

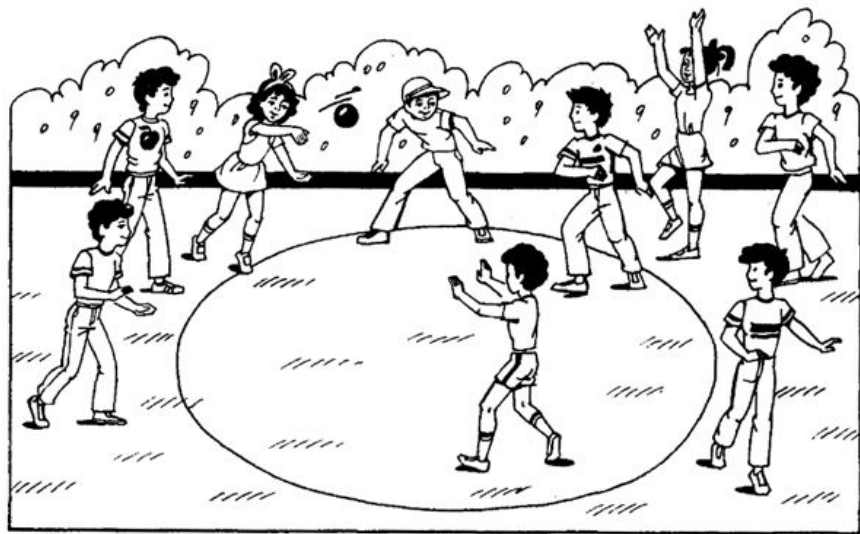
*Подвижные игры для детей младшего школьного
возраста и для детей среднего и старшего
школьного возраста.*





*Подвижные игры для детей
младшего школьного возраста.*

Охотники и утки



Играющие делятся на две команды. Первая команда — «охотники», вторая команда — «утки». «Охотники» располагаются за чертой круга, а «утки» становятся в круг. «Охотникам» выдается мяч, которым они будут бросать в «уток». По сигналу ведущего игроки вне круга начинают выбивать мячом игроков, которые находятся в круге. Каждый «охотник» может бросать мяч сам или передавать его партнеру по команде, при этом нельзя заступать за линию круга. «Утки», в середине круга, стараются увернуться от мяча. Подбитой считается утка, в которую попал мяч, не коснувшись перед этим пола. Подбитая утка выбывает из игры (покидает круг). Когда в круге не остается «уток», игра заканчивается, и команды меняются местами.

Победившей считается та команда, которая выбила всех «уток» за меньшее время.

Также можно установить свою длительность игры (например, 5 минут). В этом случае выигрывает та команда, которая за отведенное время выбила больше «уток».

Удочка



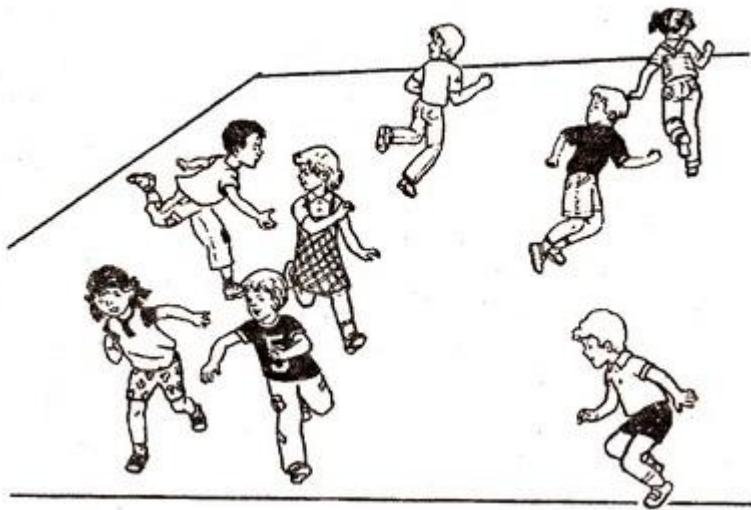
Из общего числа играющих выбирается водящий. Остальные игроки встают в круг диаметром 3–4 м.

Водящий становится в центр круга. У него в руках веревочка длиной 2 м с привязанным к концу мешочком с песком. Водящий вращает веревочку так, чтобы мешочек с песком летел над уровнем пола на высоте 5–10 см.

Каждый из играющих должен подпрыгнуть и пропустить летящий мешочек. Тот, кого водящий задел летящим мешочком, получает штрафное очко. Подсчитывается общее число штрафных очков после того, как мешочек совершит 8–10 полных кругов. Побеждает тот, кого веревочка ни разу не задела по ногам.

После смены водящего игра начинается сначала.

Караси и щука



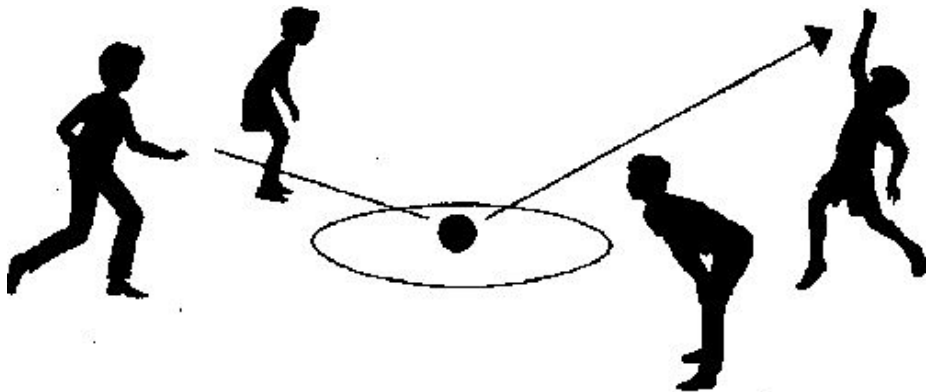
Игровая площадка разделена двумя линиями на расстоянии 10–15 м одна от другой. Из играющих выбирается водящий – «щука», а остальные участники игры – «караси». Водящий-«щука» стоит в центре, а «караси» располагаются на одной стороне площадки за линией. По сигналу или команде учителя «караси» перебегают на противоположную сторону, стараясь скрыться за линией, а «щука» ловит их, дотронувшись рукой. Когда пойманы 3–4 «карася», они образуют невод, взявшись за руки. Теперь, перебегая от черты к черте, играющие «караси» должны пробежать через невод (под их руками).

Когда щукой пойманы 8–10 человек, они образуют круг-корзину, а остальные караси должны пробежать через нее (дважды пройти под руками).

Когда пойманы 14–16 человек, они образуют две шеренги, взявшись за руки, между которыми должны пройти остальные караси, но на выходе стоит щука и ловит их.

Победителем считается последний пойманный карась.

Мяч в кругу



Игра проводится в бассейне или на ограниченном участке водоема с глубиной по пояс играющим детям.

Из числа играющих детей выбирается водящий. Остальные дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Водящий становится в центр круга.

По сигналу или команде воспитателя дети начинают перебрасывать мяч друг другу через круг, а водящий старается поймать его. Если водящий ловит мяч, то он занимает место в круге среди других играющих, а ребенок, который бросил мяч, становится на место водящего.

Правила игры: во время перебрасывания (броска и ловли мяча) можно делать шаг вперед или назад, падать в воду, но не вырывать мяч из рук другого; нельзя толкаться.

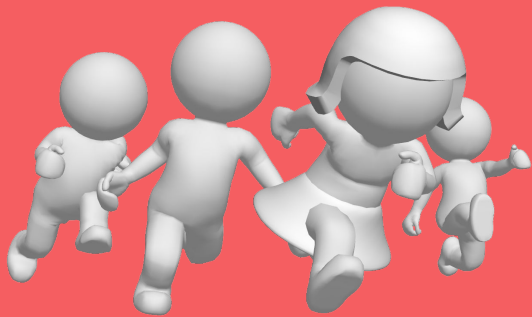
Пятнашки



На игровой площадке отмечаются границы (чертятся линии или ставятся флажки), за пределы которых выходить играющим детям нельзя. Из всех играющих детей выбирается один – «пятнашка». Он стоит в центре игровой площадки, а остальные дети разбегаются по площадке.

По сигналу воспитателя: «Лови!..» (хлопок в ладоши, свисток и т. п.) начинается игра. Дети бегают по площадке, а «пятнашка» пытается догнать кого-нибудь и коснуться рукой («запятнать»). Тот ребенок, кого «запятнали», покидает пределы площадки. После того, как «пятнашка» сумеет «запятнать» 3–6 играющих детей, воспитатель может остановить игру и заменить его новым «пятнашкой».

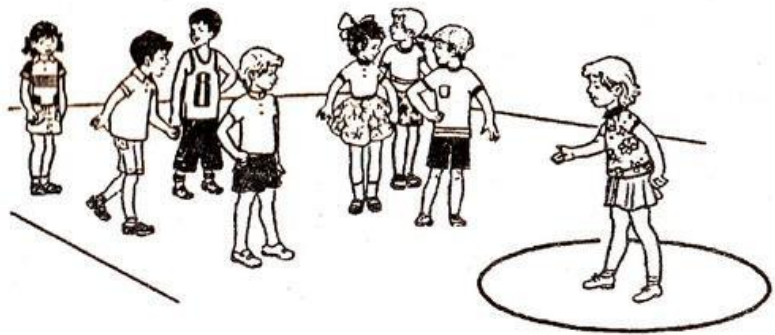
Вариант игры: первый же ребенок, кого «пятнашка» сумел «запятнать», становится «пятнашкой», а «пятнашка» занимает его место.



*Подвижные игры для детей
среднего и старшего школьного
возраста.*



Морские фигуры



Для этой игры нужно выбрать одного водящего. Остальные игроки находятся на некотором расстоянии от него. Водящий говорит: «Море волнуется – раз, Море волнуется – два, Море волнуется – три, Морская фигура, на месте замри!» После этих слов все участники игры должны замереть на месте, изображая какую-нибудь неподвижную морскую фигуру, например, рыбу, краба, морского конька или других обитателей морей и океанов. Водящий подходит к какому-нибудь игроку и осаливает его. Игрок должен показать, как движется изображенная им фигура. Например, рыба плавает, краб ползает, лягушка прыгает. Остальные участники должны угадать, кого изображает игрок.

В следующий раз водящим можно выбрать того участника игры, кто изобразил самую таинственную морскую фигуру, то есть такую, чтобы никто не смог догадаться. А можно, наоборот, выбрать водящим того, кто изобразил самую простую фигуру, которую все сразу узнали.

Лепта



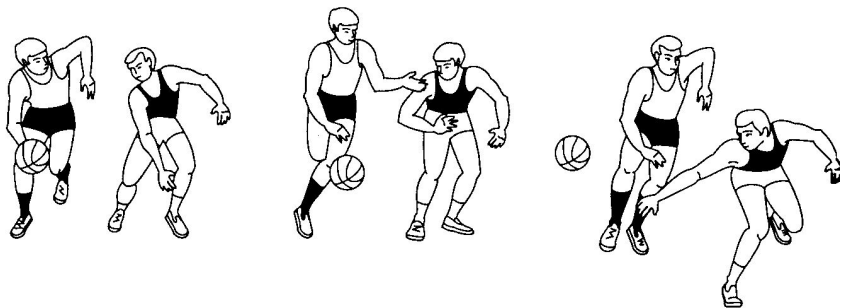
Игроки делятся на две команды. Команды расходятся: одна идет в «поле», а другая – за линию «города». Один игрок из команды «города» бьет лоптой по мячу, бежит к «дому» и бегом возвращается на свое место.

Выбранные игроки «поля» стараются перехватить мяч и осалить им бегущего. Если игрок «города» понимает, что не успеет добежать до «дома» неосаленным, он может остановиться, а потом добежать до «города» вместе со следующим игроком своей команды. Если игроку удалось перебежать в «дом» и вернуться в «город» неосаленным, команде засчитывается очко. Если мяч пойман игроком «поля» на лету или если игрок «города» на бегу был осален, команда «города» получает штрафное очко.

Игра происходит в два этапа по 20 минут каждый. По окончании каждого периода команды меняются местами.

Потом подсчитывают очки, и по их количеству определяют победителя.

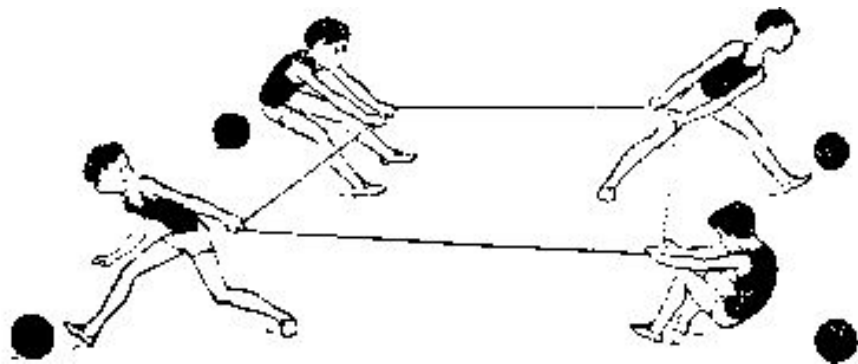
Перехват мяча



Мяч находится у игроков нападающей команды. По сигналу руководителя игроки начинают перебрасывать его между собой и неожиданно передают игроку, стоящему в центральном круге. Защитники перехватывают мяч и отсылают его обратно нападающей команде. Руководитель считает, сколько раз нападающим удалось передать мяч игроку в центре. Игра продолжается в течение заранее установленного времени, после чего команды меняются ролями. Выигрывает команда, которой удалось большее количество раз передать мяч центральному игроку.

Правила игры: 1. Игра начинается по сигналу руководителя. 2. Игра продолжается установленное время. 3. Время игры команды в защите и в нападении должно быть одинаковым. 4. Заступать за линию круга запрещается.

Подвижный ринг

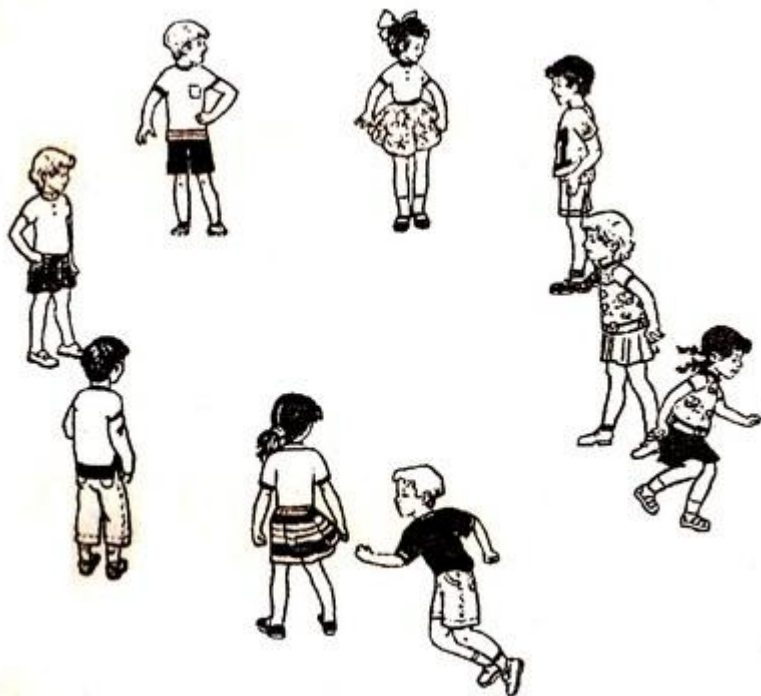


По сигналу "Тяни!" каждый игрок старается первым дотянуться до мяча и коснуться его ногой. Тот, кому это удастся, побеждает и отходит в сторону. Оставшаяся тройка игроков снова берёт канат и тянет его уже по трём направлениям, стремясь выполнить то же задание. Победитель занимает второе место. Таким же образом разыгрывается третье место: игроки тянут в разные стороны. Мячи каждый раз переставляются в определённое положение, для чего на площадке заранее можно сделать метки. Затем соревнуется вторая четвёрка, после неё – третья и т.д., в финале встречаются победители.

В финальной борьбе между победителями выявляется лучший, он и считается выигравшим.

Правила игры: 1. Игра начинается по сигналу руководителя. 2. Обязательно надо коснуться ногой набивного мяча

Свободное место



Цель: Развивать ловкость, быстроту; умение не сталкиваться.

Играющие сидят на полу по кругу, скрестив ноги.

Воспитатель вызывает двух рядом сидящих детей. Они встают, становятся за кругом спинами друг к другу. По

сигналу «раз, два, три – беги» бегут в разные стороны,

добегают до своего места и садятся. Играющие отмечают,

кто первым занял свободное место. Воспитатель вызывает

двух других детей. Игра продолжается.

Угадай, кого поймали



Цель: Развивать наблюдательность, активность, инициативу.

Упражнять в беге, в прыжках.

Описание: Дети сидят на стульчиках, воспитатель предлагает пойти погулять в лес или на полянку. Там можно увидеть птичек, жучков, пчел, лягушек, кузнечиков, зайчика, ежика. Их можно поймать и принести в живой уголок. Играющие идут за воспитателем, а затем разбегаются в разные стороны и делают вид, что ловят в воздухе или присев на землю. «Пора домой» - говорит воспитатель и все дети, держа живность в ладошках, бегут домой и занимают каждый свой стульчик. Воспитатель называет кого-нибудь из детей и предлагает показать, кого он поймал в лесу. Ребенок имитирует движения пойманного зверька. Дети отгадывают, кого поймали. После они снова идут гулять в лес.

Правила: Возвращаться по сигналу «Пора домой».

Спасибо за внимание!

