

Подвижные игры на военную тематику



Игры на внимание

«Будь внимателен»

4 сигнала Красный флажок -дети кричат ура; зеленый флажок –бегают врассыпную; желтый –маршируют на месте; нет сигнала –приседают и замирают.

«Разведчики, парад, засада»

По команде «Парад» дети идут парадным шагом, высоко поднимая колени.

По команде «Разведчики» дети идут осторожно, согнувшись.

По команде «Засада» приседают и не шевелятся.

«Увольнительная»

Звучит веселая музыка, дети бегают врассыпную, танцуют, играют. В конце любой музыкальной фразы нажимается пауза –дошкольники останавливаются и отдают честь.

«Военные»

Летчики – бег врассыпную, прямые руки в стороны;

Моряки – бег врассыпную, сложив ладони вместе и вытянув руки вперед;

Танкисты – ходьба в полуприседе;

Пехотинцы – ходьба парами строевым шагом;

Снайперы – лечь на пол, приняв позу стрелка;

Тревога – построение в одну шеренгу



Игры с метанием

«Перестрелка»

Цель игры: развитие умения взаимодействовать в команде, меткости и ловкости. Площадка разделена на две половины. Команды свободно располагаются на своих половинах. У каждой команды по мячу. По сигналу начинается перестрелка - дети бросают мячи, стараясь выбить игроков команды соперника, те отвечают им тем же. Поймавший мяч, бросает его в любого из другой команды. Побеждает команда, которая быстрее выбьет своих соперников.

Правила: засчитываются только попадания в игрока с лёта. Игрок может спастись, если поймает мяч, летевший в него, или увернется от него.

«Осада»

Цель игры: развитие умения взаимодействовать в команде, меткости и ловкости. В центре площадки чертят круг диаметром 3-4 м. играют две команды: одни –защитники, другие –нападающие. Защитники входят в круг, а нападающие окружают их за чертой, отойдя друг от друга на одинаковое расстояние. Нападающие три раза подряд перебрасывают мяч над кругом. Это условие для начала игры. В это время нападающие не имеют права ударять находящихся в кругу, а те не могут прыгать и ловить мяч. После трех перебросов нападающие стараются уловить момент и ударить по кругу. Дети в кругу стараются избежать ударов – защищаться, т.е. ловить мяч или стремиться удержать его в кругу. В случае удачной защиты, играющие меняются ролями.

Правила: если удар нападающих достиг цели и мяч вылетел из круга, то защитник, в которого попал мяч, выбывает из игры. Если мяч не достиг цели, из игры выходит тот нападающий, который бросал мяч.

«Огненный рубеж»

Цель игры: развитие меткости, формирование ОДС в метании. Участники по очереди метают «гранату» (снежки или мешочки с песком). С расстояния 3 метров стараются попасть в вертикальную мишень – макет танка (картонная коробка с нарисованным на ней силуэтом танка).

«28 панфиловцев»

Цель игры: развитие меткости и ловкости. Команды строятся в колонны по одному на линии старта (обороны). На противоположной стороне

площадки напротив каждой команды стоят по 3 «танка». Это мягкие модули, стилизованные под танки. По сигналу первый боец (участник) ползет попластунски до линии огня (черты на полу), берет гранату (мешочек с песком), приподнимаясь от пола с опорой на руку и одно колено, выполняет бросок по цели (с расстояния 3 м) и бегом возвращается назад. Побеждает команда, подбившая большее количество танков.

Правила: бросок по танку выполнять из положения полулежа, если участник встал в полный рост, то считается раненым.

«Меткий стрелок»

Каждый игрок команды должен из снега сделать снежок и забросить его в корзину (сбить цель) с расстояния 3-4 м. Та команда, которая забросит больше снежков, одержит победу.

«Всадники-стрелки»

1 вариант – с одной стороны площадки устанавливают мишени (на веревке подвешивают вертикальные мишени, высотой 1-1,5 м). От мишени на расстоянии 2-3 м проводят линию метания. Игроки располагаются на стартовой линии с другой стороны площадки. Всадники сидят верхом на лошадях (палки с изображением головы лошади), у каждого в руках мяч малого размера. По команде игроки скачут к линии метания, стараясь попасть мячом в вертикальную цель, после чего возвращаются на свое место. Правила: способ метания оговаривается заранее по желанию игроков, нельзя переходить линию метания, такой бросок будет не засчитан. Игру можно проводить, как эстафету в двух –трех командах. Побеждает команда, которая больше наберет очков.

2 вариант –с участием взрослого. Папа везет ребенка на спине до ориентира, ребенок берет мешочек и бросает в корзину, папа возвращается так же с ребенком на спине.

«Ловкие солдаты»

Цель игры: тренировать в бросании и ловле мяча.

Дети делятся на 2-3 команды и выстраиваются в параллельные колонны. Напротив каждой команды на расстоянии 2-3 м встают капитаны, у каждого в руках мяч. По сигналу капитаны бросают мяч (заранее установленным способом –двумя руками снизу, из-за головы, от груди, от плеча и т.п.) первому игроку в своей команде. Тот ловит мяч, возвращает капитану и сразу приседает. Те же действия – обмен передачи мяча – капитаны выполняют со вторым, третьим и остальными игроками своей команды. Каждый игрок,

вернув мяч капитану, приседает. Когда последний игрок отдает мяч капитану, тот поднимает его вверх, после чего все игроки команды быстро встают. Победителем считается команда, чьи игроки быстрее и точнее выполняют передачи мяча. При каждом повторении игры выбирают новых капитанов команд.

«Снайпер»

1 вариант - Проводятся две параллельные линии на расстоянии 8-10 м друг от друга. В середине между ними чертят круг диаметром 2 м. Один игрок – снайпер. Он с мячом в руках стоит в кругу. По сигналу остальные игроки начинают перебежку от одной линии к другой. Снайпер старается попасть в них мячом, момент броска он определяет сам. Мяч, брошенный мимо, игроки перебрасывают снайперу. Тот игрок, в кого попали мячом, выбывает из игры. Если игрок поймал мяч, брошенный в него, то это не считается попаданием.

2 вариант – Снайпер стоит в центре круга (в обруче), возле него лежат 6-8 мягких мячиков. По сигналу игроки начинают бегать по кругу, стараясь увернуться от мяча. Снайпер продолжает стрельбу, пока у него не кончатся патроны «мячики». Каждый мяч можно использовать только один раз.



Комбинированные эстафеты

«Вперед пехота»

Перепрыгнуть через 3 «мины», пролезть в тоннель, добежать до ориентира и забросить мешочек с песком в корзину.

«Глоток воды» (за основу взяты события Брестской крепости)

Цель игры: развитие ловкости, чувства равновесия. Команды строятся в колонны по одному на линии старта, у первых бойцов в руке кружка. Рядом с каждой командой стоит пустое ведро, на противоположной стороне площадки ведро с водой. По сигналу первые бойцы обеих команд бегут по полусферам, по доске (скамейке), пролезают через обруч «лаз», подбегают к ведру, зачерпывают воду в кружку и тем же путем возвращаются обратно, стараясь не расплескать воду. Подбегая, наполняют своё ведро, передавая кружку следующему участнику. Побеждает команда, набравшая больше воды и быстрее справившаяся с заданием.

«Тяжело в учении, легко в бою»

Комбинированная эстафета с автоматом на шею. Проползти по-пластунски по полу, пробежать по скамейке, перепрыгнуть через лежащие в ряд три обруча, подняться на стенку. Обратное выполнение того же задания. Задание выполняют все участники каждой из команд.

«Тяжелая ноша»

Солдаты должны быть сильными, выносливыми, уметь переносить тяжести. Пробежать с двумя набивными мячами вокруг ориентира и передать их следующему участнику.

«Разведчики»

Игроки «разведчики» проходят полосу препятствий: Бег «змейкой», пролезание в обруч «тоннель», перепрыгивание через препятствия (барьер), кувырок вперед на мате, возвращаясь бегом назад.

«Доставка снарягов»

1 вариант - Стартуют пары. Один ребенок принимает положение упора лежа, другой берет его за ноги. По команде обойти ориентир и вернуться назад. Затем поменяться местами и проделать то же самое еще раз.

2 вариант – Пробежать с набивным мячом в руках по полусферам, провести мяч между ориентиров, пролезть в обруч и бегом вернуться назад, передавая мяч следующему участнику. 3 вариант – Пронести большой ортопедический мяч вдвоем, обегая стойки.

«Пограничник и его собака» (парная эстафета)

Один из детей в роли пограничника, другой в роли «собаки». Задания выполняет «собака», пограничник бежит рядом, держа партнера за руку, как за поводок. Перепрыгнуть через барьер, пробежать по скамейке, обежать «змейкой» 4-5 ориентиров и бегом вернуться назад. Правила: пограничник бежит рядом с «собакой», не выпуская руки сбоку от препятствий. После выполнения заданий партнеры меняются местами.

«Переноска раненого»

1 вариант - Двое детей перевозят третьего, сидящего на одеяле.

2 вариант – Двое детей переносят третьего, посадив его на скрещенные руки.

«Полевой госпиталь»

Девочки – «медсестры» делают перевязку условно раненому бойцу и отводят его в госпиталь.

«Переправа»

1 вариант - Цель игры: развитие ловкости. Ход игры: дети выстраиваются в две команды. Первые игроки каждой команды держат в руках по две дощечки. Подкладывая себе под ноги дощечки, пройти определенное расстояние на скорость, а затем передать дощечки следующему игроку. Побеждает команда, первой закончившая задание.

2 вариант – участники переходят с одной стороны на другую, подкладывая себе под ноги обручи. Игроки должны переходить, вставая ногами только в обруч. Игру можно проводить, как встречную эстафету. Чья команда быстрее поменяется местами?

Игры с бегом

«Борьба за знамя»

В игре участвуют две команды. Количество участников может быть любым, но равным в обеих командах. У каждой команды имеется знамя (флажок), который устанавливается на видном месте и охраняется одним из игроков. Остальные члены команды делятся на защитников и нападающих. Цель игры – завладеть флажком противника, сохранив свой. В процессе игры разрешается передавать флажок другому игроку или убежать с флажком.

Правила: начинать игру надо по сигналу. В борьбе за флажок нельзя допускать грубых действий.

«Перехватчик»

На противоположных концах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются в одном из домов в одну шеренгу. В середине лицом к детям находится водящий «перехватчик». Дети хором произносят слова: Мы умелые солдаты, любим бегать и скакать, Раз, два, три, четыре, пять, ни за что нас не поймать! После окончания слов все бегут в рассыпную через площадку в другой дом. Водящий старается запятнать детей, прикасаясь к их плечу рукой. Запятнанные отходят в условное место. В конце игры отмечаются лучшие ребята, не попавшиеся ни разу.

2 вариант – «перехватчиков» может быть двое или более детей.

«Связисты»

Игроки «связисты» должны наладить связь со штабом – проложить телефонный кабель, разматывая катушку (веревку, намотанную на палочку). Как только линия связи от условного места до штаба проложена, связисты подают сигнал флажком.

«Погоны»

Ведущий кладет на плечи первого участника в каждой команде погоны. Задача: не уронив погоны, пробежать дистанцию и положить их на плечи следующему участнику эстафеты. Держать погоны руками нельзя.

Правила: если погон упал (на любом этапе), игрок возвращается на старт, ему снова кладут на плечи погоны, и он опять бежит свою дистанцию.

«Воздушная тревога» (за основу взяты события в осажденном Ленинграде)

Цель игры: развитие быстроты, умения взаимодействовать в команде. Для

игры необходимо две детские палатки «бомбоубежище», два тоннеля «проход». По двум сторонам площадки стоят палатки, к входу каждой проложен тоннель из ткани. Звучит легкая музыка, дети свободно передвигаются по площадке. Музыка становится тревожной – раздаётся предупреждение «Воздушная тревога!», «Воздушная тревога!». Каждая команда должна быстро на средних четвереньках перебраться по тоннелю в бомбоубежище.

«Боевая тревога»

Бег в солдатской рубашке, сапогах и с каской на голове. По команде задание выполняет первый участник команды. После он передает обмундирование следующему участнику. Эстафета заканчивается, когда участники каждой из команд выполнили задание.

«Ценное донесение»

1 вариант - В сильную метель надо доставить ценный пакет, у какой команды это получится быстрее? Бег «змейкой» вокруг ориентиров в одну и другую сторону, передавая пакет.

2 вариант – пронести лист бумаги на ладони, чтобы правильно выполнить задание надо проявить выдержку и терпение.

«Летчики –космонавты».

Дети по команде «самолеты» бегают врассыпную, руки в стороны, по команде «ракета» становятся в малый круг, подняв руки вверх и соединив их вместе.

«Летчики»

Игра проводится на участке, где есть укрытия (кусты, деревья, пригорки). На одной стороне участка аэродром, на котором расположено одна от другой три группы детей –летчиков. У летчиков на груди прикреплены пропеллеры своего цвета для каждой группы. В противоположной стороне участка – место с укрытиями, куда будут лететь самолеты. «Начальник аэродрома» назначает, какая группа самолетов полетит вначале. «Летчики» назначенной группы заводят моторы и по сигналу «начальника» (взмах флажком) вылетают. В этот момент оставшиеся на аэродроме летчики отдыхают – поворачиваются спиной к вылетевшим. Облетев круг, летчики продолжают полет дальше, и каждый садится в различные места под тем или иным укрытием. После этого «начальник» передает: «Приготовитесь на поиск самолетов!» Все летчики готовятся в путь: накачивают бензин, заводят моторы и по сигналу начальника (взмах флажком) вылетают на поиски.

Разыскав летчиков из первой группы, все возвращаются назад. Затем к полету назначается другая эскадрилья.

Правила: Вылетает та группа летчиков, которую назначает командир. Нельзя подглядывать, куда скрываются самолеты. Тот, кого нашли, летит на аэродром и ждет, чтобы собрались все летчики. Указания к игре: Сигнал к полету дается флажком, соответствующим по цвету пропеллерам данной группы.

«Переход через минное поле»

К голеностопам детей, бегущих в парах, привязывают по два воздушных шара. Они должны добежать до ориентира и обратно, не наступив на шар. Задевание шара рассматривается как взрыв.

2 Вариант игры. Можно использовать мячики из «сухого» бассейна, рассыпав их по полу. Участники должны добежать до ориентира и обратно, не наступив на них.

«Спасение пойманных»

Считалкой выбирают трое водящих. Они становятся на одной стороне площадки. Все остальные располагаются недалеко от них в ряд. По команде дети разбегаются в разные стороны, а водящие стремятся их поймать.

Пойманные игроки берутся за руки в центре площадки, становятся в круг. Водящие продолжают ловить игроков до тех пор, пока не останутся трое не пойманных, которые стремятся подбежать к игрокам, стоящим в кругу, и выручить кого-либо из них. Если это удалось, то игроки опускают руки и убегают из круга. Если оставшимся игрокам долго не удастся подойти к кругу и коснуться одного из пойманных игроков, то они проигрывают. Игра начинается сначала, водящими становятся три не пойманных игрока.

Правила: игрокам нельзя выходить за пределы площадки. Пойманные игроки не должны покидать круг до тех пор, пока оставшиеся три игрока не выручат их.

«Взятие в плен»

После жеребьевки участники двух команд становятся в две шеренги напротив друг друга на расстоянии 6-10 м. Каждая команда в своей правой стороне отмечает круг – это убежище для пленников. Получив право начать игру, первый номер одной команды подбегает к первому номеру другой команды и становится перед ним. Тот вытягивает одну руку, чтобы противник ударил его по ладони, и тут же готовится в беге поймать его.

Игрок из первой команды ударяет три раза по ладони соперника, стараясь после третьего удара быстро убежать на свое место. Если ему не удастся убежать, он попадает в плен. После первых номеров соперничают вторые номера команд. Победителем становится та команда, которая смогла взять в плен больше игроков.

2 вариант –в конце игры можно освобождать пленных. Это делает игрок, уверенный в своих силах. Он, ударив три раза по руке противника, бежит в сторону убежища и, хлопая по руке каждого пленника, освобождает всех из плена, затем бежит на своё место. Преследователь в этом случае имеет право опять ловить убегающих и снова пленить их.

Правила игры. Пленные не должны выходить за пределы круга навстречу освободителю. Освобожденный из плена игрок сам может стать освободителем. При освобождении пленных или преследовании игроков остальные участники не имеют права вмешиваться. Нельзя забегать за черту другой команды.

«Крепость»

Игроки делятся на две команды. Жеребьёвкой определяют, какая из команд будет нападать, а какая защищать крепость. В центре поля кладут доску (камень - это и есть крепость). По сигналу защитники окружают крепость на расстоянии 2-3 м и защищают её от нападения соперников. Нападающие расходятся в разные стороны. Крепость считается завоеванной, если кто из игроков наступит на доску и не будет пойман защитником. Нападающие составляют различные планы осады, подходят к защитникам и заговаривают с ними, стараясь их отвлечь. Когда нападающие сжимают кольцо защиты, представители последней стремятся поймать их. В такой момент нападающие прорываются в крепость по прямой линии, и тогда защитники, оставшиеся за прорванной линией, выбывают из игры.

Нападающий, прорвавший цепь защитников, но не успевший поставить ногу на доску до того, как его поймали, тоже выходит из игры.

Правила игры. Нападающим засчитывается очко, если они завоюют крепость. Если же всех нападающих поймают, то команды меняются местами. Выигрывает команда, набравшая больше очков или быстрее другой завоевавшая крепость.

«Подводная лодка»

Дети встают по три человека и кладут руки на плечи впереди стоящему «экипаж подводной лодки». No1 –командир подводной лодки идет медленно, вытянув руки вперед и соединив ладони вместе. Двое следовавших за ним

детей «торпеды». Командир говорит: «Пли!» и «торпеды» отрываются и бегут один круг, возвращаясь к командиру. На команду «Стоп!» дети останавливаются. Второй номер встает на место первого, а первый встает последним. То же делает потом третий участник.



Игры с прыжками

«Конники»

Цель: развивать быстроту и внимание.

Дети выстраиваются в круг, в центре круга – водящий –командир с флажком. Под речитатив дети скачут прямым галопом по кругу, руки вытянуты вперед, сжимают воображаемые поводья. Командир выполняет движения вместе с детьми, только двигается противходом. Переходят на ходьбу с высоким подниманием колен, с окончанием слов дети останавливаются. Двое детей, около которых остановился командир, поворачиваются спинами друг к другу и на счет «раз, два, три, беги!» оббегают вокруг детей. Кто первый добежит до командира и возьмет флажок становится новым водящим. Рысью и галопом кони вдаль летят. А на них лихи конники сидят. Командир отважный, всех ведет вперед. Знаменосец юный гордо флаг несет.

2 вариант – дети галопом скачут по кругу, изображая всадников. Скачку выигрывает тот, кто на лету подхватит платок, брошенный водящим из центра круга.

3 вариант – дети скачут по кругу, сидя на фитболах. Командир идет шагом, держит флажок.

«Кавалеристы»

Прыжки на ортопедических мячах, кто быстрее? Проводится в форме эстафеты.

«Прыжки через ров»

На площадки рисуют две параллельные линии примерно на расстоянии 50 см одна от другой – это ров. Игроки распределяются на две команды. По очереди с закрытыми глазами дети подходят ко рву и прыгают. Игроки каждой команды помогают своим игрокам возгласами: ближе, стой и др. Выигрывает та команда, в которой больше детей сумело перепрыгнуть через ров, не наступив ни черту.

«Не попадись»

Играющие стоят в колонне на расстоянии одного шага один от другого. Двое водящих с веревкой в руках (длиной 1,5 м.) располагаются справа и слева от колонны. По сигналу водящие проносят веревку перед колонной на высоте 15-20 см от земли. Дети в колонне поочередно перепрыгивают через веревку. Затем миновав колонну, водящие поворачиваются обратно, неся веревку на высоте 60-70 см. дети быстро приседают, принимая положение группировки, чтобы веревка их не задела. При повторении игры водящие меняются.

Выигрывают те, кто не задел веревку, выполнив все задания.

Правила: подпрыгивать вверх толчком двух ног, не перешагивать; тот, кто коснулся веревки, выходит из колонны.

2 вариант. Дети образуют два круга: внутренний и внешний, двигаются боковым галопом в противоположных направлениях. По сигналу останавливаются, и все играющие внутреннего круга стараются осалить стоящих во внешнем круге раньше, чем они успеют присесть. Игра повторяется.

Правила: ловить и присесть после сигнала; после подсчета пойманные встают во внутренний круг.

«Осторожно, растяжка»

На площадки – двое водящих держат длинную веревку (3-5 м), остальные дети бегают врассыпную. По сигналу водящие проходят через площадку в одну и другую стороны, держа веревку на высоте 15-20 см от земли. Играющие бегают, перепрыгивая через веревку.
Правила: перепрыгивая, не задевать веревку. Тот, кто её задел встает на место одного из водящих.

«Ножная цель»

Перед скамейкой выкладывают или рисуют круг диаметром 30 см. Дети встают на возвышение, по сигналу прыгают в круги и тут же выпрыгивают из них.

Правила: прыгать мягко, сильно не приседать; быстро делать следующий прыжок; задевший круг выходит из игры.

Усложнение: прыгнув в кружок, выполнить в нем прыжок вверх.

«Не оступись»

На земле чертят две линии –два берега, между которыми болото (расстоянии между линиями 10-15 м). Воспитатель чертит на болоте кочки –кружки (можно использовать плоские обручи) –на разном расстоянии друг от друга: 30, 40, 50, 70, 80 см. Двое детей по сигналу прыгают с кочки на кочку, стараясь перебраться на противоположный берег. Тот, кто оступился, остается в болоте. Выходит следующая пара. Когда все выполняют задание, воспитатель назначает, кому выводить детей из болота. Тот подает увязшему руку и показывает прыжками путь выхода из болота.

Правила: способ перепрыгивания с кочки на кочку оговаривается заранее.

Дети могут выбирать маршрут по желанию. Нельзя становиться ногами между кочками, кто нарушил, остается в болоте, пока его не выручат.

Выручать можно после того, как все переправятся на другой берег.

«Сильный удар»

На горизонтально расположенную стойку подвешивается в сетке мяч. Двое детей одинакового роста встают с двух сторон от мяча, который висит выше поднятых рук детей на 25 см. они подпрыгивают вверх и стараются сильнее ударить по мячу. Выигрывает тот, кто чаще отбивал мяч от себя в другую сторону.

Правила: подпрыгивать вверх толчком двух ног; отбивать мяч, касаясь его двумя руками.

2 вариант. Играющие распределяются на две команды, равные по количеству игроков и по силам. В середине площадки на разной высоте подвешиваются

три цветные ленты. Задача игроков подпрыгнуть и достать самую короткую ленту. Тому, кто достанет её, засчитывается три очка. Кто достанет среднюю ленту, получает два очка, а если допрыгнет до длинной, то ему засчитывается одно очко. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков. Правила: Играющие выполняют задание по сигналу. Каждый игрок прыгает по одному разу.



Игры с ползанием

«Строительство линии обороны»

Команды встают в колонны по одному на расстоянии одного шага друг от друга, широко расставив ноги. По сигналу последний в колонне начинает движение, проползая между ног впереди стоящих и встает в начале строя. Вслед за ним, то же самое выполняют остальные участники. Побеждает команда, которая быстрее выполнит перестроение. Повторить перестроение можно от одного, двух и более раз.

Правила: пролезать под ногами каждого участника команды, не пропуская никого; после выполнения задания, сохранять дистанцию 1 шаг.

«Маскировка» или можно «Танкисты»

Дети делятся на команды по 4-6 человек в каждой. Игроки каждой команды встают у линии старта на четвереньки трое впереди, и трое за ними, на их спины кладут мат. По сигналу «танкисты» на четвереньках с матом на

спине двигаются вперед (на расстояние 6-8 м). Побеждает команда, первой пересекшая линию финиша.

Правила: если мат падает, то команда останавливается, и воспитатель снова кладет его на спины детей, после чего они могут продолжить движение.

«Марш –бросок»

Играющие становятся в 3-4 колонны у общей черты. Впереди каждой колонны в 3-5 шагах поставлены гимнастические скамейки, дальше на полу положены обручи. По сигналу первые бегут к скамейкам, проползают по ним указанным способом, слезают, подбегают к обручам, пролезают в них и быстро возвращаются в конец колонны, передавая эстафету следующему игроку и т.д.

Правила: доползать указанным способом до конца скамейки; обруч класть на пол тихо, не бросать.

«Свистать всех наверх»

Дети стоят в колоннах лицом к гимнастической стенке на расстоянии 3-5 м. На каждом пролете наверху подвешен колокольчик. По сигналу дети, стоящими первыми, бегут к стене, влезают на нее и звонят. Затем слезают и бегом возвращаются в конец колонны. Выигрывает команда, которая первой выполнила задание.

Правила: влезать установленным способом; не пропускать перекладин; спускаться до конца, не спрыгивать.

«Тоннель»

Дети делятся на две команды и образуют два круга. Удерживая обручи вертикально на полу в боковой плоскости, выстраивают два «тоннеля». По сигналу первый в команде кладет обруч на пол, пролезает через другие обручи, против часовой стрелки, возвращается на свое место и, коснувшись следующего ребенка, ставит свой обруч в исходное положение. Второй начинает движение, и т.д. до выполнения задания всеми участниками.

Выигрывает команда, которая быстрее выполнила задание.

Правила: обручи стоят на полу строго вертикально; не пропускать ни один.

«Бесшумные разведчики»

Цель: развивать ловкость, формировать ОДС в ползании. Две скамейки ставятся параллельно друг другу на расстоянии гимнастической палки, гимнастические палки укладываются на скамейки поперек, чтобы получился «тоннель» (5-6 палок). Игроки бесшумно должны проползти

между скамейками, не задевая палки. Выигрывает команда, раньше других закончившая эстафета.

Малоподвижные игры

«Минное поле».

Цель игры – развивать пространственную ориентацию.

Перед каждым участником – «минное поле» (10 ковриков с шипами лежат в разных местах зала). Участникам предстоит перейти его с закрытыми глазами. Один ребенок переходит, другой ему помогает, направляя его движение словами: «Вперед, правее, вперед, левее – БУХ! Если игрок может наступить или наступил на мину». Участники выполняют задание поочередно.

«Один – двое»

Дети идут в колонне по одному и в соответствии с сигналом воспитателя перестраиваются на ходу парами и снова по одному. Тоже выполняют бегом. При перестроении не снижать темп движения, сохранять интервал.

«Пограничники»

Двум игрокам завязывают глаза и ставят на расстоянии 1 м друг от друга. Кто-нибудь из детей старается пройти между ними, ступая как можно тише. Если игроки слышат его, они должны сказать: «Стой! Кто идет?» Если «нарушитель» переходит границу, «пограничники» проигрывают. Игру можно повторить с другими участниками.

2 вариант – нескольким детям «пограничникам» завязывают глаза. Они становятся парами друг против друга на расстоянии вытянутых рук. Остальные дети «нарушители», стараются по одному проходить через ворота бесшумно, осторожно, можно пригнуться или ползком. При малейшем шорохе стоящие в воротах опускают руки, чтобы задержать проходящего. Побеждает тот, кто сумел благополучно пройти через ворота. Правила: не стоять без движения, проходить в ворота. Если «пограничники» поймают нарушителя, он выбывает из игры.

«Ночное ориентирование».

Цель игры: ориентирование на местности, развитие памяти, наблюдательности.

Ход игры: на расстоянии 6-8 метров от старта устанавливается ориентир (табуретка), первым участникам завязываются глаза. По сигналу они должны пройти до ориентира, обойти его и, вернувшись к команде, передать эстафету следующим участникам, которые уже стоят с завязанными глазами. Во время движения команда может помогать своим участникам возгласами: «правее», «левее», «вперед», «назад». А поскольку кричат одновременно игроки обеих команд, участник должен разобрать, какие призывы относятся именно к нему. Когда на линию старта возвращается последний игрок, для всей команды наступает «день». Для какой команды «день» наступит раньше, та и победит.

«Часовой»

Один из детей «часовой» садится на землю в круг. У него завязаны глаза. Остальные дети стоят по кругу за чертой. Воспитатель показывает рукой на одного из играющих. Тот начинает осторожно приближаться к часовому. Услышав шаги или шорох, он должен показать рукой направление, откуда эти звуки доносятся. Если укажет верно, меняется местом с идущим. Если нет, движение продолжается. Побеждает тот, кто сумеет войти в круг.

Правила: приближается к водящему небольшими шагами; остальные играющие не должны шуметь. «Стоп» На расстоянии 10-16 шагов от границы площадки проводится линия, за которой стоят играющие. На другом конце площадки очерчивается круг – место водящего. Повернувшись спиной к детям, водящий громко говорит: «Быстро шагай, смотри не зевай! Стоп!» на эти слова все идут к водящему, делая шаг на каждое слово. На слово «Стоп!» останавливаются, а водящий быстро оглядывается. Того, кто не успел остановиться и сделал дополнительное движение, водящий возвращает на исходную линию. Затем вновь поворачивается спиной и повторяет слова команды. Играющие продолжают движение с того места, где остановились первый раз на слово «стоп». Те, кого отослали на исходную линию, начинают движение оттуда. Побеждает ребенок, успевший встать в круг до слова «стоп». Он становится водящим.

Правила: играющие начинают движение одновременно со словами водящего; водящий не должен поворачиваться до слова «стоп».

Вариант: первый дошедший до водящего раньше слова «стоп» дотрагивается до него, все быстро убегают, водящий старается осалить бегущих до черты.

Усложнение: дети могут идти, удерживая мешочек с песком на голове.

«Снайперская ходьба»

В центре площадки рисуют мишень – пять концентрических кругов (радиус внутреннего круга – 25 см, радиус каждого последующего увеличивается на 25 см). На мишени цифры 5,4,3,2,1, располагающиеся от центра наружу и указывающие очки. В 8-10 м от цели указывается стартовая линия. Играющие по очереди идут, закрыв глаза, стараясь войти в центр мишени. Как только игрок остановится, он открывает глаза. Место остановки – попадание в цель. Играют 3 раза. Побеждает тот, кто наберет большую сумму очков.

Правила: идти с закрытыми глазами, открывать их после остановки.

Усложнение: подготовить мишени по числу играющих команд и играть одновременно несколькими командами.

«Защитник»

На площадке чертят круг диаметром 2-3 м. В игре участвуют шесть – восемь человек. Двое из них по жребию идут в центр круга: один присаживается на корточки, а второй «защитник» кладет ему руку на голову и, не отнимая её от головы, обходит сидящего товарища то справа, то слева. Остальные игроки, свободно расположившись за кругом, стараются коснуться сидящего рукой, а защитник стремится их осалить (коснуться рукой или ногой). Если защитнику удастся это сделать, то осаленный занимает место сидящего, сидящий становится защитником, а последний присоединяется к остальным игрокам.

Осаливание не засчитывается, если защитник отнял руку от головы сидящего. Ногой разрешается осаливать только ниже колена. Мешать защитнику (толкать, дергать) запрещается. Игра каждой пары длится не более 1-2 минут.

«Звуковой маяк»

Цель: развитие ориентирования по звуку.

Дети располагаются на площадке в рассыпную и закрывают глаза. Перед этим выбирается водящий, который будет подавать звуковые сигналы (с помощью свистка, дудочки или хлопком). Игроки перемещаются по площадке, реагируя на звуковой сигнал. Водящий может переходить с места на место. Побеждает игрок, который сумел подойти к водящему ближе всех.