

Предлагаем вам сохранить список из 20 игр, которые не требуют реквизита, а выплеск энергии ребенка обеспечивают колоссальный.

Эти действия не только помогут бороться со скукой, но обеспечат выплеск энергии. Действительно, достойный результат.

ИГРЫ СО СКОТЧЕМ

Простой скотч с низким уровнем прилипания станет вашим новым лучшим другом, Игры с ним заставляют детей проявлять свою творческую энергию.

Изучай и прыгай

Используйте скотч, чтобы выложить различные формы, буквы и / или цифры на полу. Попросите вашего ребенка встать на одну из форм. Затем дайте ему команду. Например, прыгай, как лягушка, или перебеги на прямоугольник. Эта игра позволяет вашему ребенку двигаться, но в то же время помогает изучать формы, буквы и цифры.

Ленточные линии

Сделайте 5-10 отрезков ленты, каждая на расстоянии шага, приклейте их к полу. Назовите первую строку “старт” а затем возможны разные варианты игр. Первый, самый простой - посмотрите, сколько линий они могут перепрыгнуть. Попросите их попробовать и запишите лучший результат. Увеличьте сложность, прыгая назад или на одной ноге.

Трек для машин

Используйте скотч, чтобы создать огромную дорожную систему для детских игрушек. Сделайте очень разветвленную сеть, которая заставит ребенка много передвигаться по комнате.

Скотч-математика

Сделайте большой квадрат с помощью скотча, а затем разделите его на 9 или более маленьких квадратов. Напишите случайные числа в каждом из них. Теперь попросите своего ребенка выполнить определенное математическое действие с цифрами, чтобы перейти к следующему номеру. Например, прыгни на 10, прибавь 3 и так далее.

ИГРЫ С ВОЗДУШНЫМ ШАРОМ

Возьмите шарик, добавьте несколько правил, и дети будут счастливы побегать и поиграть с ним. Попробуйте некоторые из наших любимых игр.

Стоп земля

Правила просты - подкидывайте воздушный шар в воздух, но не позволяйте ему касаться земли. Чтобы сделать игру более сложной для детей старшего возраста, дайте им возможность жонглировать более чем одним воздушным шаром или завязывайте одну руку за спиной. Засеките время, как долго они могут это делать. Эта игра отлично подходит для координации рук и глаз. Есть еще вариант – поместить внутрь шара маленькую игрушку. С ней чеканить будет и сложнее, и интереснее одновременно.

Пингвины бега

Пусть ребенок поместит воздушный шар между коленями. Затем дайте ребенку задание - пересечь комнату, не выронив его. Для детей более старшего возраста добавьте препятствий в комнате. Если они его выронят, пусть возвращаются в начало. Если у вас несколько детей – еще лучше. Их можно разделить на команды, и пусть соревнуются на время.

Держим баланс

Бросьте вызов детям, попросив их как можно дольше держать шар на тыльной стороне руки, не уронив. Вы будете удивлены, какие движения они будут стараться совершать при этом! Как вариант, пусть ребенок ляжет на пол с поднятыми ногами и пытается балансировать воздушным шаром с помощью ног. Это непростая задача и требует большой концентрации. А также отличная тренировка!

Хоккей с шарами

Возьмите клюшку и шайбу для хоккея с шайбой. Если нет, можно сделать их из картона. А теперь попытайтесь забить гол в импровизированные ворота, например, корзину для белья

ВЕСЕЛЫЕ ИГРЫ

Эти игры настолько интересны, что вы непременно захотите присоединиться к своим детям, чтобы поиграть.

Паутинные бои

С помощью скотча заклейте дверной проем, создавая паутину. Затем дайте детям какую-нибудь газету, чтобы они смяли ее и создали “снежки”. Теперь пусть кидают и радуются, когда снежок попадет в сети. Попросите их подсчитать, сколько всего предметов оказалось в паутине. Полезно!

Стикер-цель

Прикрепите 26 липких листочков для заметок к двери и напишите на каждом листочке разные буквы в случайном порядке. С помощью скотча сделайте линию старта на полу и поставьте ребенка за ней с мягким мячиком, сделанным, например, из свернутых носков. Попросите их бросить его, чтобы попасть в определенную букву, «А» или «Т». Или написать последовательно свое имя, если навыки ребенка позволяют сделать это. Можно сделать вариант с цифрами, когда нужно будет сложить все “выбитые” значения.

Бросок в пол

Можно бросать мяч не на вертикальную поверхность, а на горизонтальную, например, на пол. Могут применяться те же правила, что и выше.

Стаканчиковый пинг-понг

Возьмите пластиковые стаканчики и несколько шаров для пинг-понга. Пусть ваши дети бросают мячик таким образом, чтобы попасть в стаканчик. Стакан держите сами или просто поставьте на пол. Сначала поставьте стакан на небольшое расстояние, а затем потихоньку усложняйте задачу, все дальше и дальше отодвигая его.

Крокодиловая аллея

Одна из наших любимых игр всех времен. Просто создайте несколько «островков» или «лодок» на полу (используйте подушки, книги и т. д.), а дети пусть прыгают от одного к другому предмету, стараясь не попасть в «воду» и рискуя быть съеденным голодным аллигатором!

Прогулка по-крабьи

Научите своего ребенка передвигаться как краб (опираясь руками назад и идя ногами вперед). Пусть сначала просто научатся пересекать такой походкой всю комнату. Затем повышайте уровень сложности, заставляя их класть на живот игрушку и стараясь не уронить ее во время движения.

Цепочка действий

Вам нужно как минимум два игрока для этой интерактивной игры, где первый человек начинает выполнять определенное движение - это может быть что-то простое, например, прыгать два раза или держать доску на весу 30 секунд. Следующий человек должен выполнить первое движение, а затем добавить еще одно, образуя цепочку. Следующий человек делает предыдущие два движения, плюс добавляет свое собственные. Пусть продолжают играть таким образом, пока цепочка последовательности не сломается (обычно просто забывается, что там было). Победителем является последний.

Горячая картошка

Картофельная капля - еще одна из наших любимых игр, потому что дети думают, что это просто веселое времяпрепровождение. Попросите всех участников поместить картошку между коленями и пусть они с ней пройдут по комнате по заданному маршруту бросят ее в миску или ведро. Если руки касаются его, дети должны вернуться к началу и повторить попытку. Можно попробовать также более сложный вариант с иллюстрациями.

Зеркало

Встаньте лицом к лицу к ребенку на расстоянии в один шаг и попробуйте скопировать все его движения (или наоборот). Поднимитесь и потянитесь к небу. Сделайте 10 прыжков. Покружитесь. Покривляйтесь. Затем переключите роли и скопируйте своего ребенка. Посмотрите, он не сможет сдержать смех, да и вы тоже!

На посадку!

Сделайте бумажные самолеты и запустите их. Теперь вам нужно вернуть его обратно, не идя пешком. Только прыгая и ползая. Или придумайте свой вариант передвижения. Ну, очень весело!

Подушечные гонки

Садитесь на подушку сверху и прыгайте на ней по проложенной трассе. Усложните игру, добавив препятствий в виде туалетной бумаги, пустых бутылок с водой.

Фанты

Напишите на листочках разные веселые задания и поместите их в банку. Для этого подойдут все описанные игры выше. Это добавит элемент непредсказуемости в ваши активные занятия и скрасит долгие дни, которые вы с ребенком вынуждены провести в четырех стенах.