

МКДОУ д/с «Солнышко»

**Подвижные игры с**  
**ползанием, лазанием**  
**(средняя группа)**

Физ/рук.

Дибирова Е.А.

2019 год

## ЧЕРЕЗ ОБРУЧ К ПОГРЕМУШКЕ

Цель. Совершенствовать у детей навыки ползания, побуждать их к этому движению, учить проползать под препятствием, не задевая его.

Описание. Через обруч к погремушке (флажку, ленточке). Обозначается исходная линия — На расстоянии 3 м от нее по числу играющих ставятся большие стулья или к двум стульям прикрепляется вертикально к полу обруч. За ними через 2 м лежат ленточки, флажки. Дети ползут от исходной линии на четвереньках, проползают между ножками стула или в обруч, доползают до ленточки, берут ее, машут над головой, кладут на место и возвращаются. Упражнения выполняют следующие.

Правила: ползать указанным воспитателем способом; подползая, не задевать ножки стула или обруч; ползти до ленточки.

## КОТ И МЫШИ

Цель. Приучать детей подлезать под препятствие, не задевая его; бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга; ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.

Описание. Дети сидят на скамейках или стульчиках. Это мыши в норках. В противоположной стороне комнаты или площадки сидит кот, роль которого исполняет воспитатель. Кот засыпает (закрывает глаза), а мыши разбегаются по всей комнате. Но вот кот просыпается, потягивается, мяукает и начинает ловить мышей. Мыши быстро убегают и прячутся в норках (дуга, стул, веревка). Пойманных мышек кот уводит себе. Когда остальные мыши спрячутся в норки, кот еще раз проходит по комнате, затем возвращается на свое место и засыпает.

Указания к проведению. Мыши могут выбегать из норок только тогда, когда кот закроет глаза и заснет, а возвращаться в норки — когда кот проснется и замяукает. Воспитатель следит, чтобы все мыши выбежали и разбегались как можно дальше от норок. Норками, кроме стульев, могут служить дуги для подлезания, и тогда дети — мышки — выползают из своих норок. Когда мышки возвращаются обратно, они могут просто забежать за свой стульчик или дугу и спрятаться, присев за ними.

## ПЕРЕЛЕТ ПТИЦ

Цель. Совершенствовать навыки детей лазать по гимнастической стенке вверх и вниз, не пропуская перекладин, используя чередующийся шаг.

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 всем 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.

## ПАСТУХ И СТАДО

Цель. Закреплять умение детей ползать на четвереньках в прямом направлении.

Описание. Дети изображают стадо (коровы, телята). Выбирают пастуха. Ему вручают палку и рожок. Стадо собирается на скотном дворе (специально отведенное место). Пастух стоит в отдалении. Воспитатель произносит:

*Ранним-рано поутру*

*Пастушок: «Ту-ру-ру-ру!», А коровки в лад ему*

*Затянули: «Му-му-му!»*

На слова «Ту-ру-ру-ру!» пастушок играет в рожок, после слов «Му-му-му!» коровки мычат. Затем дети становятся на четвереньки, и стадо, идет на зов пастуха. Пастух гонит стадо в поле (на другую сторону площадки), затем возвращаются обратно в «хлев».

## КРОЛИКИ

Цель. Закреплять умение детей пролезать в обруч, приподнятый от пола на 10 см, развивать ловкость.

Описание. Дети — кролики. По трое-четверо они встают в круг, нарисованный на земле (в большой обруч), — это клетка. Перед каждой клеткой обруч на подставке или привязанный к двум стульчикам (высота нижнего края пал земли 10 см) или большой стул. Воспитатель поочередно Подходит к клеткам и выпускает кроликов — они пролезают в обруч или под стулом, бегают и прыгают, на сигнал «кролики в клетки» возвращаются, пролезая в обруч.

Правила: кролики вылезают только тогда, когда к ним подходит воспитатель; пролезая в обруч, должны уступать друг другу, не толкаться.

## ПРОПОЛЗИ В ТУННЕЛЬ

Цель. Продолжать учить детей ползать определенным способом (опираясь на колени и ладони, на ступни и ладони, не касаясь руками пола), не задевая препятствие.

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.

## ДОПОЛЗИ ДО ПОГРЕМУШКИ

Цель. Совершенствовать у детей навыки ползания четвереньках, чередуя движения рук и ног, не опуская головы,

Описание. Дети сидят на стульях, поставленных вдоль одной из стен комнаты. Перед ними на расстоянии 3—4 м на пол положен флажок или погремушка. Воспитатель вызывает кого-нибудь из детей и предлагает ему на четвереньках доползти до погремушки, взять ее, встать и погреметь (или помахать флажком над головой), затем положить погремушку на пол и вернуться на свое место.

## КОТЯТА И РЕБЯТА

Цель: закреплять умения детей лазать по гимнастической стенке чередующим шагом, не пропуская реек; действовать по сигналу.

Описание. Подгруппа детей изображает котят, остальные — их хозяева (у каждого 1—2 котенка). Котята на заборчике — на второй-третьей перекладинах лесенки. Хозяева сидят на скамейке — «Молока, кому молока», — говорит воспитатель, подходит к хозяевам и делает вид, что наливает им молоко в кружки (мисочки, колечки, круги). Котята мяукают — просят молока. Хозяева выходят на площадку (за черту) и зовут: «Кис-кис-кис!» Котята слезают с заборчика и бегут пить молоко. Ребята — хозяева говорят: «Мохнатенький, усатенький, есть начнет, песенки поет». С последним словом котята убегают, хозяева их ловят. Кто поймал котенка, меняется с ним ролью.

Правила; по сигналу влезать и слезать любым способом; убежать после слова «поет»; ловить можно только до черты (на расстоянии двух шагов от заборчика).

## КРУТАЯ ГОРКА

Цель. Закреплять умение детей лазать на четвереньках по наклонной доске.

Описание. На вторую перекладину лесенки кладется доска с зацепами шириной 30 см- ребенок встает на четвереньки, проползает по доске, берется за перекладину лесенки, выпрямляется и слезает вниз.

## НАСЕДКА И ЦЫПЛЯТА

Цель. Учить детей подлезать под веревку, не задевая ее, увертываться от ловящего, быть осторожным и внимательным; приучать их действовать по сигналу, не толкать других детей» приучать их помогать им.

Описание. Дети, изображающие цыплят, вместе с наседкой находятся за натянутой между стульями на высоте 35—40 см веревкой. Это их дом. На противоположной стороне площадки или комнаты сидит большая птица. Наседка выходит из лома и отправляется на поиски корма, она зовет цыплят: «Ко-ко-ко-ко». По ее зову цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют, ищут корм. По сигналу «Большая птица?» цыплята быстро убегают.

Указания к проведению. Роль наседки в первое время выполняет Воспитатель, а затем на эту роль можно выделять детей, сначала по их желанию, а потом по назначению воспитателя.

Когда цыплята возвращаются в дом, убегая от большой птицы, воспитатель может приподнять веревку повыше, чтобы дети не задевали за нее.

## МЫШИ В КЛАДОВОЙ

Цель. Закреплять умение детей умение подлезать под препятствие, не задевая его; приучать действовать по сигналу.

Описание. Дети— мышки находятся за чертой на одной стороне площадки — это их дом. Посередине площадки несколько дуг (высота 40 см), лестница, поставленная на ребро, или натянута веревка, за ней кладовая. В стороне кошка (ребенок). По сигналу «кошка спит» мыши бегут в кладовую, подползая под дуги или веревку, пролезая между перекладинами лестницы. В кладовой ищут крошки, бегают, присаживаются. По сигналу «кошка проснулась» убегают из кладовой.

Правила: подползать не задевая дугу или веревку; убежать по сигналу.

## НЕ ОПОЗДАЙ!

Цель: Закреплять навыки детей ползать на четвереньках в сочетании с подползанием и переползанием любым способом (прямо или боком).

Описание. В один ряд поставлены 2-3 скамейки. Перед ними и за ними на расстоянии 3 м обозначены линии. 5-6 детей встают на четвереньки, ползут до скамеек, переползают через них и, встав, добегают до линии. Там поворачиваются, снова встают на четвереньки, ползут до скамеек, проползают под ними и бегут к исходной линии.

## ТУННЕЛЬ

Цель: закрепить умение выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия.

Описание. Дети распределяются на две группы. Одна группа строится в пары и изображает «туннель» - дети берутся за руки и поднимают их вверх. Вторая группа строится в колонну по одному. По сигналу воспитателя: «Поезд движется в туннель» - дети, изображающие поезд, проходят под поднятыми вверх руками детей – по «тоннелю». После того, как «поезд» пройдет через туннель два раза, играющие меняются местами.