

«ЗАГАДУШКИ-УГАДУШКИ»

ДВИГАТЕЛЬНЫЕ ИМПРОВИЗАЦИИ НА ОСНОВЕ ЗАГАДОК

На основе загадок можно разыграть двигательные импровизации. Такие задания можно предложить детям во время физкультурных минуток, на прогулках, в любое свободное время. Если взрослый загадывает загадку детям младшего возраста, он должен сам обыграть её отгадку, подсказать ответ выразительной интонацией, мимикой, жестами. Предлагая загадку ребятам старшего возраста, взрослый побуждает их не только дать к ней отгадку, но и самостоятельно в движении изобразить её. Можно обратиться к детям с вопросом, побудив их к состязательности: «Кто быстрее отгадает? Кто выразительней всех обыграет отгадку? Кто удачнее использует спортивный инвентарь?»

«Заяц»

Комочек пуха,
Длинное ухо,
Прыгает ловко,
Любит морковку.

Возможные действия — прыжки на двух ногах, поскоки, руками изобразить, как шевелятся заячьи уши.

«Кошка»

Молоко пьёт,
Песенки поёт.
Чисто умывается,
А с водой не знается.

Возможные действия — ходить бесшумно, на цыпочках. Присев на пол, можно изобразить, как кошка выгибает спину, шипит, затем в положении лёжа — как кошка потягивается.

«Курица»

Клохчет, квохчет,
Детей созывает,
Всех под крыло собирает.

Возможные действия — ходьба в приседе гуськом, хлопки руками-«крыльями», то же в беге.

«Петушок»

Кто рано встаёт, голосисто поёт?

Возможные действия — стоя на месте, поднять руки вверх-вниз, хлопать ими, как крыльями, крикнуть «ку-ка-ре-ку!». Те же движения можно выполнять в ходьбе, в беге, в поскоках.

«Гриб»

Стоит Антошка на одной ножке.

Возможные действия — поочерёдные стойки на левой и правой ноге; то же, с покачиванием свободной ногой вперёд-назад; то же, с хлопками руками.

«Мышь»

Под полом таится,
Кошки боится.

Возможные действия — ползание по-пластунски под низкие воротца.

«Кузнечик»

Прыгает пружинка — зелёная спинка.

Возможные действия — прыжки вверх до полного выпрямления из положения «стойка на четвереньках»; то же из положения в полуприседе. Прыжки могут быть разнообразными: на месте, боком, с продвижением вперёд, влево-вправо.

«Воробьи»

Прилетели,
Посмотрели,

Поскакали,
Поклевали...
Кто же это?
Воробы!
Чьи-чьи-чьи?

Возможные действия — бег, кружение, прыжки. Дети хором кричат отгадку: «Воробы!»

«Ветер»

Неизвестно, где живёт,
Полетит — деревья гнёт.

Возможные действия — кружение на месте, прыжки на дальность, бег врассыпную. На словах «деревья гнёт» встать на носки, поднять руки вверх, затем опустить их вниз.

«Жук»

Ползун ползёт,
Иголки везёт.

Возможные действия — ползание по-пластунски по ковру, гимнастической скамейке, лесенке, лежащей на полу.

«Утка»

Пёстрая крякушка
Ловит лягушек.
Ходит вразвалочку,
Спотыкалочкой.

Возможные действия — ходьба гуськом «вразвалочку»; в полуприседе с разным разворотом ступней; по двум параллельно лежащим верёвочкам.

«Жираф»

Моя шея самая длинношея.

Возможные действия — лазание по шведской стенке («вот какой высокий жираф»). Дети, поднявшиеся до последней ступени лестницы, ударяют в колокольчик, затем спускаются вниз.

«Крокодил»

По реке плывёт бревно,
Ох, и злющее оно.

Возможные действия — пролезание под воротцами, гимнастической скамейкой.

«Веник»

Маленький Ерофейка,
Подпоясан коротенько,
По полу скок-скок,
По лавкам скок-скок
И сел в уголок.

Возможные действия — прыжки по обручам, через гимнастические палки, через резинки, расположенные на высоте 20—30—50 см.

«Соловей»

Сизенький, касатенький,
Пёрышки рябенькие,
Головка гладенькая,
Голосочек тоненький.
На крылышки лёгонький.
Спой в саду, пощебечи
Ты днём и в ночи.

Возможные действия — бег врассыпную, руками изобразить хлопанье крыльев. Чтобы изобразить соловья, сидящего на ветке, можно выполнить висы на гимнастических кольцах.

«СЧИТАЛКИ-ВЫБИРАЛКИ»

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА ОСНОВЕ СЧИТАЛОК

Главная задача считалок — определить водящего для последующей игры. Однако на основе считалки можно организовать и самостоятельную игру. Такие игры можно предлагать детям начиная с 3—4 лет. Самый простой вариант игры таков: дети становятся в круг, водящий ходит по кругу, ритмично произносит текст, поочерёдно дотрагивается до каждого ребёнка. Тот, на ком считалка закончилась, становится водящим в игре. Однако игру можно и усложнить. Тогда её участники будут выполнять самые разные действия, например такие:

- Дети стоят в кругу, выполняют прыжки на двух ногах.

Шла кукушка мимо сети,
А за нею малы дети.
Кукушата просят пить,
Выходи, тебе водить.

- Дети стоят в кругу, маршируют, высоко поднимая ноги, вытягивают руки вперёд.

Шла коза по мостику
И виляла хвостиком.
Зацепилась за перила,
Прямо в речку угодила.

- Дети стоят в кругу, выполняют поскоки с одновременными хлопками перед грудью и сзади за спиной.

Серый зайка вырвал травку,
Положил её на лавку.
Кто травку возьмёт,
Тот и вон пойдёт.

☉ Дети прыгают на четвереньках, квакают, изображают лягушек. Водящий пытается дотронуться до каждого игрока, игроки при приближении водящего отскакивают в сторону. Тот, кого осалили, становится водящим.

Как у нас на сеновале
Две лягушки ночевали.
Утром встали, щей поели,
А тебе водить велели.

☉ Дети встают в круг, выполняют прыжки-поскоки на месте, вперёд, назад, в стороны. Водящий ловит детей обручем. Тот, кто попался, становится помощником водящего.

Шёл коток по лавочке,
Всем дарил булавочки,
Кому две, кому три,
А водить будешь ты!

☉ Дети водят хоровод и одновременно выполняют подскоки. Тот ребёнок, на кого выпало последнее слово считалки, убегает, а водящий его догоняет.

Шёл баран
По крутым горам,
Щипал травку,
Положил на лавку,
Кто её возьмёт,
Тот и вон пойдёт.

☉ Дети, стоя в кругу, выполняют прыжки то на одной, то на другой ноге. Тот, на ком закончилась считалка, становится «Родионом». Дети убегают, «Родион» пытается поймать и осалить убегающих. Тот, кого осалили, становится водящим.

— Заяц белый,
Куда бегал?
— В лес зелёный.
— Что там делал? —
— Лыко драл!
— Куда клал?
— Под колоду!