Коротенко Павел Петрович 222-866-749

Коротенко Галина Анатольевна 105-392-518

**<Приложение3>**

**Игра «Рассказ по цепочке»**

Содержание: Играющие становятся в круг. Ведущий начинает рассказ фразой: Мальчик проснулся в 7 утра и … следующий игрок повторяет предложение ведущего и показывает движением, что сделал мальчик дальше. Каждый последующий игрок повторяет по очереди всё, что показывали до него. В конце игры хором повторяют вместе фразу и все движения по очереди.

**Игра «Правила гигиены»**

Содержание: Все играющие становятся в круг. Ведущий по очереди называет каждого, определяя ему задание:

- Что мы делаем утром, когда просыпаемся?

Игрок, выделенный ведущим, отвечает:

- Делаем зарядку, умываемся, чистим зубы (выполняет в движении и все повторяют его движения).

Следующий игрок выполняет следующее задание ведущего:

- Что мы делаем перед едой?

Ответ:

- Моем руки … и т. д.

На первых уроках, когда закладывается фундамент организованных занятий физическими упражнениями, особое внимание уделяется строевым упражнениям. Для их эффективного освоения предлагаются следующие подвижные игры : «Все к своим флажкам!», «Построимся!», «Составим поясок!», «Успей занять своё место!», «Составление поезда!» и другие. Без прочно сформированных навыков в построениях и перестроениях невозможно эффективное применение различных приёмов ведения тренировки. В играх, предложенных выше (преимущественно средней и низкой интенсивности), дети учатся построениям в шеренгу, колонну, запоминают своё место в строю.

**Игра «У ребят порядок строгий»**

Содержание: Ученики по одному или по двое спокойно ходят по площадке по разным направлениям и поют (на мотив марша):

У ребят порядок строгий,

Знают все свои места;

Ну, трубите веселее:

Тра-та-та, тра-та-та!

По окончании этого куплета педагог , вытягивая левую руку в сторону, командует: «Становитесь!» Игроки стараются как можно скорее выполнить эту команду, строясь по росту в шеренгу по направлению, указанному педагогом (самый высокий по росту становится позади учителя, в трёх шагах от него). Когда все участники игры построятся, тренер командует: «По носкам – равняйся!», «Смирно!», «Прыжком направо!» «Шагом марш!». С началом движения, под ритм шага, играющие повторяют куплет. Все стремятся пройти в колонне как можно лучше. По окончании куплета педагог произносит: «Разойтись!». Играющие расходятся по разным направлениям, запевая песню сначала. Затем педагог подаёт снова команду «Становись!», указывая занимающимся новое направление для построения шеренги. Быстрота построения проверяется по громкому подсчёту педагога «Раз, два, три и т. д.». Игроки, ставшие в шеренгу последними или прошедшие в колонне с плохой осанкой (опустив голову, сгорбившись), проигрывают.

Правила.

1. При построении в шеренгу каждый должен уступать товарищу дорогу.
2. Запрещается толкаться и «напором» занимать своё место.

При ознакомлении с материалом теоретического характера из раздела программы «Знания» также можно с успехом использовать подвижные игры: «Физкультпривет!», «Наша безопасность», «Режим дня», «Яма», «Хомка», «Как говорят части тела?», которые при минимуме терминологической информации в своём содержании позволяют занимающимся овладеть теоретическими сведениями .

**Игра «Физкультпривет!»**

Содержание: Ведущий выбирает двоих детей – «две лягушки», которые становятся в центр круга. Они читают слова, все остальные дети за ними повторяют, имитирую движения:

На болоте две подружки, две зелёные лягушки

Утром умывались, полотенцем растирались,

Ножками топали, ручками хлопали,

Вправо, влево наклонялись и обратно возвращались.

Вот здоровья в чём секрет

Всем друзьям физкульт-привет!

Затем на счёт «1–2–3» все бегут врассыпную, а «лягушки» догоняют. Те, кого догнали «лягушки», становятся на их место. Игра продолжается.

После выполнения строевых упражнений совершенствуются движения в ходьбе, которым на отводится отводится 2-3 мин. («Кто как ходит?», «Не попадись!», «Цветы и ветерки», «Посадка цифр», «Салки»). Ходьба заканчивается переходом в равномерный бег, продолжительность которого постепенно увеличивается от занятия к занятию. Заканчивается подготовительная часть урока выполнением комплексов упражнений общеразвивающего характера, выполняемых как в движении, так и на месте, с предметами и без предметов.

**Игра «Кто как ходит»**

Содержание: Занимающиеся идут по кругу, повторяют вслед за педагогом слова , изображая в движении, кто как ходит:

Гуси ходят все гуськом,

Индюшата – индюшком,

Лягушата – лягушком,

Поросята – пороськом.

Я люблю ходить гуськом

По тропиночке с дружком,

Только сам хожу я чаще

Лягушком и кувырком.