# Лабораторная работа № 12

|  |  |
| --- | --- |
| Вид движений | Название игры |
| Ходьба | «Найди флажок». Описание: дети сидят на стульях, по слову воспитателя дети встают и  поворачиваются лицом к стене, воспитатель прячет флажки по числу детей. «Пора!» -  говорит воспитатель. Дети поворачиваются к нему лицом и идут искать флажки. Тот, кто  нашел флажок, садится на свое место. Когда все флажки найдены. Дети идут вдоль  площадки. Держа флажок в руке. Впереди колонны идет тот, кто первый нашел флажок.  По сигналу «На места!» дети садятся на стулья, и игра начинается снова.  Правила: поворачиваться лицом к воспитателю можно только после слова «пора!»  «Тишина». Цель: присев, не шевелиться, соблюдать тишину. Нарушивший это требование, становится в конец колонны.  Ход игры. Дети идут в обход площадки в колонне по одному и говорят:  Тишина у пруда.  Не колышется вода,  Не шумят камыши,  Засыпайте, малыши.  На последние слова останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают  гласа (10 с.). |
| Бег | «Бегите ко мне». Описание: дети сидят на стульях, поставленных у одной из стен комнаты. Воспитатель отходит к противоположной стене и говорит «бегите ко мне!». Дети бегут к воспитателю. Воспитатель приветливо их встречает. Затем он переходит на другую сторону площадки и говорит «бегите ко мне!» На слова воспитателя «Бегите домой!» дети садятся на стульчики и отдыхают. Правила: бежать к воспитателю только после слов «Бегите ко мне!» Дети бегут к стульям и садятся только после слов «Бегите домой!»  «Мыши и кот». Ход игры: с одной стороны зала огораживается участок – это дом мышей (высота 50 см.). На другой стороне зала дом кота. Воспитатель говорит:  Кот мышей сторожит, притворился, будто спит!  Дети проползают под рейками и бегают.  Воспитатель приговаривает:  Тише, мыши, не шумите.  И кота не разбудите!  Дети бегают легко и бесшумно. Со словами «Кот проснулся», ребенок, изображающий кота, бежит за мышами. Дети не подлезают под рейки, а вбегают в норки через неогороженную часть. |
| Прыжки | «Воробушки и кот». Все играющие изображают воробушков и находятся за кругом. Водящий – кот встает в середину круга. Воробушки то впрыгивают в круг, то выпрыгивают из него. Они собирают зерна (внутри круга рассыпаны фишки). Кот бегает по кругу и старается поймать их. Воробушек, до которого дотронулся кот, все собранные зерна высыпает, затем вновь начинает их собирать. В конце игры отмечают самых проворных воробьев.  «С кочки на кочку». Воспитатель выкладывает в шахматном порядке плоские обручи (6-8 шт. в две линии). Играющие выстраиваются в две колонны. По сигналу воспитателя первые игроки начинают перепрыгивать на двух ногах из обруча в обруч. Как только первый игрок  прыгнет из последнего обруча, прыжки начинает второй игрок колонны и т. д. Побеждает команда, быстро и правильно (не оступившись ни разу) перебравшаяся на другой берег. Игра повторяется 2-3 раза. |
| Метания | «Охотники и лисы». Играющие - "лисы", образуют круг, в центре которого водящий с мячом в руках -"охотник". По сигналу лисы разбегаются, а охотник пытается мячом выбить одного из играющих. Осаленная лиса становится охотником. Охотники, уже вдвоем передавая мяч между собой, выбивают лис. Если лисы смогут перехватить мяч, то они передают его уже между собой, поменявшись ролями. Игра длится определенное время, выигрывает команда, имеющая в плену больше игроков противника.  «Двигающаяся цель». Играющие разбиваются на пары в командах и образуют в парах шеренги на расстоянии 4-5 м. В руках у направляющих баскетбольный мяч. В начале каждой команды располагается водящий с обручем. По сигналу водящий начинает двигаться с обручем, поднятым вверх. В это время направляющие выполняют передачу партнеру в обруч. Важно, чтобы мяч не коснулся пола при передаче мяча, а за каждое попадание в обруч команда получает очко. |
| Лазанье | «Перелет птиц». Описание: дети стоят свободно на одной стороне площадки напротив гимнастической стенки с несколькими пролетами. По сигналу «птицы полетели» - бегают по площадке, по сигналу «буря» - влезают на лестницу. Если пролетов мало, число играющих детей ограничивается, чтобы веем хватило места па лестницах  (3—4 ребенка на пролете). Правила: бегать по всей площадке, не стоять у стенки; влезать на свободное место, уступая друг другу; слезать до конца, не спрыгивая.  «Проползи в туннель». Описание: воспитатель ставит обруч ободом на пол, придерживая его рукой сверху. Вызванный ребенок должен проползти на четвереньках через обруч,  не задевая его, потом встать и похлопать в ладоши над головой. |
| Равновесие | «Поймай комара». Описание: играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Воспитатель находится в середине круга. Он держит в руках прут длиной – 1- 1,2 метра с привязанным на шнуре картонным комаром. Длина шнура – 50 см. Воспитатель обводит прутом, «кружит комара», немного выше головы играющих. Когда комар летит над головой, ребенок подпрыгивает, стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит: «Я поймал!». Затем воспитатель снова обводит прутом круг. Правила: ловить комара можно только обеими руками и подпрыгивая на двух  ногах.  «Канатоходец». Необходимые материалы и наглядные пособия: мел.  Ход игры Мелом на игровой площадке рисуют тропу канатоходца шириной, не превосходящей ширину стопы. Задача каждого, игрока: пройти дистанцию как можно быстрее и не оступиться. |