

Подвижные игры



- Все дети обожают двигаться, бегать наперегонки, прыгать, кататься на велосипеде. Так почему же не сделать это основой для подвижных игр, которые помогут общему развитию ребенка, вместе с его физической подготовкой? Эти игры универсальны, они подходят для разного количества участников, их можно использовать как на природе в компании детей своих друзей, так и в обычном детском саду.
- Такая активность помогает детям получить необходимую физическую нагрузку, а также научиться активно и на равных общаться с другими детьми, увеличить навык быстрой реакции и многое другое.
- Для подвижных летних и зимних игр не понадобится серьезный спортивный инвентарь, очень часто достаточно скакалки или небольшого мяча. А очень часто нужны просто желание замечательно провести время и стремление подвигаться!

Найди место

Ставят стулья (в ряд, по кругу и т.п.). Водящий берет длинную палку и начинает обходить сидящих на стульях. Если около кого-то он стукнет палкой о пол, то этот играющий должен встать со стула и пойти следом за водящим. Так водящий ходит вокруг стульев, стучит то тут, то там, и вот за ним следует целая свита. Водящий начинает удаляться от стульев, ходит кругами, змейкой; остальные повторяют все за ним.

Вдруг, в неожиданный для всех момент, водящий дважды стучит по полу. Это сигнал к тому, чтобы все немедленно заняли места на стульях. А это теперь не так-то просто, поскольку стулья смотрят в разные стороны.

Сам водящий старается занять место одним из первых. Теперь водит тот, кому не досталось места.

Кегля

Играющий становится перед стулом с кеглей, идет 8-10 шагов вперед, останавливается. Затем ему завязывают глаза, предлагают повернуться вокруг себя один-два раза, пройти то же количество шагов обратно к стулу и, подняв руку, сверху опустить ее на кеглю. Выполнивший задание получает приз.

Вышибалы

Игровое поле (длиной ~8-10 метров очерчено с двух сторон линиями, за которыми стоят вышибалы (водящие), их задача - выбить мячом игроков с поля, мяч подается поочередно от одного вышибалы к другому, существует масса вариантов игроков.

а) вышибалой становится "выбитый" или вновь прибывший игрок.

б) играющие делятся на команды и выбитые игроки уходят с поля пока не будут выбиты все игроки команды, при этом из рук вышибалы может быть поймана "свечка", что означает либо возможность остаться в круге, либо возврат одного из выбитых игроков на поле.

ЧИЖИК

Старший из детей очерчивает на земле мелом или острой палочкой квадрат — "клетку", в ее середине устанавливает камень, на который кладет палочку — "чижик". Все по очереди подходят к "клетке" с другой длинной палкой и бьют по "чижику", который от удара подлетает вверх. Тогда другие игроки бьют "чижика" на лету, стараясь загнать его в "клетку". Правда, нужно быть внимательным, чтобы самому не попасть под удар вместо "чижика".