

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 87 «Улыбка» г.Улан-Удэ

Летние игры со скакалкой.



Воспитатель: Цыбикова Л.С.

г. Улан-Удэ
2022 г.

Скакалка – это простой спортивный снаряд, который уже долгое время остается актуальным и популярным как у взрослых, так и у детей. Научиться прыгать на скакалке очень просто. Преимущество скакалки в том, что это недорогой, полезный и компактный тренажер. Ее можно использовать на улице, дома, в детском саду, школе и т.д. Игры со скакалкой подвижные и активные, они вызывают азарт и тренируют выносливость у ребенка.

Каталог игр:

Игра «Самый гибкий»

Самый гибкий - подвижная, веселая игра для большой группы детей. Игра помогает развить гибкость и координацию движений.

Описание игры:

Игроки должны проходить под скакалкой, не задевая. Каждый раз, когда игроки проходят под ней, она опускается ниже (на уровне плеч, груди и т.д.). Участник, задевший скакалку - выбывает из игры.

Выигрывает тот, кто остался последним.



«Рыбак и рыбки»

Это хорошая игра на координацию и выносливость. Для нее подходит как маленькое, так и большое количество игроков.

Сначала нужно выбрать водящего, который становится в круг. А все дети вокруг него. Водящий берет скакалку и начинает ее вращать так, чтобы она легко скользила по земле, делая круг за кругом. В то время, когда скакалка проскальзывает под ногами игроков, они должны подпрыгивать, чтобы она не задела никого.

Если скакалка коснулась игрока, он считается пойманным. Приблизиться к водящему (*рыбаку*) в процессе игры нельзя.

Участник, которого поймал рыбак, становится на его место, а тот выходит на игровое поле.

Эта игра имеет еще один вариант, который носит соревновательный характер. Каждый участник, которого задела скакалка выбывает из игры, а побеждает тот, кто остался.



«Часы»

Эта игра способствует развитию внимания и выносливости. Играть могут от 10 до 15 человек.

Нужно заранее выбрать двоих игроков, которые натягивают скакалку и вертят ее. Все участники выстраиваются в очередь и произносят хором: «Тик-так, тик-так». А скакалка вертится под этот ритм. Суть игры заключается в том, что к скакалке подходит первый игрок и прыгает через нее один раз. Далее встает в конец очереди. Подходит второй игрок и прыгает два раза и так далее.

«Имена»

Для этой игры всем деткам нужны скакалки. Либо они могут прыгать на одной по очереди. Участник, прыгая на скакалке, должен говорить следующую фразу: «Я знаю 10 имен мальчиков: Саша, Витя, Коля, Петя, Ваня и т. д.». Затем: «Я знаю 10 имен девочек: Таня, Зина, Ира, Люда, Оксана и т. д.».

В этой игре побеждает тот участник, который перечислил все имена, не повторяясь и не сбиваясь. Также можно играть в города, клички животных, названия цветов...

«Кто дальше?»

На игровой площадке проводится линия. Одновременно могут участвовать 2—4 ребенка с короткими скакалками. По первому сигналу воспитателя они начинают бег, прыгая через скакалку через каждый шаг, а по второму сигналу (через 1—1,5 минуты) останавливаются. Побеждает ребенок,

который оказался впереди. Вариант игры: на игровой площадке проводятся две параллельные линии на расстоянии 4—3 м (в зависимости от возраста и умения детей): линии старта и финиша. У линии старта стоят 2—4 ребенка со скакалками, которые начинают по сигналу воспитателя бег. Побеждает ребенок, который первым пересечет линию финиша.