

## **Подвижные игры с веревочкой.**

(Вводные и заключительные слова можно использовать на первом занятии)

**Инструктор по физической культуре:** Добрый день, ребята!

**Дети:** Здравствуйте!

**Инструктор:** Что у меня в руках?

**Дети:** Мешочек.

**Инструктор:** Вам интересно, что в этом мешочке лежит?

**Дети:** Да!

**Инструктор:** Отгадаете загадку- раскроете секрет

Скорчится- с кошку

Растянется - в дорожку. (веревка)

**Инструктор:** Правильно, верёвка. Где она находит свое применение? Что с ней еще можно делать?

**Дети:** В игры играть.

**Инструктор:** Тогда мы с вами отправимся в страну веревочных игр. Унды-фунды-рись! Покружись, покружись – в стране веревочной окажись!

**1. «Поезд».** Дети встают друг за другом. Каждый ребёнок изображает вагон. Паровоз гудит, и поезд начинает двигаться по прямой. Приближаясь к станции, поезд замедляет ход, останавливается. Затем паровоз дает гудок, и движение возобновляется.

**2. «Веревоочный дождик».** Дети встают друг за другом, держась за общую веревку правой и левой рукой (всего 2 веревки). В таком положении они передвигаются по прямой. Условие: веревку из рук отпускать нельзя.

**3. «Коснись рукой – головой».** Педагог вместе с детьми натягивает между деревьями веревку. Группа разбивается на две команды. Обе команды, перемещаясь по очереди вдоль линии вытянутой веревки с интервалом 5–6 м, стараются коснуться в прыжке головой веревки.

**4. «Ткацкий станок».** На полу на расстоянии 1 м друг от друга, прямо лежат две верёвки. Дети подходят к верёвкам, встают на расстоянии вытянутых рук, берут их в руки. По сигналу ведущего они могут эту верёвку поднимать одновременно 1 колонна вверх, 2 вниз и наоборот. Могут, в своих колоннах поднимать: один вверх, другой на уровне пояса, третий вниз, пояс, верх, пояс, низ и т.д. Получится волнистая линия.

**5. «Сороконожка».** Дети выстраиваются в колонну друг за другом, берутся одной рукой за веревку и по команде идут или бегут по прямой.

**6. «Лабиринт».** Берётся длинная верёвка и протягивается в разных направлениях в виде ломаной линии, на разной высоте по всему спортивному залу. Задача ребёнка – преодолеть этот лабиринт, если верёвка внизу – значит идёт рядом с ней, если высоко, то держится рукой.

**7. «Вейся капустка».** Дети берутся одной рукой за верёвку. Идут плавно, неторопливо, проговаривают слова:

Вейся, вейся, капустка моя,

Завивайся, белая, моя.

Как, же мне, капустке, не виться,

Как, же мне белой не клубиться!

Льёт ли тёплый дождик,

Ливнем льёт поливает,

Белую капустку завивает!

Ведущий проводит хоровод через «ворота» - поднятые руки, которые держат последние в веренице. Когда все проходят, то самый последний поворачивается и «завивает капустку». Хоровод «завивается», постепенно вставая все плотнее и плотнее, пока не получится «вилок капусты». Затем «кочан капусты» начинает «развиваться» пока не придёт опять в исходное положение.

**8. «Карусель».** Играющие становятся в круг. У каждого игрока в руках верёвка. Один конец верёвки отдают ведущему, который стоит в центре круга. Ребята, держась за конец верёвки правой (или левой) рукой, ходят по кругу со словами:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели, а потом кругом,

А потом кругом-кругом,

Всё бегом-бегом-бегом.

Дети двигаются сначала медленно, а после слов «бегом» бегут. По команде ведущего «Поворот!» они быстро берут верёвку другой рукой и бегут в противоположную сторону.

Тише, тише, не спишите!

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра!

Движение карусели постепенно замедляется и с последними словами прекращается. Играющие кладут верёвки на землю и разбегаются по площадке.

**9. «Космический мусор».** Играют 2 команды. Игроки – «космонавты» привязаны веревками за пояс к большой палке, которую держит взрослый. Их задача – выйти в открытый космос и собрать мусор вокруг своего корабля. Длина веревки - «страховочного троса» у всех разная. Рядом с «кораблем» на полу разбросаны разные мелкие предметы. По сигналу «космонавты» начинают собирать мусор в емкость, стоящую рядом с «кораблем». Брать можно только по одному предмету. При этом задача «космонавтов» не запутаться «страховочными тросами». Выигрывает так команда, которая быстрее соберет весь «космический» мусор».

**10. «Прворные мотальщики».** К середине 3–5-метрового репшура привязывают ленточку. Концы веревки прикрепляются к палочке. Игроки берут в руки палочки и расходятся в разные стороны. По команде каждый начинает быстро наматывать веревку на палочку, продвигаясь вперед. Выигрывает тот, чья палочка коснется финишной ленточки. Вращать палочку можно на себя и от себя, как условились заранее.

**Инструктор:** Унды-фунды-рись! Покружись-покружись - в детский сад возвратись! (*выключает огонек, закрывает сундучок*). Ребята, а вам понравилось играть с веревочками? Тогда громко похлопайте в ладоши. (*Дети выполняют*). Я хочу, чтобы вы не забыли путешествие в страну веревочных игр,