«Лестница-чудесница»

Инструктор по ФК: Егозарьянц В.М

Занятие на гимнастической лестнице приносит большую пользу для физического развития детей. Лазанье на лестнице рекомендуется всем детям, особенно для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Многие дети боятся лазить, у них чувства страха высоты и они скованны. Чтобы ребенок не боялся, ему можно помочь, играя в игры с использованием лестницы на площадках оборудованных во дворах.

1. Солнце и дождик
2. Перелетные птицы
3. Пожарные на учении.

«Перелет птиц»

Стая птиц собирается на одном краю площадки, напротив гимнастической стенки. По сигналу воспитателя «Полетели», птицы разлетаются по площадке, расправив крылья и помахивая ими. По сигналу «Буря» птицы летят к деревьям (влезают на стенку). Когда воспитатель говорит: «Буря прошла!» - птицы спокойно спускаются с деревьев, продолжают летать.

«Пожарные на учении»

Играющие делятся на 2 команды и строятся в колонны против гимнастической стенки на расстоянии 4-5 метров. Это – пожарные, они должны уметь быстро взбираться по лестнице.

На верхней рейке гимнастической стенки против каждой команды подвешивается колокольчик.

По сигналу воспитателя дети, стоящими первыми в колонне, бегут к лестнице, взбираются по ней, звонят в колокольчик, слезают и встают в конец колонны. Бежит следующая пара и т.д.

В конце игры отмечаются более ловкие пожарные.

«Солнышко и дождик»

Дети образуют круг, берутся за руки. В центре круга стоит педагог, в руках у него зонт. Педагог произносит текст, дети идут по кругу.

В гости, солнышко, ты приходи,
Чтобы мамин денек засиял!

Дождик спрячь, чтоб он нас не догнал!

После этих слов педагог подает команду: «Солнышко!» дети бегают по площадке врассыпную. По команде педагога «Дождик!» дети бегут и залазают на гимнастическую лестницу.