

Подвижные игры по теме «Космос»

средний дошкольный возраст

«Марсианский робот разведчик»

ХОД ИГРЫ:

Игроки становятся по всей площадке, свободно, не мешая друг другу. По сигналу все прыгают на месте на двух ногах, стараясь подпрыгнуть повыше. На хлопок или сигнал: «Кругом»! — все поворачиваются в прыжке, затем снова прыгают на месте и снова поворачиваются по сигналу.

«Путешествие по галактике»

ХОД ИГРЫ:

1. Прыгать, продвигаясь вперед, перепрыгивая при этом через линию длиной 4—5 м на одной ноге (направой и левой поочередно).
2. Прыгать, продвигаясь вперед (на расстояние 5—6 м), с зажатым между ног предметом (мешочком с песком, с колечком, с деревянным бруском и т. п.)
3. Перепрыгивать на двух ногах через рейки, установленные на деревянных чурбачках высотой 30—25 см (расстояние между рейками 1 м).
4. Прыгать на одной (правой, левой) ноге.
5. Кто дальше?

«Считай космические шаги»

ХОД ИГРЫ:

Игроки собираются на одной стороне площадки. Задание выполняется парами, предлагается перебежать на другую сторону площадки, совершая меньшее (большее) количество шагов: высоко поднимая колено, боковой галоп, спиной вперед и другие виды шага.

«Дружно все вместе»

ХОД ИГРЫ:

Играющие становятся на одной стороне площадки. Перебежать через нее надо шеренгой, удерживая равнение. Все должны бежать с одной скоростью, никто никого не должен обгонять.

«Бег по лунной поверхности»

ХОД ИГРЫ:

На площадке выкладываются «кубы – кратеры» (высотой 20 см). Играющие по очереди пробегают, перешагивая барьеры.

Усложнение: пробежать через барьеры как можно скорее; перепрыгнуть их.

