

# **Картотека**

## **ПОДВИЖНЫХ ИГР**

## Содержание

1. Требования к практическому проведению подвижных игр	3
2. Методические рекомендации	4
3. Подвижные игры для 1 класса	8
4. Подвижные игры для 2 класса	10
5. Подвижные игры для 3 класса	13
6. Подвижные игры для 4 класса	16

## **Требования к практическому проведению подвижных игр**

1. Игры должны подбираться в соответствии с возрастом и программным материалом.

2. Важно правильно организовать игру в зависимости от содержания, очерёдности выполнения заданий, уметь вовремя закончить и подвести её итоги.

3. Педагог должен хорошо знать правила игр и варьировать способы организации в зависимости от их структуры и характера движений.

4. Ознакомление с новой сюжетной игрой проводится чётко, лаконично, образно, эмоционально в течении 1,5-2 мин. Необходимо придерживаться следующего плана:

-название игры;

-размещение играющих;

-описание (ход) игры;

-результат игры;

-правила игры.

5. Тематика подвижных игр должна быть разнообразной:

-игры разных народов;

-русские народные игры;

-подражание повадкам животным;

-эпизоды из жизни людей;

-явления природы и т.д.

6. При объяснении несюжетной игры педагог раскрывает последовательность игровых действий, игровые правила и сигнал.

7. При объединении играющих в группы необходимо учитывать физическое развитие и индивидуальные особенности детей.

8. Подготовить инвентарь и площадку, а также атрибуты к подвижным играм.

9. Распределять роли различными способами: считалкой, по желанию, предложить детям самим выбрать ловишку, объясняя свой выбор.

10. Необходимо усложнять подвижные игры.

## Методические рекомендации

На уроках в 1-4-х классах подвижные игры занимают ведущее место. Это объясняется необходимостью удовлетворять большую потребность в движениях, свойственную детям младшего школьного возраста. Дети растут, у них развиваются важнейшие системы и функции организма.

Такие действия, как бег, подлезание, равновесие, ползание, ритмичная ходьба, прыжки, дети лучше усваивают в играх. Они легче воспринимают движения, облеченные в конкретные понятные образы.

Двигательный опыт у детей этого возраста очень мал, поэтому вначале рекомендуется проводить несложные игры сюжетного характера с элементарными правилами и простой структурой. От простых игр надо переходить к более сложным, постепенно повышая требования к координации движений, поведению играющих, к проявлению инициативы каждым участником игры.

В 1-м классе с начала учебного года не рекомендуется проводить командные игры. С приобретением двигательного опыта и с повышением у детей интереса к коллективной деятельности можно включать в урок игры с элементами соревнования в парах (в беге, гонке обручей, прыгании через скакалку, в катании мяча). В дальнейшем следует подразделять детей на несколько групп и проводить с ними соревновательные игры типа эстафет с различными простыми заданиями.

Подвижные игры на уроках физкультуры используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в соответствии с требованиями программы.

К образовательным задачам относятся: совершенствование и закрепление навыков в беге, прыжках, метаниях, а также навыков, приобретенных на занятиях гимнастикой, легкой атлетикой и др.

К воспитательным задачам относятся воспитание физических (быстроты, ловкости, силы, меткости) и морально-волевых качеств (смелости, честности, коллективизма).

К оздоровительным задачам - содействие нормальному развитию организма учащихся, укрепление их здоровья.

Для проведения большинства игр в 1-4 классах нужны пособия и инвентарь. У детей зрительный рецептор развит слабо, внимание рассеяно, поэтому им нужен красочный инвентарь.

Важно, чтобы инвентарь соответствовал физическим возможностям детей. Он должен быть легким, удобным по объему. Так, набивные мячи весом до 1 кг можно использовать только для перекачивания и передач, но не для бросков; детям 6-11 лет лучше играть с волейбольными мячами.

Для проведения игр в 1-4 классах желательно иметь следующий инвентарь: 20 небольших флажков разного цвета, 40 малых мячей (типа волейбольных), 4-8 обручей, 40 коротких скакалок, 2 длинные скакалки, 6-10 мешочков с песком, 6-8 бумажных колпаков (цилиндрической формы) и 6-8 повязок на глаза.

Объяснять игры младшим школьникам надо кратко, так как они стремятся быстрее воспроизвести в действие все изложенное руководителем. Часто, недослушав объяснения, дети изъявляют желание исполнить ту или другую роль в игре.

Рассказ об игре в форме сказки воспринимается детьми с большим интересом и способствует воспитанию воображения, творческому исполнению ролей в игре. Таким способом рекомендуется пользоваться для лучшего усвоения игры, когда дети невнимательны или когда им нужен отдых после полученной физической нагрузки.

Дети 1-4-х классов очень активны. Они все хотят быть водящими, не учитывая своих возможностей. Поэтому в этих классах надо назначать водящих в соответствии с их способностями или выбирать путем расчета до условного числа. Играющие называют какое-либо число до 30, и руководитель, считая, указывает на стоящих перед ним ребят; водящим становится тот, на кого придется указанное число.

Водящим можно назначать игрока, победившего в предыдущей, поощряя его этим за то, что он остался непойманным, выполнил задание лучше других, принял самую красивую позу в игре и т.п. Выбор водящего должен способствовать развитию у детей способности правильно оценивать свои силы и силы товарищей.

Желательно сменять водящего почаще, чтобы удовлетворить потребности детей в активности, воспитать у них ответственность за порученное задание и развивать элементарные организаторские навыки.

Для воспитания тормозных функций большое значение имеют подаваемые сигналы в игре. Учащимся младших классов рекомендует в основном давать

словесные сигналы, способствующие развитию второй сигнальной системы, еще очень несовершенной в этом возрасте. Дети любят речитативы как сигналы для действий в игре. Произносимые хором рифмованные слова развивают у детей речь и вместе с тем позволяют им подготовиться к действию на последнем слове речитатива. Такая сигнализация в играх детей 6-11 - летних школьников значительно эффективнее коротких сигналов свистком. Быстрый сигнал свистком иногда вызывает у детей торможение, и реакция на соответствующее действие по ходу игры замедляется. Сигналы свистком, короткой командой, взмахом и т.п. начинают использовать постепенно с развитием у детей быстроты реакции.

Учитывая большую подвижность детей и их ранимость, не рекомендуется выводить детей из игры за ошибки. Если же по содержанию игра требует временного вывода проигравших, то надо определить место для выбывших и удалять их очень ненадолго.

К нарушениям поведения в игре, несоблюдению правил руководитель должен относиться терпимо, помня, что нарушения происходят в основном из-за неопытности, неумения играть в коллективные игры и недостаточного общего физического развития детей.

Физическую нагрузку необходимо строго регулировать и ограничивать. Общая длительность игры должна быть небольшой. В играх с бегом, прыжками следует устраивать короткие перерывы. Препятствия в играх должны быть посильными. Результат игры не надо слишком отдалять.

Подвижные игры на уроках в 1-4-х классах используются для воспитания активного и сознательного поведения учащихся в коллективе: бегать, не мешая друг другу, действовать быстро, по установленному сигналу, быстро включаться в игру, подчиняться авторитету водящего, видеть границы площадки.

Важно воспитать у детей уважение к установленным правилам, умение точно и честно соблюдать их. Эти задачи решаются при многократном повторении игр.

В каждый урок включают игры, связанные с общей задачей урока. В основной части для развития быстроты и ловкости чаще всего проводят игры-перебежки («Два мороза», «Волк во рву»), в которых дети после быстрого бега с увертыванием, подскоками, прыжками могут отдохнуть.

Игры с ритмичной ходьбой и дополнительными гимнастическими движениями, требующие от играющих организованности, внимания, согласованности движений, способствуют общему физическому развитию. Их лучше включать в подготовительную и заключительную части урока

(«Кто подходил?», «Мяч соседу», «Угадай, чей голосок», «Запрещенное движение»).

Некоторые уроки в 1-4-х классах могут полностью состоять из разнообразных подвижных игр. Урок, состоящий из игр, требует от участников владения некоторыми игровыми навыками и организованного поведения. В такой урок включают 2-3 игры, знакомые детям и 1-2 - новые.

Методически правильно проведенный игровой урок имеет большое воспитательное значение, но образовательная его ценность бывает часто недостаточной. Это из-за того, что в играх трудно следить за правильным формированием навыков у каждого участника.

Игровые уроки рекомендуется проводить в конце каждой четверти перед каникулами (в основном в 1-м классе), чтобы установить насколько учащиеся освоили основные движения, пройденные в четверти, проверить их общую организованность и дисциплину в игр, определить, как они освоили пройденные игры, и посоветовать самостоятельно проводить их.

Организуя обучение, учитель должен стремиться:

- - воспитывать у занимающихся высокие морально-волевые качества;
- - укреплять их здоровье и способствовать правильному физическому развитию;
- - содействовать формированию жизненно важных двигательных навыков и умений.

## Подвижные игры для 1 класса

### *Игра «Птица без гнезда»*

**Цель игры:** развитие быстроты реакции на сигнал, совершенствование навыков быстроты, ловкости, внимания.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** по команде учителя “Все птицы в полет!” птицы оставляют свои гнезда и летают за водящими, руками имитирую движение крыльев. Внезапно учитель говорит: “Птицы в гнезда!”. Играющие бегут к стоящим по кругу игрокам и становятся за любым из них, положив ему руки на плечи. Водящий также старается занять одно из гнезд. Игрок, оставшийся без гнезда, становится водящим. После этого играющие меняются местами и ролями, и игра начинается сначала.

### *Игра «Чародей»*

**Цель игры:** развить у детей быстроту реакции, ловкость. Кроме того, игра воспитывает чувство товарищества.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** в игре принимают участие 8—10 игроков. С помощью считалки определяется водящий, он же «чародей». Игроки разбегаются по площадке. Чародей должен догонять играющих. Догнав кого-нибудь из них, чародей осаливает его. После этого игрок должен замереть на месте, разведя руки в стороны: это означает, что его «заколдовали». Чтобы «расколдовать» игрока, кто-то другой из играющих должен подобраться к нему и, в свою очередь, коснуться его рукой. После этого игрок считается «расколдованным» и снова может убежать от чародея вместе с остальными. Однако «расколдовать» товарища не так-то легко. Чародей должен зорко следить за игроками, и, как только кто-то из них попытается «разрушить чары», он повторным осаливанием вновь найдет их на игрока. Если «чародей» окажется достаточно ловким, он может попытаться «заколдовать» еще и того, кто прибежал на выручку товарищу. Игрок, которого во время игры заколдовали три раза, становится «чародеем».

### *Игра «У дядюшки Трифона».*



**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** дети-игроки встают в круг, в котором стоит ведущий — дядюшка Трифон, берутся за руки, ходят по кругу и говорят нараспев такие слова:

У дядюшки Трифона Было семеро детей, Семеро сыновей. Они не пили, не ели, друг на друга смотрели, Дружно делали, как я!

При последних словах все игроки начинают повторять жесты дядюшки Трифона. Тот, кто повторил движение лучше всех, становится ведущим — дядюшкой Трифоном.

Особые замечания: при повторении игры дети, стоящие в кругу, идут в противоположную сторону.

### ***Игра «Мышкин дом»***

**Цель игры:** развить у детей выносливость, ловкость движений и быстроту реакции.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** (в ней должно принимать участие не менее десяти человек). С помощью считалки среди участников игры выбираются «кошка» и «мышка». Все остальные участники становятся в круг, держась за руки и подняв их вверх. Это мышкин «дом». Поднятые вверх сцепленные руки двух игроков образуют собой «ворота», через которые можно пробегать. Если игроки опустят руки вниз, «ворота» будут считаться запертыми.

Игра начинается: «кошка» начинает бегать за «мышкой». По правилам игры и «кошка», и «мышка» могут как бегать с внешней стороны круга, так и забегать в него. Изюминка игры состоит в том, что игроки, стоящие в кругу, сочувствуют «мышке» и мешают «кошке» поймать ее. Для этого они, опустив руки, могут «запереть ворота» за вбежавшей в «домик» «мышкой» и тем самым не дать «кошке» догнать ее. Кроме того, таким образом они могут запереть и «кошку» в «домике», так что в этой игре «кошке» приходится труднее всех. После того как «кошка» поймает «мышку», из числа играющих выбирается новая пара.

### ***Игра «Стоп, машина!»***

**Цель игры:** развить у детей гибкость и умение удерживать равновесие. Игра способствует и развитию ловкости, быстроты и точности движений.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** одновременно в игре могут принимать участие до 10 человек. С помощью считалки или жеребьевки выбирается водящий. Игроки выстраиваются в линию на расстоянии 10—15 шагов от водящего. Водящий поворачивается спиной к игрокам. Задача игроков — как можно быстрее добежать до водящего и хлопнуть его по спине. Трудность состоит в том, что водящий в любой момент может сказать: «Стоп, машина!» и повернуться к игрокам. Игроки должны неподвижно застыть в том месте и в том положении, в котором их застали слова водящего, так что некоторым игрокам наверняка придется стоять, балансируя на одной ноге. Ведущий внимательно смотрит на игроков, выдерживая довольно длинную паузу. Если водящий замечает, что кто-то из игроков пошевелился или потерял равновесие, то «наказывает» игрока: заставляет его сделать несколько шагов назад (два, три, пять — по договоренности). Игрок, который сумел первым добежать до водящего, становится на его место, а водящий идет к остальным игрокам, после чего игра начинается заново.

### ***Игра «Зима-лето»***

**Цель:** развитие скорости, выносливости, ловкости, внимательности, совершенствование быстроты, двигательной реакции.

**Инвентарь:** предмет (например, кружок), окрашенный с двух сторон в разные цвета (белый, зеленый).

**Ход игры:** в игре участвуют две команды: “Зима” и “Лето”. Как только руководитель игры воскликнет “Зима!” или брошенный в центр поля кружочек упадет белой стороной вверх, “зима” становятся преследуемыми и убегают. “Лето” - ловцы преследуют “зиму”, чтобы запятнать их в пределах поля. По команде “Лето!” участники меняются ролями. Каждый свободный игрок может быть запятнанным несколькими ловцами. После каждой перебежки ловцы должны объявить, кого они запятнали. Каждое пятнавание приносит команде одно очко. Побеждает команда, запятнавшая больше участников во время игры.

## Подвижные игры для 2 класса

### *Игра «Кружева»*

**Цель:** развитие координации движений, ловкости, опорно-двигательного аппарата, способности бега, чувства спортивного соперничества.

**Инвентарь:** предмет (например, кружок), окрашенный с двух сторон в разные цвета (белый, зеленый)

**Ход игры:** из играющих детей выбирают двоих: один «челнок», другой — «ткач». Остальные дети становятся парами, лицом друг к другу, образуя полукруг. Расстояние между парами 1—1,5 м. Каждая пара берется за руки и поднимает их вверх, образуя «ворота». Перед началом игры «ткач» становится у первой пары, а «челнок» — у второй и т. д. По сигналу учителя (хлопок, свисток) или по его команде «челнок» начинает бежать «змейкой», не пропуская ни одних ворот, а «ткач», следуя его путем, пытается догнать его.

Если «челнок» успеет добежать до последней пары полукруга и не будет пойман, то он вместе с «ткачом» становится последней парой, а игру начинает первая пара, распределив роли «челнока» и «ткача». Если «ткач» догоняет «челнок» и успеваает «запятнать» его прежде, чем он достигнет последней пары, то сам становится «челноком», а игрок, бывший «челноком», идет к первой паре и выбирает из двоих себе пару. С этим игроком он образует пару в конце полукруга, а оставшийся без пары становится «ткачом». Игра заканчивается, когда пробегут все пары.

### *Игра «Зайцы в огороде».*

**Цель:** развитие скорости, выносливости, ловкости, внимательности, совершенствование быстроты, двигательной реакции.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** на площадке образуются два круга, один большой (8-10м)-огород, другой малый- домик сторожа, в нем водящий. Зайцы прыгают в круг, по кругу, выпрыгивают из него. Сторож бегаёт по огороду и старается поймать зайцев. Пойманных отводит в домик. Когда будет поймано 3-4 зайца, выделяется новый водящий.

### ***Игра «Шишка, желудь, орех».***

**Цель:** развитие скорости, выносливости, ловкости, внимательности, совершенствование быстроты, двигательной реакции.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** играющие становятся тройками и, взявшись за руки, образуют круг. Каждый в тройке имеет название: шишка, желудь, орех. Один из играющих — водящий. Он находится вне круга. Учитель произносит слово «орехи» (или «желуди», «шишки»), и все, имеющие это название, меняются местами, а водящий старается занять где-нибудь место.

Варианты: слова произносит не учитель, а водящий; играющие стоят не в кругах, а в колоннах; играющие стоят в шеренгах.

### ***Игра «День и ночь»***

**Цель игры:** развитие силовой выносливости, быстроты реакции.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** на игровой площадке на некотором расстоянии друг от друга проводятся две линии. У одной линии выстраиваются мальчики, у другой — девочки. Между ними находится ведущий. Команда мальчиков — «ночь», команда девочек — «день». По команде «Ночь!» мальчики ловят девочек, по команде «День!» девочки ловят мальчиков. «Осажденные» переходят в команду соперника.

### ***Игра «Пастух»***

**Цель игры:** развитие внимания, ловкости, быстроты реакции.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** на игровой площадке чертится линия — ручеек, по одну сторону от которого собираются выбранные пастух и овцы, по другую сидит волк. Овцы стоят позади пастуха, обхватив друг друга за пояс. Волк обращается к пастуху со словами: «Я волк горный, унесу!» Пастух отвечает: «А я пастух смелый, не отдам». После этих слов пастуха волк перепрыгивает через ручеек и старается дотянуться до овец. Пастух, расставив руки в стороны, защищает овец от волка, не давая ему возможности дотронуться до них. В случае удачи волк уводит добычу с собой. Игра начинается сначала, но меняются роли. Правила игры: • волк переходит линию только после слов пастуха «не отдам»; • овца, до которой дотронулся волк, должна без сопротивления идти за волком

## Подвижные игры для 3 класса

### *Игра «Скакалка-подсекалка» («Рыбаки и рыбки»)*

**Цель игры:** развитие внимания, ловкости, быстроты реакции.

**Инвентарь:** скакалка.

**Ход игры:** играющие становятся в круг, в середине — водящий со скакалкой в руках. Держа скакалку за один конец, он начинает вращать ее так, чтобы другой ее конец проносился над землей под ногами играющих, которые подпрыгивают в тот момент, когда ручка скакалки под ногами. Тот, кого скакалка задела выше ступни, выбывает из игры. Водящий снова раскручивает скакалку. Сам не вращается вместе с ней, а присаживается и перехватывает ее за спиной.

Другой вариант игры предусматривает смену водящего каждый раз, когда кто-либо из стоящих по кругу заденет ее ногой.

### *Игра «Путешественники».*

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей, внимания.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** все игроки садятся в круг. Один «путешественник» остается в центре круга. Сидящие в кругу тихо, чтобы не слышал «путешественник», выбирают для себя названия городов. «Путешественник» вслух наугад называет города, откуда и куда хочет проехать. Например, он говорит: «Я путешествую из Ростова в Петербург». Участники игры, чьи города названы, встают и меняются местами. «Путешественник» должен постараться быстро занять одно из временно освободившихся мест. Тот, кто останется без места, становится «путешественником».

Особые замечания: занимая свободное место, нельзя толкаться.

### *Игры «Нолики»*

**Цель игры:** развить у детей ловкость и быстроту движений. Игра способствует выработке быстрой реакции.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** (в ней может участвовать практически неограниченное количество участников). Среди игроков выбирается водящий. Все остальные игроки встают в круг (лицом к середине круга) и тихо, чтобы не услышал водящий, рассчитываются по порядку. Водящий при этом стоит вне круга на некотором расстоянии от игроков. Таким образом, у каждого игрока в кругу есть свой порядковый номер и место, которое он занимает. У водящего нет своего места, но есть порядковый номер — ноль. Игра начинается. Ведущий наудачу называет два-четыре (в зависимости от общего количества игроков) номера. Названные игроки выходят из круга и становятся рядом с водящим на одной линии. Игроки в кругу хором кричат «Раз! Два! Три!» На счет «три» все игроки, включая водящего, стремятся занять свободные места в круге. Поскольку желающих сделать это на одного человека больше, чем свободных мест, кто-то из игроков неизбежно окажется лишним. Если водящему удастся занять одно из освободившихся мест, то он становится в круг с остальными игроками и присваивает себе номер игрока, стоявшего здесь ранее, а роль водящего (и порядковый номер «ноль») берет на себя «оставшийся без домика».

### *Игра «Белые медведи»*

**Цель игры:** развить у детей ловкость и быстроту движений. Игра способствует выработке быстрой реакции.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** площадка представляет собой море. В стороне очерчивается небольшое место - льдина. На ней стоит водящий – «белый медведь». Остальные "медвежата" произвольно размещаются по всей площадке.

«Медведь» рычит: "Выхожу на ловлю!" - и устремляется ловить «медвежат». Сначала он ловит одного "медвежонка" (отводит на льдину), затем другого. После этого два пойманных "медвежонка" берутся за руки и начинают ловить остальных играющих. "Медведь" отходит на льдину. Настигнув кого-нибудь, два "медвежонка" соединяют свободные руки так, чтобы пойманный очутился между руками, и кричат: "Медведь, на помощь!" "Медведь" подбегает, осаливает пойманного и отводит на льдину. Следующие двое пойманных также берутся за руки и ловят "медвежат". Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все "медвежата". Последний пойманный становится "белым медведем".

Побеждает последний пойманный игрок.

**Правила игры:** 1. "Медвежонок" не может выскользывать из-под рук окружившей его пары, пока не осалил "медведь". 2. При ловле запрещается хватать играющих за одежду, а убегающим выбегать за границы площадки.

### ***Игра «Космонавты».***

**Цель:** формирование быстроты, ловкости, внимания.

**Оборудование:** 15-20 кружков, квадратов.

**Ход игры:** на полу в различных 5 местах, раскладываются 15-20 кружков, рядом по 3 кружка. Каждая группа кружков образует ракету, а кружки – это место в ракете. Весь зал – ракетодром. Количество мест в ракете меньше, чем игроков. Дети за руки идут по кругу и говорят:

"Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам, на какую захотим, на такую полетим.

Но в игре один секрет – опоздавшим места нет".

После этих слов дети бегут к ракетам и стараются занять место.

Выигрывает тот, кто дольше всех совершал "полет"

**Правила игры:** опоздавшие собираются в центре круга. Из кругов нельзя выталкивать.

## Подвижные игры для 4 класса

### *Игра «У медведя во бору».*

**Цель:** формирование быстроты, ловкости, внимания.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** все играющие стоят, свободно группируясь на одной стороне площадки, на противоположной стороне проводится линия – опушка леса. За линией, в двух-трех шагах от нее, находится «берлога медведя». Дети подходят к берлоге медведя и начинают делать движения, имитирующие сбор ягод, грибов и в то же время все вместе приговаривают:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру,

А медведь сидит

И на нас рычит.

Когда дети произносят последнее слово «рычит», медведь с рычанием выскакивает из берлоги и старается кого-нибудь поймать. Пойманного он отводит к берлоге. Игра кончается, когда пойманы трое-пятеро ребят.

### *Игра «Воробьи-попрыгунчики».*

**Цель:** развитие скорости, выносливости, ловкости, внимательности, совершенствование быстроты, двигательной реакции.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** на полу площадки рисуют такой круг, чтобы все играющие могли свободно разместиться по его окружности. Один из играющих – «кот» - находится в центре круга. Остальные играющие – «воробьи-попрыгунчики» - становятся за кругом у самой черты. По сигналу руководителя воробьи-попрыгунчики начинают выпрыгивать из круга, а кот старается кого-либо из них в тот момент, когда он находится внутри круга. Тот, кого он поймал, становится котом, а кот – воробьем-попрыгунчиком, и игра продолжается. Побеждает тот, кого ни разу не поймали.

### *Игра «Золотые ворота».*



**Цель:** развитие скорости, выносливости, ловкости, внимательности, совершенствование быстроты, двигательной реакции.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** в игре «Золотые ворота» двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «воротики». Остальные дети встают друг за другом и кладут руки на плечи идущему впереди либо просто берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под воротами.

«Воротики» произносят:

Золотые ворота

Пропускают не всегда!

Первый раз прощается,

Второй запрещается,

А на третий раз

Не пропустим вас!

После этих слов «воротики» резко опускают руки, и те дети, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротиками». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается. Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами».

Правила игры

Двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «воротики».

Остальные дети встают друг за другом и кладут руки на плечи идущему впереди либо просто берутся за руки. Получившееся цепочка должна пройти под воротами.

Дети, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротиками». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается.

Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами»

**Игра «Третий лишний на прогулке»**

**Цель:** развитие скорости, выносливости, ловкости, внимательности, совершенствование быстроты, двигательной реакции.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** разделившись на пары, играющие встают по кругу и медленно идут в одном направлении, взявшись за руки или под руку, свободная рука на поясе. Водящих двое. Один из них убегает, а другой догоняет его. Убегающий, когда ему грозит опасность, пристраивается к какой-либо паре, взяв под руку одного из них, и тогда его ловить нельзя. Оказавшийся третьим игрок с другой стороны пары должен убегать от водящего и тоже, спасаясь от преследования, присоединяется к любой паре справа или слева, схватив под руку.

Игра продолжается до тех пор, пока водящий не поймает кого-либо из убегающих. Тогда пойманный меняется ролью с водящим. В этой игре водящему и убегающему разрешается бегать через круг, однако запрещается без нужды касаться, пробегая мимо, игроков в парах.

### **«Переправа»**

**Цель игры:** развить у детей быстроту реакции, ловкость. Кроме того, игра воспитывает чувство товарищества.

**Инвентарь:** не требуется.

**Ход игры:** Игроки двух команд выстраиваются на противоположных сторонах площадки лицом друг к другу (за линиями своих «домов»). По сигналу игроки, продвигаясь прыжками на одной (правой, левой) ноге, пересекают площадки и должны как можно быстрее оказаться за линией «дома» соперника. Побеждает команда, игроки которой раньше соберутся за противоположной линией. Игрок, закончивший передвижение последним, выбывает из игры. Затем следуют прыжки в обратную сторону, и снова из игры выбывает последний.

Игра продолжается до тех пор, пока на площадке не останутся два-три самых выносливых прыгуна. По числу игроков на площадке нетрудно определить команду-победительницу. Продолжая соревнование, можно выявить и самого быстрого игрока.