

ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ЛОВИ – БРОСАЙ»

Цель. Развивать координацию движений, ловкость, фиксацию зрения.

Ход. Дети стоят в кругу, взрослый (или ребенок)— в Он перебрасывает мяч и ловит обратно, говоря: «Лови, бросай, упасть не давай!».

Текст произносит не спеша, чтобы успеть поймать и бросить мяч.

Расстояние постепенно увеличивается: от 1 до 2 м и более.

Правила: ловить мяч, не прижимая его к груди; бросать точно взрослому двумя руками в соответствии с ритмом произносимых слов.



Перебежки

Дети делятся на две равные группы, встанут друг против друга на расстоянии 3-4 м и начинают перебрасывать мяч друг другу. Если ребёнок не поймал мяч, он переходит в другую команду и встаёт за игроком, который бросил ему мяч. Выигрывает та команда, в которую больше перешло игроков.

Правила:

- * Мяч игроки перебрасывают друг другу по порядку.
- * Тот, кто начинает игру, может придумать любое упражнение, а другие должны точно его повторять.

Указания к проведению. Если в игре принимает участие большое количество детей, то нужно дать 2-3 мяча. Взрослый может взять руководство игрой на себя, подсказать детям, какое упражнение они должны выполнить.



У медведя во бору

Для этой игры необходимо участие двух взрослых. «Медведь» (один из взрослых) сидит на стульчике в углу комнаты и «спит». Другой взрослый вместе с ребёнком (или детьми) ходит по лесу, собирает «грибы», «ягоды», они перекликаются: «Ау! Ау!». Затем взрослый и дети, взявшись за руки, начинают приближаться к «медведю» со словами:

*У медведя во бору
Много шишек наберу,
А медведь слепой —
Не бежит за мной.
Веточка обломится —
Медведь за мной погонится!*

На последнем слове «медведь» рычит (ласково! чтобы не испугать малышей) и бежит за играющими, ловя их.

Медведь и дети

Один из взрослых назначается «медведем». Другой взрослый и дети сидят на корточках в одном конце комнаты. «Медведь» ходит по комнате, делает вид, будто ищет детей и приговаривает:

*Мишка по лесу гулял,
Долго, долго он искал,
Мишка деточек искал,
Сел на травку, задремал.
Затем «медведь» садится в противоположном конце комнаты на стул и дремлет.
Взрослый и дети говорят:
«Стали деточки плясать,
Мишка, Мишка, вставай,
Стали ножками стучать.
Наших деток догоняй».*

На последнем слове дети бегут в другой конец комнаты и присаживаются там на корточки.

Раз, два, три — лови!

Дети становятся на одной стороне комнаты. Они говорят: «Раз, два, три — лови!». После бегут к противоположной стене комнаты. Водящий, который находится в центре комнаты, должен успеть поймать игроков, пока они не добежали до стены.

Салки со змеей

Звучит весёлая музыка для детей, ребята бегают, прыгают, веселятся. Музыка смолкает, и дети приседают на корточки и затаиваются (чтобы змея их «не заметила»). Змея (игрушечная) ползает мимо детей, а детям надо удержаться и не броситься наутёк от змеи. В этой игре у детей развивается выдержка.

Солнечный зайчик

Возьмите фонарь и покажите ребёнку, как от него на стене появляется жёлтое пятно: «Это солнечный зайчик». Предложите малышу поймать его ладошками. Если «зайчик» окажется на полу — его можно ловить ногами.

*Скачут побегайчики
Солнечные зайчики,
Мы зовём их — не идут,
Были тут — и нет их тут.
Прыг, прыг по углам,
Были там — и нет их там.
Где же зайчики? Ушли,
Мы нигде их не нашли.*