Подвижные игры для детей 3 – 4 лет имеют несколько другую природу, чем те же игры в более раннем возрасте 2 — 3 лет, поскольку ребёнок становится все более активным и выносливым. Его начинают интересовать совместные игры со сверстниками, малыш стремится продемонстрировать свои умения и достижения другим людям. Он хочет соревноваться в своих навыках со сверстниками, хотя еще не вполне готов к таким играм, т. к. не умеет проигрывать.

Задача родителей в этот период — поддержать стремление ребёнка к подвижным играм, общению с другими детьми и обеспечить условия для физического развития ребёнка (например, организовать домашний спортзал).

Хотя игровая деятельность является естественной для ребёнка дошкольного возраста, дети в возрасте 3-4 лет еще не в состоянии самостоятельно придумывать игры и воплощать их в жизнь. Им необходима помощь взрослого, чтобы:

 накопить опыт конкретных игр,

 научиться соблюдать правила во время игры,

 приобрести определенные навыки (ловить мяч, спрыгивать с высоты )

 чередовать периоды активных нагрузок и отдыха.

Психологи рекомендуют выстраивать режим дня ребенка таким образом, чтобы у него был минимум 1 час неструктурированной физической активности (ребенок самостоятельно бегает, прыгает) и 1 час структурированной физической нагрузки (игры, физкультминутки, различные комплексы упражнений), которую обеспечивает взрослый.

Подвижные игры для детей 3 — 4 лет на улице

«Медведь»

Дети считаются и выбирают, кто будет медведем. По двум противоположным сторонам площадки чертят линии: за одной линией – берлога медведя, за другой – дом детей. Середина площадки – опушка леса. Дети выходят из своего домика и идут на опушку собирать ягоды со словами:

 У медведя во бору,

 Грибы, ягоды беру,

 А медведь не спит,

 Все на нас рычит.

На слове «рычит» медведь выбегает из своей берлоги и ловит детей. Дети убегают в свой домик. Игра повторяется. Когда медведь поймает 2 – 3 детей, медведя меняют.

Полоса препятствий

Ваш ребенок уже уверенно катается на трехколесном велосипеде или самокате? Отлично, пора совершенствовать его навыки управления новым транспортным средством. Соорудите полосу препятствий из пластиковых бутылок, деревянных брусков и игрушек, которые ребенок должен объехать. Рядом с препятствием нарисуйте стрелочку, в какую сторону поворачивать, чтобы малыш тренировался объезжать предметы с разных сторон. Различные варианты полос препятствий своими руками вы найдете в этой статье.

После успешного прохождения всех препятствий вручите победителю приз.

Классики

Популярная игра, которая отрабатывает меткость и ловкость. Ребёнок 3 – 4 лет еще не умеет уверенно прыгать на одной ноге, поэтому кидаем биту, прыгаем на двух ногах, забираем биту и возвращаемся. Тот, у кого бита попала на линию или вылетела за пределы классиков, пропускает ход.

Поиски игрушек

Рисуете на асфальте табличку на 4 – 6 ячеек, в зависимости от количества игрушек, и в каждой ячейке схематично изображаете то, что нужно найти. Малыш закрывает глаза и вы быстро прячете игрушки на площадке. Ребёнок ищет предметы и раскладывает их по соответствующим ячейкам. Если детей несколько, то чертим несколько табличек. В конце игры проверяем соответствие рисунка и игрушки.

«Сардины в банке» или прятки наоборот

Предложите ребёнку сыграть в прятки наоборот. Ведущий прячется, а остальные пытаются его отыскать. Когда кто-то находит ведущего, то присоединяется к нему и они вдвоем сидят в тайнике. Под конец в тайник набивается столько человек, что они находятся там как «сардины в банке» — отсюда и название. Последний, кто находит тайник, становится ведущим.

Гармоничное развитие ребёнка по системе

Марины Суздалевой

Более 20 конспектов тематических занятий, семинары и электронные книги

Дети считаются и выбирают, кто будет медведем. По двум противоположным сторонам площадки чертят линии: за одной линией – берлога медведя, за другой – дом детей. Середина площадки – опушка леса. Дети выходят из своего домика и идут на опушку собирать ягоды со словами:

 У медведя во бору,

 Грибы, ягоды беру,

 А медведь не спит,

 Всё на нас рычит.

На слове «рычит» медведь выбегает из своей берлоги и ловит детей. Дети убегают в свой домик. Игра повторяется. Когда медведь поймает 2 – 3 детей, медведя меняют.

Полоса препятствий

Ваш ребёнок уже уверенно катается на трехколесном велосипеде или самокате? Отлично, пора совершенствовать его навыки управления новым транспортным средством. Соорудите полосу препятствий из пластиковых бутылок, деревянных брусков и игрушек, которые ребёнок должен объехать. Рядом с препятствием нарисуйте стрелочку, в какую сторону поворачивать, чтобы малыш тренировался объезжать предметы с разных сторон. Различные варианты полос препятствий своими руками вы найдете в этой статье.

После успешного прохождения всех препятствий вручите победителю приз.