**Балансировка**

И в эту игру можно играть по-разному.

• Пройти по краю ковра (или по протянутой на полу веревке, скакалке), словно по «краю пропасти», раскинув руки в стороны.

• Усложняем: тот же «край пропасти», но в руки малыша даем любой предмет и говорим, что надо «перенести хрустальную вазу».

• Теперь дайте ребенку книгу, пусть попробует пройти по комнате, держа книгу на голове (поэкспериментируйте с разными по величине и толщине книгами, пусть малыш сам определит, как надо идти, чтобы удержать «груз» на голове). Но предупредите, что когда ребенок идет, дотрагиваться до книги нельзя!

**Без рук, без ног**

Пусть ребенок попробует донести надутый воздушный шарик из одного конца комнаты в другой, не дотрагиваясь до него ни кистями рук, ни ступнями ног. Как? Можно дуть, подталкивать шарик коленками или локтями, подбивать головой или толкать животом. Можно даже «донести» шарик на спине — это задание очень веселое, особенно если соревноваться.

**Забей гол**

Несколько вариантов игры, когда надо забить гол воздушным шариком, передвигая его по полу. Ворота придумываются из подручных средств: две игрушки, между которыми надо «провести» шарик, или пара стульев, или диван и кресло.

• Первый вариант: загнать шарик в ворота ракеткой от бадминтона или настольного тенниса. А если ракетки нет, можно использовать вместо нее лопатку для жарки, кусок плотного картона, сложенный в несколько раз газетный лист или даже ненужную брошюру, например, глянцевый рекламный буклет.

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

• Третий вариант: усиленно дуя, передвигаем «мяч» к воротам. Скорее всего, игроку придется действовать не стоя, а на коленках.

• Четвертый вариант: загоняем шарик в ворота воздухом, причем касаться шарика нельзя. Понадобится веер, и эта игра совсем не так проста, как кажется, поэтому лучше играть в нее не с малышами, а с детками постарше. Веер, кстати, легко сделать самому — сложите «гармошкой» лист А-4.

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

**Кенгуренок**

Старая, но неизменно забавная игра: допрыгать до финиша с воздушным шариком, зажатым между коленок. Кто потерял шарик по дороге, начинает сначала.

**Пингвиненок**

Игра похожа на предыдущую, «Кенгуренок», только шарик зажимается между щиколоток. Прыгать так совершенно невозможно, поэтому медленно переставляем ноги и переваливаемся, как пингвины. Задача: удержать шарик и добраться до финиша.

**Шарик на ложке**

Возникла эта игра из другой, очень старой. Надо было положить в обычную столовую ложку картофелину и донести ее от старта до финиша, не уронив по дороге. Попробуйте заменить картофель воздушным шариком — и игра станет тренажером на развитие координации движений.

**Шарик на ракетке**

Похожа на предыдущую, только переносить шарик нужно, подбивая его снизу, то есть на чем-то плоском, например, на ракетке, веере или даже на сложенной в несколько раз газете.

**Шариковый волейбол**

Обычно играют командами, но можно устроить «тренировку» дома, с одним ребенком. «Волейбольную сетку» делают из веревки, натянутой посередине комнаты, или из стульев, повернутых к малышу спинками. Сам шарик надо немного наполнить водой, он станет тяжелее. Й, кстати, тогда перемещения «воздушного мяча» будут непредсказуемыми.

**«Странный танец»**

Известная игра на ловкость, но понадобятся как минимум два игрока. Каждому привязывается к лодыжке левой ноги воздушный шарик. Задание: правой ногой «лопнуть» чужой шарик, но сохранить свой. А играть можно так:

• в определенном месте — например, обозначить круг, за границы которого выходить нельзя;

• под музыку танцевать, взявшись за руки, — попробуй «лопнуть» шар одной ногой!

• если игроков много, пусть сцепят руки за спиной, это усложнит задачу.

**Гусеница**

Здесь нужны хотя бы три игрока. Они встают друг за другом, а надутые шарики зажимают между спиной предыдущего и животом следующего. Задание: пройти определенное расстояние (например, из одного конца комнаты в другой) или определенное количество проходов на время, не «рассыпав» гусеницу.

**Подпрыгни и дотронься**

Если у вас под потолком висит оставшийся с праздника или после семейной прогулки воздушный шарик, наполненный гелием, можно привязать к его ниточке небольшую игрушку и поиграть в игру «Подпрыгни и дотронься». Только проверьте, чтобы у ребенка была возможность допрыгнуть, отрегулируйте длину нити. Правила возможны различные: обязательно дотронуться двумя руками сразу (тогда нагрузка на мышцы распределяется равномерно), или по очереди каждой рукой, или прыгая на одной ножке... Вместо игрушки можно привязать вырезанные из бумаги изображения птичек или бабочек, тогда это будет «охота». А можно привязать небольшой колокольчик или бубенчик и- попробовать подпрыгивать с закрытыми глазами (подстрахуйте малыша на всякий случай).

**В круг и обратно**

Посередине комнаты положите обруч, а если обруча нет — любой веревкой обозначьте круг. Внутри разложите несколько небольших предметов или игрушек. По вашей команде ребенок должен запрыгнуть в круг и, схватив нужный предмет, выпрыгнуть обратно. Например, вы командуете: «На правой ножке... Мячик!» Когда малыш выполнит команду, подаете новую: «На обеих ножках... Машинка!» И т. д. Игра развивает ловкость и умение аккуратно прыгать, ведь наступать на игрушки нельзя, надо запрыгнуть на свободное место в круге.

**Прокати мяч по дорожке**

Дорожку в комнате легко сделать из двух веревочек, или толстых нитей, или шпагата — любой длинный гибкий материал сгодится. А можно обозначить дорожку деталями конструктора или кубиками. Задание: пробежать 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 (робота, мягкую игрушку, даже грузовичок) и толкать мячик по дорожке игрушкой, не дотрагиваясь своими руками. Если малышу игра придется 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!