

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №5 имени Героя Советского Союза  
В.Ф. Кравченко городского округа Сызрань Самарской области  
структурное подразделение, реализующее общеобразовательные программы  
дошкольного образования «Детский сад №1»

**Конспект подвижной игры «Часы пробили ровно час».**  
**Автор: инструктор по физической культуре Пальцева Н.Г.**

**Сызрань, 2023г.**

**Оборудование:** Скакалка или веревка длиной 2,5 – 5 м.

### **Содержание**

Воспитатель и ребенок держат веревку за концы на небольшом расстоянии от стоящего посередине веревки ребенка. Вережку начинают ритмично раскачивать со словами: «Часы пробили ровно час, и Раз!». На слово «Раз!», делают оборот веревкой вокруг прыгающего ребенка. Затем, если прыгающий не задел веревку, - «Два!», - «Три!» и так далее до двенадцати.

### **Правила**

Если играющих много, то те, кто справился с прыжками, проходят в следующий кон («Два», «Три» и т.д.), кто не справился, задел веревку, то пропал и выбывает из игры. Кто справился и дошел до двенадцати, или остался один, считается победителем и в следующей игре раскручивает веревку вместе с воспитателем.

### **Усложнение/Упрощение**

Через длинную веревку могут прыгать сразу двое детей, взявшись за руки.

### **Что развивает игра**

Координационные способности, чувство ритма, точность движений, совершенствует двигательные умения – прыжки, укрепляет мышцы ног, способствует коммуникации и согласованности действий в игре.