

Подвижные игры для детей младшего дошкольного возраста (3-4 года)

«Кубики»

Цель: Упражнять в умении согласовывать движения.

Описание. Из кубиков можно не только строить гаражи и домики.

Попробуйте поиграть в «перенос башни». Разделите кубики на две кучки — первая в одном конце комнаты, другая - в противоположном.

Задание: взять один кубик, и перенести его в другой конец комнаты. Там, поставить на него второй кубик и перенести снова к первой «кучке».

Поставить третий кубик - теперь, не уронив, возвращаемся обратно, за четвертым. Помните, держать «башню» разрешается только за нижний кубик! Кто сможет собрать все кубики и не разрушить «башню»?

«Прокати мяч по дорожке»

Цель: Упражнять в равновесии и прокатывании мяча вперёд.

Описание. Для игры нужно сделать дорожку из двух веревочек. А можно обозначить дорожку деталями конструктора или кубиками.

Задание: пройти по дорожке, прокатывая перед собой мячик, туда и обратно.

Выходить за пределы дорожки нельзя! А вот правила можно придумывать свои, например, туда катить мячик руками, а обратно ногами... Или катить вперед левой рукой, а назад — правой... Или взять в руки куклу (машинку, мягкую игрушку) и толкать мячик по дорожке игрушкой, не дотрагиваясь своими руками. Если малышу игра придётся по душе, можно в следующий раз сделать дорожку не прямой, а извилистой. Задание, конечно, усложнится, но и малыш станет более ловким, ведь такая игра — отличная тренировка!

«Забей гол»

Цель: Развивать координацию движений, дыхательную систему.

Описание. В этой игре, нужно забить гол воздушным шариком, передвигая его по полу. Ворота можно сделать из стульев, из двух игрушек и др.,

- **Первый вариант:** усиленно дуя, передвигаем «мяч» к воротам. Скорее всего, игроку придётся действовать не стоя, а на коленях.

- **Второй вариант:** забиваем гол «колбаской» (воздушный шарик вытянутой узкой формы).

- **Третий вариант:** загнать шарик в ворота ракеткой от бадминтона или настольного тенниса. А если ракетки нет, можно использовать вместо неё лопатку для жарки, кусок плотного картона, глянцевый рекламный буклет и т.д.

- Можно придумать свои варианты «клюшки», тогда игра каждый раз будет новой.