

**Методическая разработка**

Игровое пособие

**«Чудо – парашют»**

|  |
| --- |
| **Автор разработки:** Титова Е.А.**, инструктор ФК,** высшей квалификационной категории  |



2020 г.

**Актуальность**

 Актуальность выбранной темы объясняется тем, что в современном дошкольном образовании изменился взгляд на сущность процессов воспитания и развития ребёнка-дошкольника. Ценности здорового образа жизни, развитие социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, формирование предпосылок учебной деятельности в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром нашли свое отражение в государственном образовательном стандарте дошкольного воспитания и обучения. Где большое значение уделяется правильной организации детской деятельности, с учётом психофизиологических особенностей и разного темпа развития каждого ребёнка с ОВЗ. В связи с этой проблемой мы стала искать методы, формы и средства, которые помогли бы сделать классическое занятие , а также занятие совместные с детьми и родителями, более интересным, увлекательным, весёлым и объединяющим всех детей группы, независимо от их индивидуальных особенностей. Этим средством стал игровой парашют. Актуальность выбранной темы объясняется тем, что в условиях введения федеральных государственных образовательных стандартов , педагог может сам выбрать такие методы, формы и средства которые позволят любое занятие сделать не только полезным, но и увлекательным, весёлым и объединяющим всех детей группы. Поэтому таким средством стал игровой парашют.

 Одна из основных задач воспитания – использование разнообразных форм работы с детьми ОВЗ, в том числе таких, которые способствуют функциональному совершенствованию организма, повышению работоспособности, делают ребенка стойкими и выносливыми, обладающими высокими защитными способностями к неблагоприятным воздействиям внешней среды. Эти формы работы направлены не на оттачивание техники выполнения тех или иных упражнений, а на развитие положительных эмоций, высокой двигательной активности, свободного и непринужденного общения детей. Пособие «Игровой парашют», внести в организацию игр с детьми ОВЗ спектр новых ощущений. Игровой парашют – это яркая ткань, состоящая из нескольких цветных секторов, у которой по кругу расположены ручки.

Парашютом можно играть в спортивном зале или в группе, но парашют подходит и для игр на свежем воздухе. Игры в парашют – не соревновательные: они учат согласованности действий и умению чувствовать движения других игроков. Для детей с ОВЗ очень важно ощутить, что именно в движениях они могут ощутить себя частью команды. В играх с парашютом это могут почувствовать даже самые маленькие игроки! Ребёнку любого возраста важно научиться согласовывать свои действия с командами ведущего и действиями других игроков. В играх с парашютом это достигается само собой, без особых усилий. Парашют даёт ребёнку богатый спектр новых ощущений: это и яркий зрительный образ, и сильный ветер, и звон натянутого парашюта, и ощущение мягкой ткани, обнимающей ребёнка, сидящего под парашютом.

 Парашют настолько привлекателен сам по себе, что обычно детей не приходиться долго уговаривать – они сами мчатся к нему со всех ног. Даже очень стеснительные дети, которые с трудом приобщаются к общим играм, любят играть с парашютом. Для тихих и застенчивых детей парашют даёт массу возможностей для постепенного присоединения к компании детей. Ведь в этих играх никто не требует сразу давать руку другим детям, как в хороводе, или сразу входить в круг. Каждый ребёнок может выбрать свою скорость и свою степень активности. Парашют очень полезен как тихим и медлительным детям, так и активным, в том числе и гиперактивным детям, поскольку игры с парашютом дают возможность «растормошить» тихих детей и утихомирить особо шустрых. Парашют даёт массу возможностей для игр с правилами, игр с границами. Кроме того, игры с парашютом развивают фантазию, умение подражать и показывать пантомимой какие – то характерные движения. Вы можете вообразить, что парашют – это домик, или море, или шляпка гриба…Дети под парашютом то изображают воробушков, то укладываются спать, то стучатся в теремок. Как и в других подвижных играх, дети учатся соблюдать правила игры, дожидаться своей очереди, взаимодействовать друг с другом.

Одним из факторов, влияющих на  успешность адаптации детей сОВЗ к ДОУ, является овладение ими игровыми и коммуникативными навыками. Во взаимодействии не только с инструктором ФК, но и с учителем – дефектологом, педагогом-психологом и другими узкими специалистами, педагоги нашего детского сада создают возможности успешной адаптации детей разных возрастных групп через участие в разных формах и видах активности, тем самым, мы вместе обеспечиваем здоровье воспитанников в единстве психологического и физического аспектов. С этой целью мы используем игровой парашют. Он выполнен из яркой ткани (3 или 5 метров в диаметре) и состоит из нескольких цветных секторов, по кругу которого расположены ручки. Игра с парашютом является инструментом педагогов для наблюдения за детьми в период адаптации к ДОУ, коррекции видимых нарушений коммуникативной, эмоционально-волевой и познавательной сферы. Для застенчивых детей игры с парашютом дают возможность постепенного присоединения к компании. В этих играх никто не требует сразу давать руку другим людям, как в хороводе, или сразу входить в круг. Активные дети, играя с парашютом, научатся соблюдать правила игры, дожидаться своей очереди, взаимодействовать друг с другом. Основной структурной единицей занятий с парашютом является композиция, то есть слитные по технике выполнения и непрерывные по содержанию двигательные упражнения, которые объединяются в комплекс.

По глади парашюта можно пустить мягкую, тихую рябь, а можно шумные и бурные волны, в зависимости от того, какую цель мы преследуем. Игры с ним учат согласованности действий, умению чувствовать движения остальных игроков, слушать инструкции взрослого, способствуют развитию внимания, координации. Игра с парашютом укрепляет мышцы плеч, предплечий и кистей рук, что оказывает положительное влияние на развитие детей. Создавая с помощью парашюта гигантские волны, дети совершенствуют свои навыки моторного восприятия и развивают чувство ритма. Данная игра снимает нервно-психическое напряжение, раскрепощает ребенка, создает предпосылки для установления контакта с другими детьми, способствует развитию воображения. Из практики работы с данным пособием можно сказать, что парашют оказывает несравненную помощь в «соприкосновении» ребенка с социумом и помогает ему самостоятельному проникнуть в него.

**Изготовление парашюта**.

В готовом виде парашют представляет собой «плоский зонтик» с восемью секторами. Отрез складывают пополам поперёк. Вот таким образом: сшиваем по схеме (получается труба). Затем по диагонали разрезаем и получаем два клина: один – целый, один – со швом посередине.

Таким образом, кроятся все клинья. После этого начинаем собирать парашют. Для красоты сшиваем целый клин и клин со швом. Ведь каждого цвета по два (целый и сшитый клин). В середине пришиваем круг, чтобы скрыть неточности при стыковке клиньев. Из косой бейки или ленты пришиваем ручки на стыках клиньев и посередине клина (всего 16 штук). Теперь можно наслаждаться игрой!

Игровое пособие «Парашют» можно использовать в разных видах деятельности: при организации образовательной и игровой деятельности воспитателем, на занятиях с учителем-логопедом, музыкальных занятиях, физкультурных занятиях, спортивных праздниках, развлечениях, во время походов, прогулок.

**Цель**

Создание условий для всестороннего физического развития и удовлетворения естественной потребности детей в движении, развитие положительных эмоций, свободного и непринужденного общения детей;

позволяет успешно решать задачи дидактического, оздоровительного и развивающего характера.

**Задачи**

* Формировать двигательные навыки, развивать физические качества, координацию движений, ловкость и быстроту.
* Вырабатывать согласованность движений с музыкой, темпо-ритмическую организацию движений.
* Воспитывать дух сотрудничества, укреплять дружеские взаимоотношения, умение взаимодействовать друг с другом.

Данная игра снимает нервно-психическое напряжение, раскрепощает ребенка, может использоваться для релаксации.

В целом, парашют даёт ребёнку богатый спектр новых ощущений: это и яркий зрительный образ, и сильный ветер, и звон натянутого парашюта, и ощущение мягкой ткани, обнимающей ребёнка, сидящего например под парашютом.

Игровое пособие «Парашют»можно также применять в работе с родителями - использовать на родительских собраниях с целью знакомства, сплочения и сотрудничества родителей между собой и с педагогами, для подведения итогов того или иного мероприятия.

**Целевое назначение игрового пособия «Парашют»**

Игры с парашютом способствуют:

* Развитию внимание, памяти;
* Выработки согласованных движений с музыкой;
* Укреплению мышц спины и рук;
* Активизирует двигательные навыки;
* Развивают координацию движений;
* Позволяют тихим и застенчивым детям быстрее адаптироваться в коллективе сверстников;
* Гиперактивным детям научиться соблюдать правила игры дожидаться своей очереди, взаимодействовать друг с другом;
* Развивать творческие способности;

Таким образом, игровое пособие «Чудо – парашют» не только развлекает, но и развивает.

**Игровое пособие можно использовать на музыкальных занятиях:**

* Музыкально – ритмические упражнения (маленькие парашюты);
* Музыкально – дидактические игры (тембр, темп, динамика);
* Игры со словами;
* Игры – хороводы;
* Танцевальные композиции;

**Для педагогов:**

* Физкультминутки;
* Театральная деятельность;
* Коммуникативные игры;

**Для логопедов:**

* Закрепление звуков;
* Лексика грамматика (пополнение словаря, ед. и мн.число, уменьшительно- ласкательная форма);
* Логоритмика;

**Для психолога – педагога:**

* Цветотерапия;
* Использование игрового пособия в период адаптации детей к детскому саду;
* Психологические этюды;
* Релаксация;

**«Цветотерапия».** Это излечение цветом. Издавна отмечено, что цвет оказывает благотворное или отрицательное влияние на человека, так как зрение – самый важный из всех видов чувств. Каждый цвет имеет свою целебную силу или негативно влияет на поведение.

Нападает иногда, например, депрессия, и ничего не помогает. Человек начинает закрываться от мира, укутываться с ног до головы в чёрное и всё глубже погружается в это состояние. А ведь стоило бы надеть оранжевое, на пару дней окружить себя этим цветом, как всё вернулось бы на круги своя. Цвет уже давно используется для лечения нервных расстройств. Называется он, по-научному, «хромотерапия».

 Цветотерапия может использоваться и отдельно, и в сочетании с музыкотерапией. Недаром существуют специальные фильмы для выхода из депрессии.

Основная цель работы с данным пособием: создание условий для всестороннего физического развития и удовлетворения естественной биологической потребности детей в движении.

**Практические советы и рекомендации по проведению игр с парашютом:**

***Выбор игры***

Прежде чем предложить детям игру, проанализируйте, подойдѐт ли игра группе. Учитывайте возрастные, психологические и функционально-физиологические особенности детей.

***Возраст детей***

Необходимо учитывать физические данные детей (рост и вес). Еще до начала игры попросите старших детей быть предельно внимательными к детям младшего возраста.

***Количество участников игры***

Игры с парашютом подразумевают максимальное количество участников: от 12 до 24 человек.

***Степень активности***

По степени активности игры подразделяют на игры с высокой, средней и низкой степенью активности. При выборе и проведении игр старайтесь чередовать игры разной степени активности, иначе дети или очень быстро устанут или потеряют интерес.

Все игры можно разделить традиционно на:

* Подвижные игры: «Кот и мышь», «Необычный волейбол», «Баскетбол», «Переворачивание», «Летучий змей», «Охота за сокровищами», «Грабитель и полицейский», «Ракета», «Карусель».
* Умеренно подвижные игры: «Волны», «Гриб», «Шалаш», «Кресло-качалка», «Море волнуется», «Попкорн», «Гусеница», «На гребнях волны», «Баланс», «Сладкие сны», «Морской бриз».
* Игры с низкой степенью активности: «Баланс», «Гриб», «Морской бриз», «Сладкие сны», «Хижина».

***Начало, середина и конец игры***

При планировании и выборе игр необходимо обращать внимание на то, что есть игры, с которых хорошо начинать игровой практикум, а другими хорошо заканчивать. Задача первой игры - ознакомить детей с парашютом. Например, игра «Волны». Игры, где игрокам нужно выходить в середину круга, лучше проводить в середине игрового практикума.

Задача последней игры – подвести итог, лучше всего провести игры для релаксации.

Игры для зачина: «Попкорн», «Волны», «Гриб».

Игры для концовки: «Баланс», «На гребнях волны».

***Место проведения***

Игры с парашютом можно проводить как внутри помещения, так и на улице. Не следует играть на улице в пасмурную погоду в игры, в ходе которых нужно ходить по парашюту или ползать во избежание появления невыводимых пятен на парашюте.

***Размер парашюта***

Для групп более чем из 24 человек диаметр парашюта должен быть не менее 8 м; для групп из 12 человек и меньше - диаметром 6 м. Для детей в возрасте до10 лет следует выбрать маленький парашют, в противном случае им будет трудно сделать "шалаш".

***На что необходимо обращать внимание при проведении игр****:*

Заинтересуйте ребенка игрой еще до ее начала.

Участвуйте в игре наравне с детьми.

Приглашайте детей к игре, дайте почувствовать ребенку, что Вы рады его участию.

В игре, где надо выбрать «кошку» или «мышку», узнайте сначала, есть ли желающие. Либо разыграйте это.

Перед игрой осмотрите игровое пространство, чтобы никто из детей не смог пораниться.

Продумайте время проведения игры, учитывая динамику развития детского коллектива.

Подробно и доступно объясняйте правила игры, чтобы ребенок мог понять правила и решить, будет ли он играть.

Объясняйте правила игры не в форме приказов, а в форме пожеланий, рекомендаций.

Объясняйте правила непосредственно перед началом игры. Дети лучше усвоят правила, не стоя у стены, а непосредственно взяв в руки парашют.

Чтобы дети лучше поняли правила новой игры и не боялись проиграть в начале, необходимо перед началом игры сделать одну репетицию.

Перед проведением игрового практикума составьте список игр. Распределите их по степени активности, по количеству игроков и т.д. Это поможет Вам подобрать игру для любой ситуации и любой группы.

Никогда не забывайте: Игра должна приносить ребѐнку радость!

**Игры с пособие «Чудо – парашют»**

***«Карусель»***

**Цель игры**:

1. Развивать координационные способности детей и ориентировку в пространстве.

2.  Воспитывать чувство товарищества и добиваться согласованных действий во время игры.

**Ход 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.

***«Солнышко и дождик»***

**Цель игры:**

1.Развитвать скоростные способности и реакцию на заданный сигнал.

2. Развивать координационные способности и ориентировку в замкнутом пространстве.

3. Развивать чувство товарищества и приобщать к соблюдению техники безопасности, при выполнении коллективных действий.

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

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

***«Перемена мест»***

**Цель игры:**

1.Развивать ориентировку в пространстве и координационные способности.

2. Развивать способность реагировать на заданное задание без ошибок  (цвета).

3. Развивать скоростно - силовые способности детей.

**Ход 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.

Воспитатель 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.

***«Мышеловка»***

**Цель игры**:

1.     Развивать у детей скоростные и скоростно-силовые способности.

2.     Развивать у детей способность ориентироваться в пространстве , в условиях ограничения двигательной деятельности.

3.     развивать способность реагировать на заданный звуковой сигнал

4.     воспитывать чувство товарищества и добиваться согласованных действий во время игры.

**Ход 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.

Игру можно усложнить, меняя виды передвижения игроков под парашютом

- в полу-приседе;

- в глубоком приседе;

 -на четвереньках;

 -парами (держась за руки) и т.д.

***«Художник»***

**Цель:**

1.     Развивать  скоростные  способности.

2.     Развивать координационные способности  и способность ориентироваться в пространстве.

3.     Развивать способность реагировать на заданный звуковой сигнал.

**Ход 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 (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 Ирок становится водящим («художником).

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

***«Цветные птички»***

**Цель  игры**:

1.      Развивать  скоростные  способности детей.

2.      Развивать координационные способности  и способность ориентироваться в пространстве.

3.      Развивать способность реагировать на заданный звуковой сигнал.

**Ход 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 1 больше, чем цветовых секторов. Если играющих очень мало, можно исключить один или два сектора.

***«Летающие пёрышки»***

**Цель игры:**

1.     Развивать координационные способности детей.

2.     Развивать зрительный глазомер и зрительную фокусировку.

3.     Развивать согласованность движений в командном задании.

**Ход игры**: Дети стоят по кругу, держась за ручки  или ткань парашюта. На парашюте лежат пёрышки. Плавно поднимать и опускать парашют,  не давая перышкам вылететь из парашюта.

***«Непослушный мячик»***

**Цель игры:**

1.     Развивать координационные способности детей.

2.     Развивать зрительную координацию.

3.     Развивать умение реагировать в соответствии с ситуацией.

4.     Воспитывать чувство товарищества и коллективизма при выполнении командного задания.

**Ход 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.

***«Салют»***

**Цель игры**:

1.      Развивать координационные способности детей.

2.      Развивать зрительную координацию.

3.      Развивать умение реагировать в соответствии с ситуацией.

4.      Воспитывать чувство товарищества и коллективизма при выполнении командного задания.

**Ход игры:** Дети стоят по кругу, держась за ручки или за ткань парашюта. На парашюте лежат маленькие разноцветные шарики. Подбрасывание и ловля мячиков, не давая им упасть на пол.

***«Будь внимателен»***

**Цель игры:**

1.Развивать двигательную реакцию на заданный сигнал.

2.Развивать память и мышление.

3. Развивать согласованность движений.

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

Воспитатель показывает желтый цвет:- дети выполняют легкую волну с парашютом.

Воспитатель показывает зелёный цвет:- дети выполняют приставные шаги.

(Движения можно менять).

***Игра «Пустое место»***

 **Цель:** развивать быстроту реакции, ловкость, скорость, внимание.

 **Описание игры**.

 Дети, встав вокруг парашюта, выбирают считалкой водящего

 Пример считалки:

 Раз, два, три, четыре, пять.

 Нам друзей не сосчитать.

 А без друга в жизни туго,

 Выходи скорей из круга!

  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 быстрей домой?

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

***Игра «Веселый мяч»***

**Цель**: развивать ловкость, координацию движений, внимание, эмоциональную отзывчивость.

 **Описание игры.**

 **Вариант № 1.**

 Ребята стоят в кругу, держа двумя руками парашют за палочки на краях. 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!

 **Вариант № 2**

 Ребята стоят в кругу, держа двумя руками парашют за палочки на краях. 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.

***Игра «Поезд»***

**Цель:** учить сочетать движения со словами и музыкой.

 **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!

 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 «Радуга»***

**Цель:** закрепить знания цвета, умение реагировать на сигнал; развивать внимание, воображение, скорость.

**Описание игры.**

 Дети держат парашют двумя руками за палочки, 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!

***Игровые упражнения***

**ВОЛНЫ**

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. Замечайте любые проявления безответственного поведения и вовремя пресекайте их.

**КАЧЕЛИ**

Выполняется в положении «сидя». Воспитанники тянут парашют вперед-назад спокойными неторопливыми движениями, подобными раскачиванию на качелях.

**БОЛОТО**

Игроки садятся на полу в круг, зажав край парашюта под подбородком и вытянув ноги прямо перед собой. Когда все расселись, каждый начинает повторять название своего любимого овоща. Гвалт, производимый игроками, напоминает шум, который стоит ночью на болоте. 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.

**ПОДБРАСЫВАНИЕ МЯЧА**

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.

**АКУЛА В МОРЕ!**

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

**ПОД КОЛПАКОМ**

Держась за края парашюта, наполните его воздухом. Продолжая держать край парашюта, пройдите под ним к центру, а затем обратно. Можно также собраться всем в центре и отпустить парашют, чтобы он плавно опустился вниз, спрятав под собой всех игроков.

**ПЕРЕМЕНА МЕСТ**

До начала игры каждый участник должен взяться за сектор парашюта определенного цвета (это возможно лишь в том случае, если ваш парашют многоцветный). В этой игре каждому игроку будет соответствовать свой цвет (например, зеленый, синий, красный и т.д.) Правила игры такие же, как и во «Взлете и планировании», при этом в момент максимального подъема парашюта ведущий громко называет какой-либо цвет. Так, если ведущий выкрикивает «красный», каждый, кто держится за красный сектор парашюта, должен отпустить парашют и, пробежав под ним, поменяться местами с кем-либо из игроков с противоположной стороны. Неважно, попадет ли игрок точно в то же место, где стоял его партнер, главное, чтобы он пробежал под парашютом на противоположную сторону. Пока часть игроков находится под парашютом, остальные медленно тянут парашют вниз, пытаясь поймать участников игры, бегающих под парашютом. Если кого-то удалось поймать, помогите этому игроку выбраться, и пусть он найдет себе новое место у парашюта.

*Вариант*

Вместо названий цветов ведущий громко называет месяцы года. Участники игры, родившиеся в названном месяце, отпускают парашют и меняются местами, пробегая под парашютом. В эту игру можно также играть, рассчитавшись по порядку от 1 до 8 или называя цвета одежды, в которую одеты участники игры.

**ПЕЩЕРА**

Ухватитесь за край парашюта обеими руками захватом сверху и поднимите парашют над головой. Сделайте несколько шагов к центру, наполняя парашют воздухом. Освободите одну руку. Другой рукой тяните парашют вниз через голову и за спиной. Сядьте на землю, удерживая край парашюта у земли. Оставайтесь внутри парашюта, пока из-под него не начнет выходить воздух. Через некоторое время поднимите парашют, встаньте и вынырните из-под парашюта наружу.

**ШАМПИНЬОН**

Возьмитесь за край парашюта обеими руками захватом сверху и наполните парашют воздухом. Притяните край парашюта к земле, удерживая воздух внутри. Так делается «шампиньон".

**БЕГИ-ХВАТАЙ**

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 ведущий называет номер участника и какой-либо предмет. Участник с этим номером устремляется под парашют, хватает нужный предмет и возвращается обратно до того, как из-под парашюта выйдет воздух.

**ОРБИТА**

Дополнительный инвентарь -Большой мяч В начале игры положите на парашют большой резиновый мяч. Мяч - это «планета», парашют - «солнечная система», а центр парашюта - «Солнце». Спросите у участников, смогут ли они сделать так, чтобы планета двигалась по орбите у края солнечной системы и при этом не вылетела за ее пределы (упала с парашюта).

**ПОПКОРН**

Дополнительный инвентарь - Много маленьких мячиков Разложив парашют на земле, высыпьте на него 100 (или более) маленьких мячиков. Затем по сигналу ведущего все участники должны встать у парашюта, поднять его и «хлопнуть» парашютом (сделать быстрое движение вверх и вниз), так чтобы мячики поднялись в воздух. (Внимание: Не позволяйте группе натягивать парашют - он может порваться). Продолжайте «готовить попкорн» до тех пор, пока не вылетят все шарики.

*Вариант*

В дополнение к мячикам или вместо них можно подбрасывать большой резиновый мяч, несколько комет, другие большие (но легкие) предметы и даже один-два водяных шарика!