрока. Тот, чье имя назвали должен быстро повернуться и поймать мяч. Можно разрешить сделать это не на лету, а после одного удара мячика об пол. Не поймавший мяч три раза, выбывает из круга.

**Активно играем с детьми после 6 лет**

У шестилеток и старше уже имеются совсем другие дела, помимо игр. Подготовка к школе, школа, телевизор, компьютер, различные секции, встречи с друзьями. Но как сказал Лев Толстой

**«Всякая игра нужна и важнее многих дел».**

При грамотном подходе можно заинтересовать дошкольников и даже школьников. Правила игры для них, конечно, будут уже сложнее, но тем они интереснее. Основная задача такого взаимодействия помимо общего физического развития – это тренировка быстроты реакции и получение навыка эффективного сотрудничества с другими ребятами.

**Развлечь дошколят можно следующим образом:**

***1. Поиграть в «бездомного зайца»***

Играют охотник и зайцы, один из них бездомный. Зайцам выдаются обручи или очерчиваются любыми подручными средствами круги, в которые они должны встать. Охотник начинает догонять бездомного зайца, который может спастись только, встав в любой круг. При этом участник, который стоял в круге, должен выбежать из укрытия и стать бездомным зайцем. Если зайца поймали, то они становится охотником.

***2. Словить обезьянку***

Выбирается водящий, который по команде должен ловить обезьянок. Задача последних – забраться на возвышенность – стул, диван, шведская стенка. Ловить можно только тех, кто остался на полу.

***3. Занять пустое место***

Все встают в круг. Водящий стоит за спинами участников. Далее он дотрагивается до плеча одного из игроков, вызывая того на дуэль. Оба участника бегут в противоположные стороны вдоль круга, пытаясь прибежать первым и занять пустое место.

***4. Запутаться в клубок***

Приобретите готовую или изготовьте сами твистер игру. Устанавливая конечности на цветных кругах, игроки запутаются в веселый клубок.