

# КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР С ПАРАШЮТОМ



[vk.com/fizkultt\\_privett](https://vk.com/fizkultt_privett)

картотека подвижных игр с парашютом

## ИГРА “КАРУСЕЛЬ”

**Описание игры:** Дети становятся вокруг парашюта правым (левым боком) к парашюту, держась за ручку или за ткань парашюта. Ходьба по кругу со словами:

*Еле, еле, еле, еле, закрутились карусели,  
А потом, а потом, всё бегом, бегом, бегом,  
Тише, тише, не спешите, карусель остановите.*

**Правила игры:** Выполнять движения в соответствии с текстом.  
Натягивать парашют так, чтобы он не висел.



[vk.com/fizkultt\\_privett](https://vk.com/fizkultt_privett)

## ИГРА “СОЛНЫШКО И ДОЖДИК”

**Описание игры:** Дети становятся лицом к парашюту, хватом за ручку или за ткань парашюта. Инструктор произносит «**солнышко**», все дети под музыку передвигаются приставным шагом в правую, (левую) сторону. На сигнал - «**дождик**», все дети прячутся под парашютом.

**Правила игры:** Игра повторяется несколько раз. Залезая под парашют, нельзя отпускать ручки или ткань парашюта.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ПЕРЕМЕНА МЕСТ”

**Описание игры:** Дети стоят по кругу, лицом к парашюту, руки хватом за цветовой сектор.

Дети произносят слова: **Скучно, скучно, нам стоять, не пора ли пробежаться, нам местами поменяться. Раз, два, три.**

Инструктор продолжает и называет любой цветовой сектор - **КРАСНЫЕ БЕГИ!** Дети, стоящие под этим цветом, пробегают под парашютом и меняются местами с другими детьми.

**Правила игры:** Меняются местами только дети под названным цветовым сектором, остальные высоко держат парашют. Выигрывает тот, кто быстрее всех из своей команды поменяется местом.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА «МЫШЕЛОВКА»

**Описание игры:** Группа детей делится на две команды.

Первая команда («Мышеловка») встаёт вокруг парашюта, держась рукой за петельку, поднимая парашют вверх.

Звучит музыкальное сопровождение.

Вторая команда («Мыши») пробегают под поднятым парашютом.

По сигналу (выключив музыкальное сопровождение) первая команда детей приседает, накрывая игроков-«мышей»

**Правила игры:** Игроки, оказавшиеся в «мышеловке» под парашютом, выбывают из игры. После этого игра продолжается с включением музыкального сопровождения. После, игроки меняются ролями.

**Вариант игры:** Игру можно усложнить, меняя виды передвижения игроков под парашютом (в полу-приседе, в глубоком приседе и т.д.)

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА «ХУДОЖНИК»

**Описание игры:** Выбирается один водящий («художник»). Остальные игроки становятся по кругу, выбирая цветной сектор парашюта. Игроки, держась за петельки парашюта, ходят по кругу, произнося слова:

**«Мы фломастеры цветные, все ребята удалые,  
Желтый, красный, голубой, выбирай себе любой!»**



После этих слов ребята останавливаются, а водящий (художник) называет цветовой сектор. Все игроки, которые стоят под названным сектором, начинают вместе с водящим бегать вокруг парашюта под музыку.

По сигналу инструктора (выключение музыки или свисток) игроки стараются как можно быстрее занять свободное место определённого цветового сектора. Если водящий («художник») быстрее займёт свободное место, он становится игроком, а выбывший игрок становится водящим («художником»).

**Правила игры:** Игроков должно быть на 1 больше, чем цветовых секторов. Если играющих очень мало, можно исключить один или два сектора.

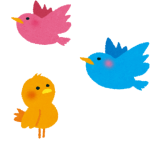
[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ЦВЕТНЫЕ ПТИЧКИ”

**Описание игры:** Выбирается один водящий. Остальные игроки «цветные птички» становятся по кругу, выбирая цветной сектор парашюта. Игроки, держась за петельки парашюта, ходят по кругу, произнося слова:

***Мы цветные птички, любим мы скакать,***

***Высоко летать, раз, два, три!***



После этих слов ребята останавливаются, а водящий называет цветовой сектор - «синяя - лети». Все игроки, которые стоят под названным сектором, начинают вместе с водящим летать вокруг парашюта под музыку.

По сигналу (выключение музыки или свисток) игроки стараются как можно быстрее занять свободное место определённого цветового сектора. Если водящий быстрее займёт свободное место, он становится игроком, а выбывший игрок становится водящим.

**Правила игры:** Игроков должно быть на 1 больше, чем цветовых секторов. Если играющих очень мало, можно исключить один или два сектора.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ЛЕТАЮЩИЕ ПЁРЫШКИ”

**Описание игры:** Дети стоят по кругу, держась за ручки или ткань парашюта. На парашюте лежат пёрышки (можно использовать декоративные перья или сделать их из бумаги). Дети одновременно начинают плавно поднимать и опускать парашют, не давая перышкам вылететь из парашюта.

**Правила игры:** Поднимать и опускать парашют так, чтобы перышки оставались на нём и не улетали. Если пёрышко вылетает, его можно вернуть обратно на парашют.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “НЕПОСЛУШНЫЙ МЯЧИК”

**Описание игры:** Дети стоят по кругу, держась за ручку или за ткань парашюта. Медленно то, поднимая, то опуская парашют, катают мячик, не давая ему упасть на пол.

**Правила игры:** Задача детей — поднимать и опускать парашют так, чтобы мячик катился по нему и не падал на пол. Если мячик падает, его можно вернуть обратно на парашют, и игра продолжится.



**Вариант игры:** Для усложнения можно добавить больше мячиков. Можно попросить детей двигаться по кругу, продолжая поднимать и опускать парашют.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “САЛЮТ”

**Описание игры:** Дети равномерно встают вокруг парашюта и берутся за его края (за ручки или за ткань).

На парашюте лежат маленькие разноцветные шарики. Задача детей — подбрасывать шарики вверх с помощью парашюта и ловить их, не давая упасть на пол.

**Вариант игры:** Разделите детей на две команды. Каждая команда держит свой парашют (если есть два парашюта) или играет по очереди. Задача каждой команды — удержать шарики на парашюте как можно дольше. Инструктор засекает время, и побеждает команда, которая продержала шарики дольше.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “СВЕТОФОР”

**Описание игры:** Дети стоят по кругу, держась за ручку или за ткань парашюта. Инструктор показывает красный цвет: - дети опускают парашют на пол.

Показывает желтый цвет: - дети выполняют легкую волну с парашютом.

Показывает зелёный цвет: - дети выполняют приставные шаги.

(Движения можно менять).



## ИГРА “ПУСТОЕ МЕСТО”

**Описание игры:** Дети, встав вокруг парашюта, выбирают считалкой водящего. Дети, держась правой рукой за палочку на краях парашюта, двигаются по часовой стрелке, а водящий идет в противоположную сторону со словами:

***Вокруг домика хожу и в окошечко гляжу,***

***К одному я подойду и тихонько постучу***

***Тук-тук-тук...***

Все дети останавливаются. Ребенок, возле которого остановился водящий, спрашивает: ***Кто пришел?»***. Водящий называет имя ребенка и продолжает:

***Ты стоишь ко мне спиной, побежим-ка мы с тобой.***

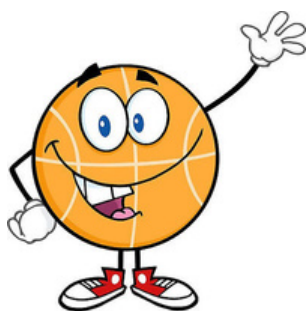
***Кто из нас молодой, прибежит быстрее домой?***

Водящий и ребенок бегут вокруг парашюта в противоположные стороны. Выигрывает тот, кто первым займет пустое место у парашюта.

## ИГРА “ВЕСЕЛЫЙ МЯЧ”

### Вариант игры № 1

**Описание игры:** Ребята стоят в кругу, держа двумя руками парашют за края. Инструктор по физической культуре бросает на сектора парашюта резиновый мяч среднего размера (внимание: мяч не должен быть больше отверстия в центре парашюта).



Дети, поднимая и опуская разные сектора парашюта, стараются перекатывать мяч так, чтобы он не упал в отверстие, произносят слова:

***Ты катись, веселый мячик, парашют не даст упасть.  
У кого веселый мячик – постарайся передать!***

[vk.com/fizkul\\_tt\\_privett](https://vk.com/fizkul_tt_privett)

## ИГРА “ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ”

### Вариант игры № 2

**Описание игры:** Ребята стоят в кругу, держа двумя руками парашют за края. Инструктор по физической культуре бросает на сектора парашюта резиновый мяч среднего размера (внимание: мяч не должен быть больше отверстия в центре парашюта). Дети, поднимая и опуская разные сектора парашюта, стараются перекатывать мяч так, чтобы он упал в отверстие. Вначале игры дети произносят слова:

***Раз, два, три,  
В цель попади!***

После нескольких повторов (3-4) в конце произносятся слова «***Вот и кончилась игра***», и игра заканчивается.



[vk.com/fizkul\\_tt\\_privett](https://vk.com/fizkul_tt_privett)

## ИГРА "ПОЕЗД"

### Вариант игры № 1

**Описание игры:** Дети, держась за парашют левой рукой, двигаются по кругу, правой рукой делают круговые вращательные движения и говорят слова:

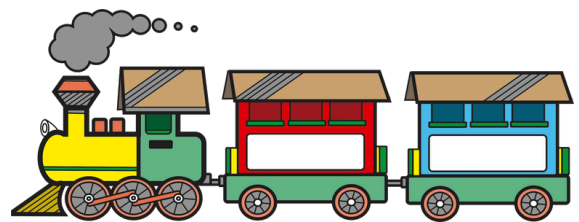
***Летит поезд во весь дух***

Поднимают и опускают парашют: ***Ух-ух, ух-ух!***

Затем повторяют те же движения, только в другую сторону, поменяв руки.

Загудел тепловоз: ***«У-у! Домой деток повез.***

***«Ду-ду-ду! Ду-ду-ду!» Я всех мигом довезу!»***



## ИГРА "ПОЕЗД"

### Вариант игры № 2

**Описание игры:** Дети держат парашют за края и выстраиваются в "поезд". Инструктор становится "машинистом" и ведет "поезд" по залу, а дети должны следовать за ним, держа парашют.

По команде ***"Тунель!"*** дети поднимают парашют, и "поезд" должен пройти под ним.





## ИГРА “КТО БЫСТРЕЕ”

**Описание игры:** Положите парашют на пол, разделите детей на две команды. По сигналу инструктора одна группа скатывает парашют с одной стороны к центру, другая – с другой. Кто быстрее свернёт свою часть. Побеждает команда, которая быстрее справится с обоими заданиями.

**Вариант игры:** После того как одна команда свернула парашют, дайте задание развернуть его обратно. Побеждает команда, которая быстрее справится с обоими заданиями.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ГРИБОК”

**Описание игры:** Все дети держатся за ручки парашюта, и плавно поднимают его три раза, и на третий раз все, не отпуская ручки, заходят внутрь парашюта, и он плавно опускается сверху на всех.

**Скок - скок - скок, спрячемся все под грибок!**

После того как парашют опустился, все выходят из-под него и начинают игру заново.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “УТКА-ГУСЬ”

**Описание игры:** В этой игре парашют выступает в роли ровного круга, вокруг которого все игроки сидят на корточках. Водящий ходит по часовой стрелке, и гладит того, кто рядом с ним, по голове, приговаривая:

«**Утка! Утка! Утка! Гусь!**»

Как только он выбрал гуся, он должен убегать от выбранного игрока вокруг парашюта. Гусь должен вскочить и побежать вслед за водящим, и попробовать успеть его осалить до того, как водящий добежит и сядет на место Гуся.

**Правила игры:** Если гусь догнал водящего, тот водит ещё раз. Если водящий успел добежать и занять место гуся, то тот становится новым водящим, и теперь он выбирает себе гуся.

[vk.com/fizkultt\\_privett](https://vk.com/fizkultt_privett)

## ИГРА “ОХОТА”

**Описание игры:** Положите под парашют мешочки для метания, скакалки, мячи и т.п. Рассчитайте участников по номерам. В начале игры все участники берутся за парашют обеими руками захватом сверху и высоко поднимают его. Затем инструктор называет номер участника и какой-либо предмет. Участник с этим номером устремляется под парашют, хватая нужный предмет и возвращается обратно.



[vk.com/fizkultt\\_privett](https://vk.com/fizkultt_privett)

## ИГРА “ФУТБОЛ”

**Описание игры:** Потребуется дополнительный инвентарь — большой мяч.

Положите в центр парашюта резиновый мяч. Поднимая и опуская парашют, вы можете подбрасывать и ловить мяч. Когда игроки освоят задание, попробуйте добавить второй мяч.

**Правила игры:** Участники синхронно поднимают и опускают парашют, чтобы мяч начал подпрыгивать в центре.

- Можно считать вслух: "Раз, два, три — поднимаем!"
- Затем: "Раз, два, три — опускаем!"

Задача игроков — скоординировать движения, чтобы мяч не улетел за пределы парашюта.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ЛЕТАЕТ - НЕ ЛЕТАЕТ”

**Описание игры:** Все игроки держатся за край парашюта и идут по кругу. Инструктор называет летающие предметы, такие как, самолет, птица, бабочка, жук и т. д., играющие поднимают руки вверх, раздувая парашют над головой. В других случаях поднимать руки нельзя.



**Правила игры:** Если кто-то ошибся и поднял парашют на нелетающий объект, это добавляет игре веселья. Можно ввести правило, что ошибившийся игрок делает что-то смешное (например, приседает, прыгает на месте или изображает названный объект).

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “КТО ПОД ПАРАШЮТОМ?”

**Описание игры:** Выбирают из игроков ведущего. Он садится в центр под парашют. Дети идут по кругу, произнося слова:

***Ты сейчас в лесу, мы зовем тебя – АУ!***

Дальше один ребенок (на которого укажет инструктор) говорит:

***Не зевай, кто позвал тебя узнай!***

А ведущий должен попытаться угадать, кто именно из участников произнес эти слова.

Когда ведущий угадывает, кто произнес слова, игрок, который был угадан, становится ведущим, и игра начинается снова.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ДОБРОЕ ЖИВОТНОЕ”

**Описание игры:** Инструктор тихим таинственным голосом говорит:

Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе!

На вдох делаем шаг вперёд, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперёд, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперёд.

Выдох – 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же чётко и ровно бьётся его большое доброе сердце.

Стук – шаг вперёд, стук – шаг назад и т. д.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “КРАСНЫЙ ВХОД, СИНИЙ ВЫХОД”

**Описание игры:** Инструктор с воспитателем поднимают и опускают парашют, а дети вбегают со стороны красного входа, и выбегают там, где синий выход, если их не коснулся парашют. Если же парашют уже опустился, то дети останавливаются и ждут окончания игры.

**Правила игры:** Дети могут заходить только через красный сектор, и выходить напротив, через синий, а обратно бежать снаружи от парашюта, чтобы не было столкновений внутри.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

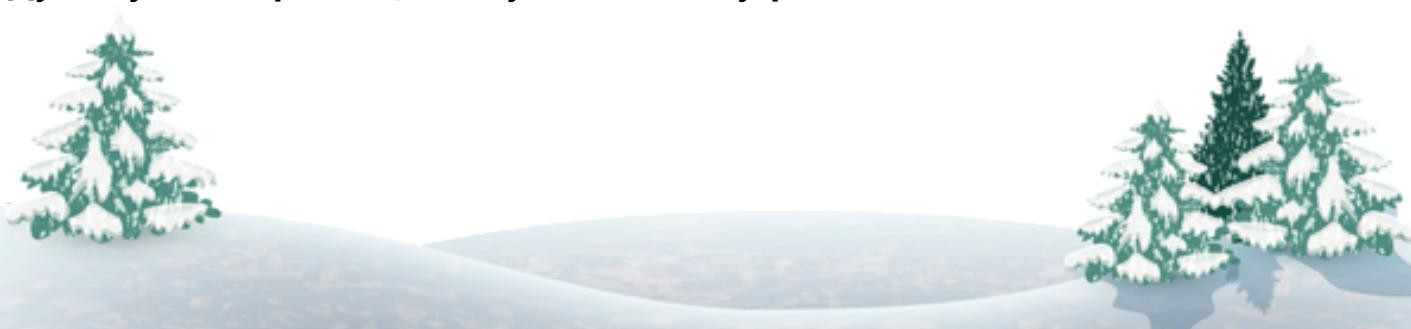
## ИГРА “СУГРОБ”

**Описание игры:** В этой игре все дети должны при слове «сугроб» спрятаться внутри под парашютом.

Инструктор с воспитателем поднимают и опускают парашют, немного раскачивая его, а дети бегают вокруг, или забегают внутрь, потом снова выбегают.

На слове «сугроб» парашют опускают.

***Дует-дует ветер в лоб, и надул большой сугроб.***



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ПЕРЕБЕЖКИ”

**Описание игры:** Дети держат парашют.

Инструктор начинает командовать: «**1, 2, 3 — парашют подними!**».

Все дети поднимают парашют вверх.

Затем инструктор говорит: «**Петя, Оля — беги!**» (и называет имена двух детей, которые должны поменяться местами).

Эти дети должны быстро пробежать под парашютом, пока тот опускается.

**Правила игры:** Успеть пробежать под парашютом, чтобы он их не задел. Если кто-то не успел и был пойман парашютом, они меняются местами с тем, кто оставался на месте.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ВОЛНЫ”

**Описание игры:** Дружно держась за парашют, игроки поднимают и опускают его быстрыми, резкими движениями, создавая «волны». Следите за тем, чтобы игроки поднимали парашют, а не натягивали его. Чередуйте спокойное море и бурные волны.

Используйте это упражнение, чтобы дать воспитанникам почувствовать себя уверенно в игре с парашютом.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “КАЧЕЛИ”

**Описание игры:** Выполняется в положении «сидя».

На старте дети начинают двигать парашют вперед и назад плавными, спокойными движениями, как если бы они качались на качелях. Парашют должен двигаться плавно и равномерно, создавая ощущение покачивания.



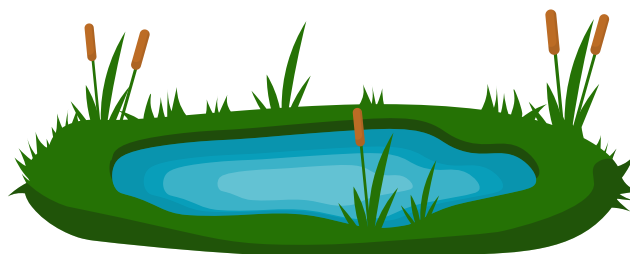
Важно выполнять движения слаженно и в спокойном темпе, чтобы не создать резких колебаний и не вывести парашют из равновесия.

Игра продолжается столько, сколько нужно для достижения спокойного, размеренного ритма. Ведущий может дать сигнал, когда пора завершить.

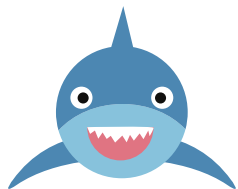
[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “БОЛОТО”

**Описание игры:** Игроки садятся на полу в круг, зажав край парашюта под подбородком и вытянув ноги прямо перед собой. Одного игрока выбирают «водяным», и он забирается под парашют. Водяной осторожно втягивает за ноги другого игрока, который исчезает под парашютом и сам становится водяным. Игра заканчивается, когда под парашютом оказываются все участники.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)



## ИГРА “АКУЛА В МОРЕ”

**Описание игры:** Одного воспитанника выбирают «акулой», все остальные игроки создают волны. Акула гоняется в поисках своих жертв под поверхностью воды (парашюта). Если акула хватается кого-нибудь за ногу, жертва отправляется под парашют и тоже становится акулой. Игра заканчивается, когда вокруг стало слишком много акул и осталось слишком мало людей!

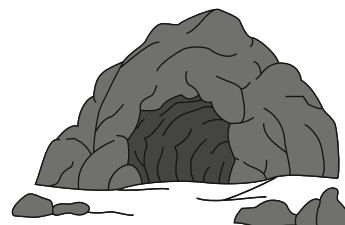
**Правила игры:** Игроки, раскачивающие парашют, не могут отпускать парашют до тех пор, пока их не поймают, они не могут также прижимать парашют к земле, преграждая путь акулам.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ПЕЩЕРА”

**Описание игры:** Игроки держат парашют за край обеими руками захватом сверху и поднимают его над головой. Нужно сделать несколько шагов к центру, наполняя парашют воздухом. Освобождают одну руку. Другой рукой тянут парашют вниз через голову и за спиной. Садятся на землю, удерживая край парашюта у земли.

**Правила игры:** Нужно остаться внутри парашюта, пока из-под него не начнет выходить воздух. Через некоторое время поднимают парашют, встают и выныривают из-под парашюта наружу.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)



## ИГРА “ШАМПИНЬОН”

**Описание игры:** Все дети встают в круг и берут край парашюта обеими руками, захватив его сверху (руки должны быть расставлены на ширине плеч).

На сигнал инструктора все участники начинают наполнять парашют воздухом. Для этого дети поднимают парашют вверх и резко опускают его, чтобы воздух попал внутрь.

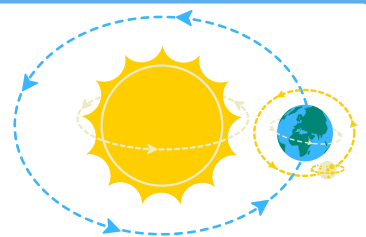
Когда парашют наполнен воздухом и начал подниматься, все участники притягивают его край к земле, удерживая воздух внутри.

Задача — удерживать парашют в таком состоянии, чтобы он стал похож на грибок (шампиньон), сдувая воздух через небольшой промежуток между участниками.

Игра продолжается до тех пор, пока парашют успешно не удержится в форме "шампиньона" (сильно надувшийся и сдерживаемый воздухом), и дети могут затем спокойно снизить его обратно.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ОРБИТА”



**Описание игры:** Дополнительный инвентарь - большой мяч.

В начале игры положите на парашют большой резиновый мяч. Мяч - это «планета», парашют - «солнечная система», а центр парашюта - «Солнце». Участники становятся вокруг парашюта и берутся за его края.

Задача участников — синхронно двигать парашют так, чтобы мяч начал двигаться по кругу (по "орбите") у края парашюта, не вылетая за его пределы.

Во время игры можно рассказывать участникам о солнечной системе, орбитах планет и гравитации, чтобы сделать игру не только веселой, но и познавательной.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ПОПКОРН”

**Описание игры:** Дополнительный инвентарь - много маленьких мячиков.

Разложив парашют на земле, высыпьте на него 100 (или более) маленьких мячиков. Затем по сигналу инструктора все участники должны встать у парашюта, поднять его и «хлопнуть» парашютом (сделать быстрое движение вверх и вниз) так, чтобы мячики поднялись в воздух. Продолжайте «готовить попкорн» до тех пор, пока не вылетят все шарики.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “НЕ ПОПАДИСЬ!”

**Описание игры:** Дети садятся в круг, кучкой. Инструктор и воспитатель накрывают детей парашютом, поднимают вверх над головами детей.

В тот момент, когда парашют опускается инструктор говорит, что сейчас они поймают кого-то (в центре парашюта есть вырез круглый), а дети стараются нагнуть спрятать свою голову, чтобы голова не попала в центральный круг. Пойманный, выходит из-под парашюта и присоединяется к ловящим, т.е. берётся за края парашюта и игра продолжается.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ДОМИК”

**Описание игры:** Инструктор и воспитатель берутся с разных концов за большое полотнище ткани. И говорят: **“Домик открывается, пляска начинается!”** (взрослые поднимают ткань, дети забегают под нее и свободно танцуют).

После слов **“Домик закрывается, дети разбегаются!”** - ткань опускают, дети выбегают)



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ТРИ МЕДВЕДЯ”

**Описание игры:**

3 медведя шли домой (дети идут с парашютом по кругу).

Папа был большой, большой (парашют поднят вверх).

Мама с ним – поменьше ростом (руки с парашютом на уровне груди).

А сынок – малютка просто (приседают, опуская парашют).

Очень маленький он был, с погремушками ходил (парашют ритмично поднимают и опускают).

Дзинь – дзинь!



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)



## ИГРА “БУКАШКИ”

**Описание игры:** Мальчики держат парашют, девочки - “букашки” в это время лежат. Парашют поднимается, «букашечки» двигают ногами и руками, парашют опускается «букашки» замирают.

Если кто-то из “букашек” продолжает двигаться после опускания парашюта, он выбывает из игры (по желанию можно играть без выбывания).

После нескольких раундов мальчики и девочки меняются местами: теперь девочки держат парашют, а мальчики становятся “букашками”.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ВЕСНА”

**Описание игры:**

Солнышко, солнышко

Золотое донышко (*идут по кругу, несут парашют*)

Гори, гори ясно

Чтобы не погасло

Побежал в саду ручей (*бегут по кругу, держа парашют*)

Прилетело сто грачей (*поднимание, опускание парашюта*)

А сугробы тают, тают (*медленное приседание*)

А веточки подрастают (*поднять вверх парашют*)



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)



## ИГРА “ЦВЕТНЫЕ КОМАНДЫ”

Дети становятся вокруг парашюта и берутся за его края.

Инструктор объясняет, что парашют разделен на разные цвета, и каждый цвет — это команда. Ведущий (инструктор или кто-то из детей) называет цвет, например, **"Красный!"**.

Дети, держащие красные секции парашюта, должны быстро поднять парашют вверх.

Затем ведущий называет другой цвет, и соответствующие дети поднимают парашют.

Игра продолжается, пока ведущий называет разные цвета. Можно ускорять темп, чтобы сделать игру более динамичной.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “КАЖДЫЙ К СВОЕМУ ЦВЕТУ”

**Описание игры:** Парашют расстелен на середине зала.

Дети стоят свободно, в руках у каждого ленточка. По команде инструктора, дети бегают врассыпную по залу. По команде **“каждый к своему цвету”**, дети бегут к сектору парашюта соответствующего цвету ленточки.

Кто последний занял место у своего цвета - проиграл.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ЗАТЕЙНИКИ”

**Описание игры:** Выбирается “затейник”. Дети идут по кругу, держат парашют (сначала правой рукой, потом левой) и произносят слова:

**Ровным кругом друг за другом  
Мы идём за шагом шаг.  
Стой на месте, дружно вместе  
Сделаем вот так!**



По окончании слов дети останавливаются, копируют движение, показанное “затейником”, и стараются его “удержать”.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)



## ИГРА “ВЕТЕРОК”

**Описание игры:** Дети растягивают парашют и по сигналу воспитателя начинают делать волнообразные движения, постепенно увеличивая темп движений (подул слабый ветерок, сильнее, еще сильнее, самый сильный, ветерок подул тише, еще тише, дует ветерок совсем тихо, стих ветерок).

**Вариант игры:** На парашют кладут легкие предметы (перья, бумажки), и дети должны “управлять ветром”, чтобы предметы не упали.

[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ПОПАДИ ТУДА, КУДА НАМЕТИЛ”

**Описание игры:** Парашют расстелен на середине зала. Дети стоят в 2-3 метрах от парашюта, в руках у каждого маленький мяч.

По команде инструктора дети по очереди бросают мячи на парашют, но вначале называют цвет, в который они хотят попасть.

Выигрывает тот, кто попадет в названный им цвет.



[vk.com/fizkultt\\_privett](https://vk.com/fizkultt_privett)

## ИГРА “ОРКЕСТР”

**Описание игры:** Дети растягивают парашют, в центр кладут несколько музыкальных инструментов (например, бубны, маракасы, колокольчики).

По команде **“Играем!”** дети начинают трясти парашют, чтобы инструменты издавали звуки. По команде **“Стоп!”** дети замирают на месте.



[vk.com/fizkultt\\_privett](https://vk.com/fizkultt_privett)

## ИГРА “ЛАБИРИНТ”

**Описание игры:** Дети держат парашют за края, а под ним ставят несколько препятствий (например, конусы или мягкие кубики).

Один ребенок должен пройти под парашютом через "лабиринт", не задевая препятствия.

Остальные дети могут слегка опускать и поднимать парашют, чтобы усложнить задачу.

**Правила игры:** Дети по очереди проходят под парашютом (по часовой стрелке). Следующий игрок может зайти под парашют, только когда вышел предыдущий. Когда ребенок пройдет “лабиринт”, он встает к другим ребятам держать парашют.

[vk.com/fizkul\\_tt\\_privett](https://vk.com/fizkul_tt_privett)

## ИГРА “РАДУГА

**Описание игры:** Дети держат парашют двумя руками за края, встав вокруг парашюта таким образом, что каждому достается сектор определенного цвета. Поднимая и опуская парашют, произносят слова:

***Раз, два, три, радуга взлети!***

Инструктор по физической культуре выбирает два не расположенных рядом цвета и называет их. Ребята, резко вскинув руки, поднимают парашют вверх, образуя купол, а дети, стоявшие у сектора названного цвета, быстро пробегают под ним. Так инструктор по физической культуре называет все цвета. Главное – внимательно слушать и быстро реагировать!



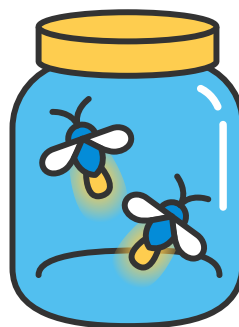
[vk.com/fizkul\\_tt\\_privett](https://vk.com/fizkul_tt_privett)



## ИГРА “СВЕТЛЯЧКИ”

**Описание игры:** В затемненном помещении под парашют кладут несколько светящихся предметов (например, светящиеся палочки или фонарики). Дети держат парашют за края и поднимают его вверх, создавая эффект "светлячков".

**Вариант игры:** Дети должны собрать все светящиеся предметы под парашютом.



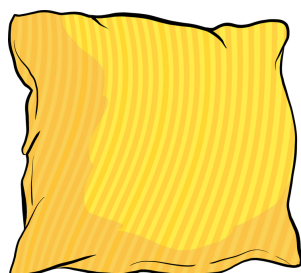
[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)

## ИГРА “ПОДУШКА”

**Описание игры:** Дети держат парашют за края, а в центр кладут большую мягкую подушку или игрушку.

Задача детей — подбрасывать "подушку" вверх, чтобы она не упала.

**Правила игры:** Дети должны синхронно поднимать и опускать парашют, чтобы подушка не упала на пол. Если подушка падает, игра начинается заново.



[vk.com/fizkulтт\\_privett](https://vk.com/fizkulтт_privett)