

Игры под навесом или в беседке.

Погодные условия не всегда позволяют проводить игры и занятия, с детьми на открытом воздухе. В случае ненастной погоды весной, летом и осенью можно организовать проведение упражнений и забав, почитав стихи, заняться отгадыванием загадок в беседке или под навесом.

Игры и развлечения рассчитаны на проведения их на небольших площадках или навесах, беседках, поэтому дети могут в них участвовать по подгруппам. Разнообразные двигательные задания дети выполняют по очереди, при этом можно организовать увлекательные соревнования между группами. В зимнее время такие игры и развлечения можно провести в часы досуга.

Рекомендованные забавы просты и доступны детям с младше дошкольного возраста, но и привлекательны для старших дошкольников.

1. **Сядь – встань.** Скрестив ноги, обхватив руками плечи, надо приподнять согнутые в локтях руки перед собой, сесть и встать, не помогая себе руками.
2. **Сядем парочкой.** Дети становятся спиной друг к другу и сцепляются согнутыми в локтях руками. Одновременно садятся и вытягивают ноги. Затем пробуют, согнув ноги и упираясь друг другу в спину, встать. Посмотрим, какой паре это удастся.
3. **Кто сумеет?** В положении стоя надо поднимать по очереди правое и левое плечо, стараясь достать плечом ухо.
4. **Дотянись.** На расстоянии примерно шаг от черты ставят кубик. Не сгибая коленей, надо дотянуться до кубика, взять его. Переступать через черту нельзя!
5. **Поставь на место.** Держа кубик за спиной двумя руками, ребенок из положения стоя, ноги вместе должен присесть, поставить кубик на землю и встать, сохраняя равновесие.
6. **Выйди из обруча.** Ребенок приседает в центре обруча, руками опирается о пол спереди. Переступая ногами назад, выходит из обруча не меняя позы. Затем так же входит в обруч и выпрямляется.
7. **Шагни в обруч.** Каждый играющий берет по обручу и держит его двумя руками внизу. По сигналу игрок перешагивает поочередно обеими ногами в обруч, а потом поднимает его вдоль всего тела высоко над головой. Можно проделать все то же самое в обратном направлении.
8. **Кто быстрее?** Дети встают на расстоянии шага, ставя ноги врозь, затем кладут между ногами веревку или ленту. По счету «Раз, два, три!» надо быстро наклониться вперед, стараясь поскорее выдернуть веревку в свою сторону. Кому это удастся сделать, тот и победил.