



2. «Скалолазы» (игровое упражнение) – правая рука на зеленый цвет дорожки, левая рука на желтый цвет, правая нога на голубой, левая нога на зеленый цвет.



## II. Прыжки. Игровые упражнения

1. «По кочкам» - прыжки на платочки – квадраты указанного цвета. (квадраты размещены хаотично на «Радужном коврик»).
2. «Кузнечики» - прыжки с места (с разбега) на указанную разноцветную полосу.
3. «Классики» - прыжки в классики (выкладывание разноцветных платочков – квадратиков на «Радужном коврик, в виде классиков.



### III. Метание. Игровые упражнения

1. «Попади в нужный цвет» - метание мешочка на указанный цвет-полоску.
2. «По порядку» - метание по порядку, красным мешочком на красную полоску и т. д.
3. «Самый меткий» - из разноцветных платочков – квадратиков в середине «Радужного коврика» выкладывается большой разноцветный квадрат. Дети метают мешочки в этот большой квадрат. Цвет мешочков и квадратиков должен совпадать.



### IV. Координация движений. Игровые упражнения

1. «Подбрось – поймай» - дети берут «Радужный коврик» по периметру за края, в середину коврика кладут мячи. Дети с помощью коврика подбрасывают и ловят их.
2. «Не ошибись» - дети берут «Радужный коврик» по периметру за края, в середину коврика кладут мячи. Дети с помощью коврика прокатывают все мячи: в верхний левый угол «Радужного коврика», в правый нижний угол, в середину и т. д.

### 3. «Прятки»

- дети берут «Радужный коврик» по периметру за края, и под музыку двигаются по кругу. По сигналу прячутся под «Радужный коврик».

### 4. «Чудо – парашют»

- дети берут «Радужный коврик» по периметру за края, взмахивают ковриком вверх и бегут под него, образуя из «Радужного коврика» купол.

