**Подвижные игры и игровые упражнения на развитие координации движений у детей дошкольного возраста.**

**Цель:** развить координацию движений, быстроту реакции, ловкость, глазомер, внимательность.

|  |  |
| --- | --- |
| **«Канатоходец»**Мелом на игровой площадке рисуют тропу канатоходцашириной, не превосходящей ширину стопы. Задача каждого,игрока: пройти дистанцию как можно быстрее и неоступиться. | **«Гусеница»**Игроки делятся на 2 команды. Они выстраиваются вколонну следующим образом: правая рука каждогопоследующего игрока лежит на правом плечепредыдущего, а левой рукой он поддерживает левую ногустоящего впереди. По сигналу ведущего колонна начинаетдвижение по дистанции. Побеждает та команда, котораяпройдет дистанцию первой. |
| **«Удочка»**Из числа игроков выбирается водящий, которыйрасполагается в центре игрового поля. Остальные игрокивстают вокруг него на расстоянии, соответствующем длинескакалки. Водящий в процессе игры вращает скакалку покругу над самой землей, а игроки подпрыгивают вверх,поджимая ноги, так, чтобы скакалка не задела их. Тот игрок,который не успел подпрыгнуть и которого задела скакалка,становится водящим. | **«Кот и мыши»**Из числа играющих выбирается водящий, который играетроль кота. Остальные игроки — "мыши". "Мыши" сидят вдомиках, пока "кот" бодрствует. Когда "кот" засыпает,"мыши" выходят гулять. Они свободно передвигаются поигровой площадке. В это время "кот" просыпается, мяукает иначинает ловить "мышей". "Мыши" разбегаются по домикам.Если "коту" удалось поймать кого-либо из "мышей", тоигроки меняются ролями. |
| **«Горячая картошка»**Игроки стоят в кругу. Представить, что мяч – это «горячаякартошка» и её нельзя долго держать в руках. Каждомуигроку нужно быстро передавать мяч друг другу стараясь неуронить его. | **«Кольцеброс»**У каждого игрока имеется по несколько колец. Задача игрока— набросить как можно больше колец на подставки |
| **«Мяч в корзину»**У каждого игрока — по мячу. Задача игрока — заброситькак можно больше мячей в корзину. Варианты:забрасывание мячей двумя или одной рукой из разныхисходных положений из-из головы, от груди, от плеча. | **«Мышеловка»**Из числа игроков выбираются "мыши" (5—7 человек).Остальные игроки, взявшись за руки, образуют круг —мышеловку. "Мыши" находятся вне круга. Игроки,образующие мышеловку, начинают ходить по кругу то влево,то вправо, причем руки их подняты вверх. Ониприговаривают:Ах, как мыши надоели,Все погрызли, все поели.Берегитесь же, плутовки,Доберемся мы до вас.Вот поставим мышеловки,Переловим всех за раз!В то время, пока дети в круге произносят слова, "мыши"беспрепятственно передвигаются по всему игровомупространству: забегают в круг, выбегают из него. Но кактолько звучат последние слова "За раз!", — дети, стоящие вкруге, опускают руки. "Мышеловка" захлопнулась. Игроки, не успевшие выбежать из круга, считаются проигравшими.Пойманные "мыши" встают в круг, и размер "мышеловки"увеличивается. Когда все "мыши" пойманы, дети меняютсяролями |
| **«Вышибалы»**На игровом поле чертят мелом две параллельные линии назначительном расстоянии друг от друга. За каждой линиейразмещается по несколько игроков. Это вышибалы. Напространстве между линиями находится один игрок.Задача вышибал: перебрасывая мяч друг другу, попасть вигрока. А игрок должен как можно дольше продержаться вигре, уворачиваясь от мяча. | **«С мешочком на голове»**Игрок с мешочком на голове идёт до ориентира и обратно,стараясь не уронить мешочек. |
| **«Змейка»**По залу разложены кегли в одну линию. Дети строятся вколонну друг за другом и по сигналу идут, обходят каждуюкеглю, стараясь не уронить её. Выигрывает тот, кто всеправильно сделает. |  |