

# СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ

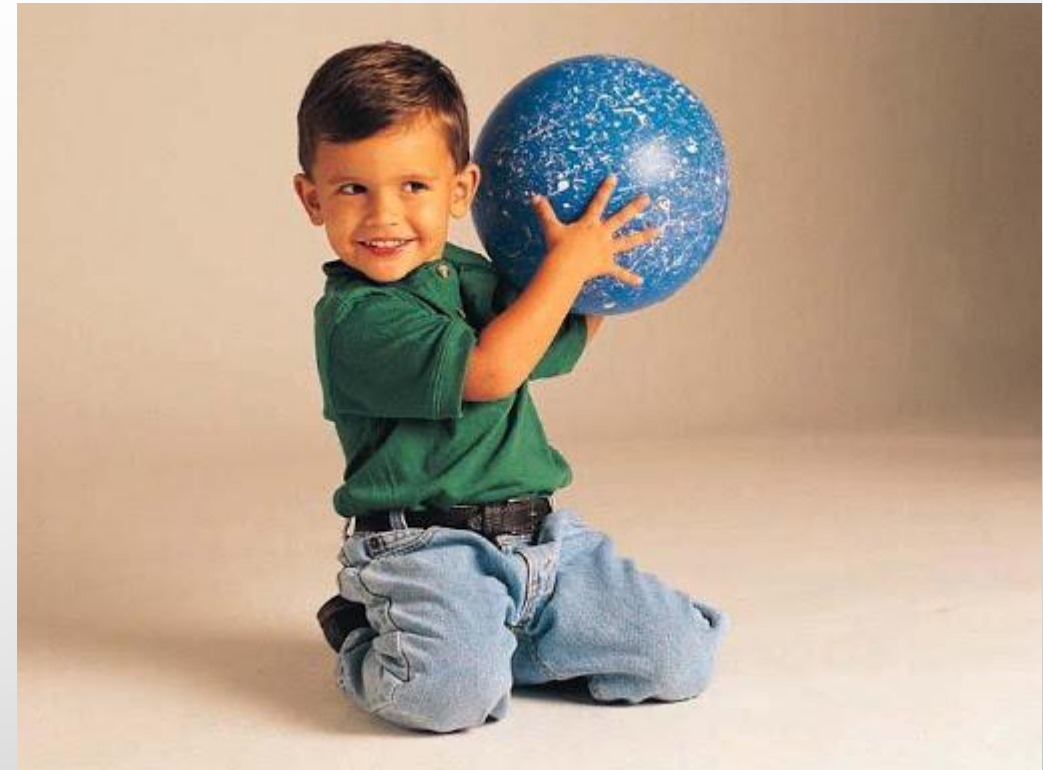
В 3 ГОДА БОЛЬШИНСТВО ДЕТЕЙ НАЧИНАЕТ ПОСЕЩАТЬ ДЕТСКИЙ САД И ОБЗАВОДИТСЯ ДРУЗЬЯМИ НА ДЕТСКОЙ ПЛОЩАДКЕ – ИДЕАЛЬНЫЙ ВАРИАНТ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ МАЛЫША ПЕРВЫМ СПОРТИВНЫМ ИГРАМ. НАЧАТЬ МОЖНО С ПРОСТЫХ ВАРИАНТОВ: ДОГОНЯЛКИ; САЛКИ; БЕГ НА ПЕРЕГОНКИ; ПРЫЖКИ В ДЛИНУ И Т. Д.



ПЕРВОНАЧАЛЬНАЯ  
ЦЕЛЬ ЗНАКОМСТВА  
СО СПОРТИВНЫМИ  
ИГРАМИ – ПОКАЗАТЬ,  
КАК ВЕСЕЛО МОЖНО  
ВМЕСТЕ С ДРУГИМИ  
ДЕТЬМИ ИГРАТЬ,  
СОРЕВНОВАТЬСЯ.



ЧТОБЫ ОРГАНИЗОВАТЬ ТАКУЮ ИГРУ, ДОСТАТОЧНО ПРОСТО ПРЕДЛОЖИТЬ РЕБЕНКУ ПОИГРАТЬ С ДРУГИМ МАЛЫШОМ НА ДЕТСКОЙ ПЛОЩАДКЕ. ПОКАЖИТЕ, КАК МОЖНО КИДАТЬ ДРУГ ДРУГУ МЯЧ, БЕГАТЬ ДРУГ ЗА ДРУГОМ, ВЫПОЛНЯТЬ РАЗНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ НА СКОРОСТЬ, ЛОВКОСТЬ И Т. Д.



К 4-М ГОДАМ МОЖНО ОРГАНИЗОВАТЬ ПЕРВУЮ ЭСТАФЕТУ СРЕДУ СВЕРСТНИКОВ, В РАМКАХ КОТОРОЙ ПРЕДЛОЖИТЬ МАЛЫШАМ ПОСОРЕВНОВАТЬСЯ В СКОРОСТИ (БЕГ НАПЕРЕГОНКИ), ЛОВКОСТИ (БРОСИТЬ МЯЧ В ЦЕЛЬ), СИЛЕ (ПЕРЕТЯГИВАНИЕ СКАКАЛКИ) И Т. Д. ДЛЯ ЭТОГО НУЖНО ЗАРАНЕЕ ПРОДУМАТЬ ВСЕ ЭЛЕМЕНТЫ ЭСТАФЕТЫ, ЗАХВАТИТЬ НЕОБХОДИМЫЙ ИНВЕНТАРЬ В НУЖНОМ КОЛИЧЕСТВЕ.

С 4-Х ЛЕТ МАЛЫШАМ МОЖНО  
ПРЕДЛОЖИТЬ ПОИГРАТЬ В  
НОВЫЕ ВИДЫ СПОРТИВНЫХ  
ИГР, СТИМУЛИРУЮЩИЕ  
РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ  
АКТИВНОСТИ: ИСТОЧНИК  
КУКУРИКУ - ВСЕ О ДЕТЯХ И  
ДЛЯ ДЕТЕЙ:



- **ПТИЧКИ В ГНЕЗДЫШКЕ**. НА ЗЕМЛЕ ЧЕРТИТСЯ КРУГ – ГНЕЗДО. СРЕДИ ДЕТЕЙ ОДИН НАЗНАЧАЕТСЯ ВЕДУЩИМ – КОТОМ. ВЗРОСЛЫЙ ГОВОРIT: “КОТ ЗАСНУЛ, ПТИЧКИ ВЫЛЕТЕЛИ ИЗ ГНЕЗДА И НАЧАЛИ ИСКАТЬ ЗЕРНЫШКИ”. ДЕТИ БЕГАЮТ ПО ПЛОЩАДКЕ, А НАЗНАЧЕННЫЙ КОТ СТОИТ ОКОЛО ГНЕЗДА, ЗАКРЫВ ГЛАЗА. ВЗРОСЛЫЙ ГОВОРIT: “КОТ ПРОСНУЛСЯ. ПТИЧКИ, БЫСТРЕЕ ДОМОЙ!”. ЦЕЛЬ “ПТИЧЕК” – ЗАБЕЖАТЬ В КРУГ. ЦЕЛЬ “КОТА”- ДОТРОНУТЬСЯ ДО ПТИЧКИ, КОТОРАЯ НЕ УСПЕЛА СПРЯТАТЬСЯ В ДОМИК. ПОЙМАННАЯ ПТИЧКА СТАНОВИТСЯ КОТОМ. ЭТА ПРОСТАЯ ИГРА ПОЗВОЛЯЕТ РАЗВИВАТЬ У ДЕТЕЙ СКОРОСТЬ РЕАКЦИИ, ЛОВКОСТЬ, КООРДИНАЦИЮ, ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ.

- **“ГОРЯЧАЯ КАРТОШКА”**. ДЕТИ СТАНОВЯТСЯ В КРУГ И БРОСАЮТ ДРУГ ДРУГУ МЯЧ (“ГОРЯЧУЮ КАРТОШКУ”). ДЕРЖАТЬ В РУКАХ МЯЧ НЕЛЬЗЯ, НУЖНО ТУТ ЖЕ ЕГО БРОСАТЬ ДРУГОМУ. ЕСЛИ КТО-ТО НЕ СМОГ СЛОВИТЬ “КАРТОШКУ”, ОН САДИТСЯ В ЦЕНТР КРУГА. ОСТАЛЬНЫЕ ДЕТИ ПРОДОЛЖАЮТ ПЕРЕКИДЫВАТЬ МЕЖДУ СОБОЙ МЯЧ. ЧТОБЫ СИДЯЩИЙ В КРУГУ МОГ ВЫЙТИ, ОДИН ИЗ ИГРОКОВ ДОЛЖЕН БРОСИТЬ В НЕГО “КАРТОШКУ” ТАК, ЧТОБЫ ПОПАСТЬ. ЕСЛИ ИГРОК ПРОМАХИВАЕТСЯ – ОН САДИТСЯ В КРУГ, ПОПАДАЕТ – ИГРОК, В КОТОРОГО ПОПАЛИ, ВОЗВРАЩАЕТСЯ К ИГРЕ. ЕЩЕ ОДИН ВАРИАНТ ВЫБРАТЬСЯ ИЗ КРУГА – ПОЙМАТЬ МЯЧ, ПРОЛЕТАЮЩИЙ НАД ГОЛОВОЙ. ИГРА РАЗВИВАЕТ ЛОВКОСТЬ, КООРДИНАЦИЮ, ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ, ВЫНОСЛИВОСТЬ, РЕАКЦИЮ.

- **ПОПАДИ**". ДЛЯ ИГРЫ НУЖНЫ НЕБОЛЬШИЕ ПЛАСТИКОВЫЕ ШАРИКИ ДИАМЕТРОМ ОКОЛО 5-10 СМ И КОРОВКА. ДЕТЯМ РАЗДАЕТСЯ ПО 5 ШАРИКОВ. ЦЕЛЬ ИГРЫ – ЗАБРОСИТЬ В КОРОВКУ ВСЕ ШАРИКИ. КИДАТЬ МЯЧИКИ ДЕТИ ДОЛЖНЫ С ОДНОГО РАССТОЯНИЯ, КОТОРОЕ МОЖНО ПОСТЕПЕННО УВЕЛИЧИВАТЬ ИГРА РАЗВИВАЕТ ТОЧНОСТЬ, ГЛАЗОМЕР, ЛОВКОСТЬ.





- **“ОТРАЖЕНИЕ”**. ВЕДУЩИЙ-ВЗРОСЛЫЙ СТАНОВИТСЯ НАПРОТИВ ДЕТЕЙ И НАЧИНАЕТ ПОКАЗЫВАТЬ ИМ РАЗНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ, ЦЕЛЬ ДЕТЕЙ – ЗЕРКАЛЬНО ПОКАЗАТЬ ТОЖЕ САМОЕ ВО ВРЕМЯ ИГРЫ ДЕТИ ТРЕНИРУЮТ КООРДИНАЦИЮ, ВЫНОСЛИВОСТЬ, РЕАКЦИЮ, ГИБКОСТЬ.



- **“КАРЛИКИ” И “ВЕЛИКАНЫ”**. ВЕДУЩИЙ-ВЗРОСЛЫЙ РАССКАЗЫВАЕТ ДЕТЯМ, ЧТО НА СВЕТЕ ЕСТЬ ЛЮДИ МАЛЕНЬКОГО РОСТА – “КАРЛИКИ” (ПРИСЕДАЕТ). ПОСЛЕ ЭТОГО ГОВОРИТ, ЧТО БЫВАЮТ ЛЮДИ ОЧЕНЬ ВЫСОКОГО РОСТА – “ВЕЛИКАНЫ” (ВСТАЕТ И ТЯНЕТСЯ РУКАМИ ВВЕРХ). ЦЕЛЬ ИГРЫ – ДЕТИ ДОЛЖНЫ ПРАВИЛЬНО СОРИЕНТИРОВАТЬСЯ ПО РАССКАЗУ ВЕДУЩЕГО. КОГДА ОН ГОВОРИТ “КАРЛИКИ” – ПРИСЕсть, “ВЕЛИКАНЫ” – ВСТАТЬ И ПОТЯНУТЬСЯ ВВЕРХ. ВО ВРЕМЯ РАССКАЗА ВЗРОСЛЫЙ МОЖЕТ МЕНЯТЬ ИНТОНАЦИЮ, СПЕЦИАЛЬНО ПУТАЯ ДЕТЕЙ. РАЗВИВАЕТ ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ, РЕАКЦИЮ, ГИБКОСТЬ, ТРЕНИРУЕТ МЫШЕЧНЫЙ КОРСЕТ.



- ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ”. ДЛЯ ИГРЫ НУЖНО ЧЕТНОЕ КОЛИЧЕСТВО ДЕТЕЙ. ИЗ НИХ ВЫБИРАЮТСЯ ВЕДУЩИЙ И “УБЕГАЮЩИЙ”. ОСТАЛЬНЫЕ ДЕТИ СТАНОВЯТСЯ ПАРАМИ. ПО КОМАНДЕ ВЗРОСЛОГО ВЕДУЩИЙ НАЧИНАЕТ ДОГОНЯТЬ “УБЕГАЮЩЕГО”. В ЭТО ВРЕМЯ ОСТАЛЬНЫЕ ДЕТКИ ПЕРЕМЕЩАЮТСЯ ПО ПЛОЩАДКЕ ПО КРУГУ. В ЛЮБОЙ МОМЕНТ “УБЕГАЮЩИЙ” МОЖЕТ СХВАТИТЬ ЗА РУКУ ЛЮБОГО РЕБЕНКА ИЗ ПАР. В ЭТОМ СЛУЧАЕ, ВТОРОЙ МАЛЫШ В ПАРЕ СТАНОВИТСЯ “УБЕГАЮЩИМ”. ЕСЛИ ВЕДУЩИЙ ДОГНАЛ “УБЕГАЮЩЕГО”, ТО ОН МЕНЯЕТСЯ С НИМ МЕСТАМИ, НАЧИНАЕТ УБЕГАТЬ. ИГРА РАЗВИВАЕТ ВЫНОСЛИВОСТЬ, СКОРОСТЬ, РЕАКЦИЮ, ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ, СМЕЛОСТЬ.

- **“ХВОСТИКИ”**. В ЭТУ ИГРУ МОЖНО ИГРАТЬ ВДВОЕМ, НО ВЕСЕЛЕЕ, ЕСЛИ МАЛЫШЕЙ БОЛЬШЕ. КАЖДОМУ УЧАСТНИКУ СЗАДИ ПРИКРЕПЛЯЕТСЯ НЕБОЛЬШАЯ ВЕРЕВКА (ХВОСТ). ЦЕЛЬ ИГРОКОВ ВЫДЕРНУТЬ “ХВОСТИК” ДРУГОГО ИГРОКА, ПРИ ЭТОМ СОХРАНИВ СВОЙ. ИГРА РАЗВИВАЕТ ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ, КООРДИНАЦИЮ, РЕАКЦИЮ, СКОРОСТЬ, ГИБКОСТЬ, ВЫНОСЛИВОСТЬ.



- **СВЕТОФОР**". ПЛОЩАДКА ДЕЛИТСЯ ДВУМЯ БОЛЬШИМИ ЛИНИЯМИ НА 3 ЧАСТИ. ВЫБИРАЕТСЯ ВЕДУЩИЙ, ОН СТАНОВИТСЯ В ЦЕНТР МЕЖДУ 2-МЯ ЛИНИЯМИ. ОСТАЛЬНЫЕ УЧАСТНИКИ НАХОДЯТСЯ ПО ОДНУ ИЗ СТОРОН ОЧЕРЧЕННОЙ ИГРОВОЙ ЗОНЫ. ВЕДУЩИЙ ЗАГАДЫВАЕТ ЛЮБОЙ ЦВЕТ. ДЕТИ, У КОТОРЫХ НАЗВАННЫЙ ЦВЕТ ЕСТЬ НА ОДЕЖДЕ, СВОБОДНО ПЕРЕСЕКАЮТ ОБЕ ЛИНИИ, ПЕРЕХОДЯ НА ДРУГУЮ СТОРОНУ. У ТЕХ МАЛЫШЕЙ, НА ОДЕЖДЕ КОТОРЫХ НЕТ НАЗВАННОГО ЦВЕТА, ДОЛЖНЫ ПЕРЕБЕЖАТЬ ОБЕ ЛИНИИ ЧТОБЫ ВЕДУЩИЙ ИХ НЕ ПОЙМАЛ. ВЕДУЩИЙ НЕ МОЖЕТ ПЕРЕСЕКАТЬ ЛИНИИ. ЕСЛИ ВЕДУЩЕМУ УДАЕТСЯ ПОЙМАТЬ УЧАСТНИКА, ОНИ МЕНЯЮТСЯ МЕСТАМИ. РАЗВИВАЕТ СКОРОСТЬ, ВНИМАНИЕ, РЕАКЦИЮ, КООРДИНАЦИЮ.



- **“МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ РАЗ”**. ВЫБИРАЕТСЯ ВЕДУЩИЙ ИГРЫ. ОН ГОВОРИТ “МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ РАЗ, МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ ДВА, МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ ТРИ. МОРСКАЯ ФИГУРА ЗАМРИ”. В ЭТОТ МОМЕНТ ВСЕ УЧАСТНИКИ ДОЛЖНЫ ЗАМЕРЕТЬ В ТОЙ ПОЗЕ, В КОТОРОЙ НАХОДИЛИСЬ. ЦЕЛЬ ВЕДУЩЕГО ЗАМЕТИТЬ, КОГДА КТО-ТО ИЗ УЧАСТНИКОВ ПОШЕВЕЛИТСЯ. В ЭТОМ СЛУЧАЕ ОНИ МЕНЯЮТСЯ МЕСТАМИ. ИГРА РАЗВИВАЕТ ВЫНОСЛИВОСТЬ, ВНИМАНИЕ, РЕАКЦИЮ, КООРДИНАЦИЮ, ВЕСТИБУЛЯРНЫЙ АППАРАТ.



- **“ПРЯТКИ”**. ПОДВИЖНАЯ ИГРА, КОТОРАЯ ОЧЕНЬ НРАВИТСЯ ВСЕМ ДЕТЯМ. МАЛЫШАМ СТАРШЕ 4 ЛЕТ МОЖНО ПРЕДЛОЖИТЬ УСЛОЖНИТЬ ИГРУ, ПРЕДЛОЖИВ ОТМЕЧАТЬ НАЙДЕННОГО УЧАСТНИКА СТУКОМ ПО ВЫБРАННОМУ ПРЕДМЕТУ. ТАК, ЕСЛИ ВЕДУЩИЙ НАШЕЛ УЧАСТНИКА, ОН ДОЛЖЕН УСПЕТЬ ДОБЕЖАТЬ ДО ВЫБРАННОГО ПРЕДМЕТА БЫСТРЕЕ УЧАСТНИКА, ЧТОБЫ “ЗАСТУЧАТЬ” ЕГО НАХОЖДЕНИЕ (ЗНАКОМОЕ С ДЕТСТВА “ТУКИ-ТУКИ – ВИТЯ!”).



# ИГРА РАЗВИВАЕТ ВНИМАНИЕ, СКОРОСТЬ, РЕАКЦИЮ.

- СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ – В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ ВЕСЕЛЫЕ ЗАБАВЫ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ МАЛЫШАМ ТРЕНИРОВАТЬ СИЛУ, ВЫНОСЛИВОСТЬ, СКОРОСТЬ И РЕАКЦИЮ. ПРЕДЛОЖЕННЫЕ ИГРЫ СПОСОБСТВУЮТ РАЗВИТИЮ ВСЕХ МЫШЦ ТЕЛА, ВОСПИТЫВАЮТ УМЕНИЕ ОБЩАТЬСЯ СО СВЕРСТНИКАМИ.
- ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПОДГОТОВЛЕНА
- БОЕВОЙ А.Л.
- ЦСПСИД КАЛИНЕНСКОГО РАЙОНА
- ДЕКАБРЬ 2020

