

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ПОМЕЩЕНИИ И НА УЛИЦЕ.

«Птицы в клетке»

Дети образуют два круга.

Внешний круг – это клетка, а внутренний – птицы.

Круги соединяются по принципу обручальных колец.

Под музыку птицы проходят под руками детей, образующих клетку. Когда музыка смолкает, клетка захлопывается и птички, попавшие в клетку, переходят в другую команду.

Игра продолжается, но теперь круги меняются ролями.

Через какое-то время можно посмотреть, чей круг стал больше.

«Красная шапочка»

Для игры понадобится маска волка и красный головной убор.

Волк ловит только того, на ком он надет.

Шапку носит не один и тот же игрок: дети перебрасывают ее друг другу.

Играющий, в руках которого оказалась «красная шапочка», обязательно должен надеть ее и только после этого решить, оставить ее у себя на какое-то время или перекинуть следующему.

«Меткий футболист»

Необходимо с завязанными глазами отойти от мяча на десять метров, потом разбежаться и попробовать ударить по нему.

Выполнить это довольно сложно, зато зрителям скучать не придется, так как очень смешно наблюдать, как ребенок, уверенный, что знает, где лежит мяч, рассекает ногой воздух.

«Мышь и мышеловка»

Все встают в круг, плотно прижимаются друг к другу ногами, бедрами, плечами и обнимаются за пояс – это мышеловка.

Ведущий находится в кругу. Его задача – всеми возможными способами вылезти из мышеловки: отыскать «дыру», уговорить кого-то раздвинуть играющих, найти другие способы действий, но выбраться.

«Ручеек»

Играющие встают друг за другом парами (обычно мальчик и девочка), берутся за руки и держат их высоко над головой. Из сцепленных рук получается длинный коридор.

Игрок, которому пара не досталась, идет к «истоку ручейка» и, проходя под сцепленными руками, ищет себе пару.

Взявшись за руки, новая пара пробирается в конец коридора, а тот, чью пару разбили, идет в начало и, проходя под сцепленными руками, уводит с собой того, кто ему симпатичен.

Так «ручеек» движется долго, беспрерывно.

Чем больше участников, тем веселее игра.

«Волки во рву»

Старинная игра может прекрасно развлечь вас на прогулке.

На площадке чертится коридор шириной до 1 метра.

«Ров» можно начертить и зигзагообразно, где-то уже, где-то шире. Во рву располагаются двое ведущих, они волки.

Все остальные играющие – зайцы.

Маленькие зверьки стараются перепрыгнуть (перебежать нельзя) через ров и не оказаться пойманными.

Волки могут ловить зайцев, только находясь во рву.

Вот и все правила, а варианты придумывайте сами.

«Достань камешек»

Для игры требуется крепкая веревка длиной 2-3 метра и два небольших камешка.

Двое игроков берутся за концы веревки и расходятся, натягивая ее.

На одинаковом расстоянии от каждого игрока кладется камешек.

По сигналу каждый старается, перетянув противника, достать свой камешек.

«Аист и лягушки»

В эту японскую игру могут играть четыре человека и более.

Для этого необходимо нарисовать на асфальте большое озеро с островками и мысами.

Три человека становятся лягушками и сидят в воде, не имея права выбраться на сушу.

Аист должен ходить по берегу и пытаться поймать лягушек.

Аист имеет право прыгать с острова на остров, но не может заходить в воду.

Последняя пойманная лягушка становится аистом.

«Разведчики»

Количество игроков в данной игре – от десяти человек.

Участники должны разделить на две равные по количеству человек команды и выбрать капитана.

Затем команды становятся на площадке в длину друг напротив друга.

Капитан должен направить одного человека в разведку, а разведчик, в свою очередь, должен дойти до линии соперников, быстро коснуться одного из них и бежать обратно.

Если убегающий ушел от преследования, то он возвращается в свою команду.

Если соперник успел до него дотронуться, разведчик становится пленником противоположной команды, и наоборот.

Игра подходит к концу, когда в одной из команд останется меньше половины участников.

«Укради знамя»

Две команды размещаются каждая у своей черты на некотором расстоянии друг от друга, посередине стоит ведущий.

Всем игрокам присваиваются порядковые номера.

Ведущий держит косынку и выкрикивает номера.

Дети, чьи номера он назвал, бегут к нему.

Тот, кто выхватит у ведущего косынку и первым вернется на свое место, зарабатывает очко.

Через определенное время баллы подсчитываются и выявляется команда-лидер.

«Беляк»

В этой игре могут участвовать пять или более человек.

Играть в «Беляка» можно только зимой. Для этого участникам надо скатать из снега крупный шар и встать вокруг него, держась при этом за руки.

Игра начинается, каждый участник должен стараться за руки перетянуть кого-нибудь в середину круга, чтобы тот коснулся телом шара.

Если прикосновение действительно было, участнику засчитывают штрафное очко.

Выигрывает тот, кто ни разу не коснется шара.

«Домики»

Игроки чертят себе домики, а ведущий остается «бездомным».

Все хором кричат: «По домам!» – и разбегаются по своим местам.

«Бездомный» обращается к одному из игроков: «Ты продаешь яйца?».

Тот отвечает: «Я – нет, а он, может быть, продает» – и указывает на товарища, к которому и направляется «бездомный».

Тем временем игроки должны поменяться местами. Если ведущий успеваеt занять чужой дом, то он становится его хозяином, а оставшийся – ведущим.

Бег с платком

В этой игре могут участвовать десять и более человек.

Сначала среди игроков необходимо выбрать ведущего.

После этого игроки встают в круг, а ведущий с платком обегает его два раза, дотрагиваясь до чьей-нибудь спины, кладет платок и продолжает бежать.

Суть игры заключается в том, чтобы игрок, до которого дотронулся ведущий, поднял платок, обогнал ведущего и вернулся на свое место.

В этом случае он побеждает.

Если игрок не успеет обогнать ведущего он проигрывает и занимает его место.

«Два платка»

Играют от шести человек.

Для игры требуются два маленьких платка.

Играющие делятся на две равные по численности команды и выстраиваются шеренгами одна против другой вдоль противоположных сторон площадки на расстоянии 10 метров.

Руки держат за спиной.

Выбранные капитаны команд, получив по платку, обходят свои шеренги сзади и незаметно кладут платки в руки кому-нибудь из участников, стоящих в шеренге, таким образом, чтобы остальные не заметили, кому отдан платок.

Затем ведущий говорит: «Дай платок!».

Те, у кого находятся платки, стремительно выбегают и передают их руководителю, который стоит посередине у боковой линии.

Кто из выбежавших участников первым передаст платок, тот получает для своей команды очко. Выигрывает команда, у которой больше очков.

«Пленник»

Чертятся две параллельные линии на расстоянии 4 метра одна от другой.

Игроки делятся на две команды и становятся шеренгами лицом друг к другу за параллельными линиями.

Вызвавшийся по собственному желанию игрок от одной из команд с криком бежит к другой команде, каждый участник которой вытягивает вперед правую руку.

Подбежавший, схватив кого-нибудь за руку, старается перетянуть соперника через площадку за свою линию.

Если он перетянет его, то делает своим пленником и ставит позади себя.

Если не перетянет, а сам окажется за чертой другой команды, то становится за спиной своего победителя.

Затем игрока высылает другая команда. Он тоже хватает за руку соперника, которого надеется перетянуть за свою линию.

Особенно стремятся перетягивать того, у кого есть пленник, чтобы в случае победы освободить его.

Так команды по очереди высылают своих игроков.

Для перетягивания можно выбирать любого игрока противоположной команды, никто не должен отдергивать вытянутую вперед руку.

Тянуть можно лишь одной рукой, не помогая второй.

Освобожденный пленник возвращается на свое место в команде.

«Кораблик»

Для игры необходимо небольшое одеяло – корабль.

Все дети являются матросами, а один ребенок – капитаном. Он любит свой корабль и верит в своих матросов.

Игрой руководит взрослый. Он объясняет капитану задачу: быть в центре корабля и в момент сильной качки громким голосом дать матросам команду «Бросить якорь!», «Стоп машина!» и «Все наверх!», чтобы спасти корабль и матросов.

Затем все берутся за края одеяла и начинают медленно раскачивать корабль.

По команде ведущего «Буря!» качка усиливается.

Капитану напоминают о его задаче.

Как только он громким голосом прокричит все команды, корабль спокойно опускается на пол и матросы забираются на одеяло – корабль спасен.

Если капитан внимательно слушал задание, он с легкостью справится с ним и спасет свое судно.

«Рыбаки и рыбка»

Чем больше участников, тем интереснее игра.

Два участника – рыбки. Остальные становятся по парам лицом друг к другу в две линии и берут друг друга за руки – это сеть.

Рыбка хочет выбраться из сети, она знает, что это опасно, но впереди ее ждет свобода. Она должна проползти на животе под сцепленными руками, которые при этом усердно задевают ее по спине, слегка постукивают по ней, щекочат.

Выползая из сети, рыбка ждет свою подружку, ползущую за ней, они берутся за руки и становятся сетью.

Процесс смены ролей повторяется два-три раза.

«Медвежонок»

Эта игра – еще одна разновидность догонялок со стихотворным началом. Хорошо подходит малышам во время прогулки.

Все встают в круг, берутся за руки.

Медвежонок сидит внутри с закрытыми глазами.

Все хором повторяют слов и медленно движутся к центру круга.

Медвежонок, медвежонок

Спит в своей берлоге.

Хоть он не опасен,

Будьте осторожны.

Вы такому шалуну

Не верьте никогда,

Если он проснется,

Бегите кто куда.

Медвежонок по окончании стишка неожиданно вскакивает и старается дотронуться до кого-нибудь из детей.

Тот, кого поймали, становится медвежонком.