

По требованию выполнения заданий.

а) регламентированные

б) произвольные

регламентированная

"Пролезь через ворота "

Цель:

- 1) учить детей пролезанию через ворота одноимённым способом,
- 2) совершенствовать двигательные навыки и способствовать развитию физических качеств (гибкость),
- 3) развивать смелость, сообразительность;

Атрибуты:

4 квадрата, 2 треугольника (модули)

Ход игры: Дети разделены на 2 команды. По сигналу "На старт, внимание, марш" из исходного положения сидя на полу, руки в упоре сзади, доходят до воротиков, пролезают через ворота и бегут обратно, хлопают по ладони и становятся в конец команды. Побеждает та команда, которая быстрее выполнит задание.

Правила игры:

- 1) Эстафета начинается только по сигналу руководителя.
- 2) Побеждает та команда, которая быстрее выполнит задание.