

Подвижные игры

1. П. /И: «Ловишка-перебежки». Дети становятся на одной стороне зала за чертой. На противоположной стороне зала проведена черта. На середине зала находится ловишка. После слов: «Раз, два, три-лови!» - дети перебегают на другую сторону зала, а ловишка ловит их. Тот, до кого ловишка дотронулся, прежде чем бегущий пересечёт черту, считается пойманным и отходит в сторону. После 2-3 перебежек производится подсчёт пойманных, и выбирается новый ловишка.

2. П. /И: «Птички и клетка». Дети распределяются на две подгруппы. Одна образует круг в центре площадки (дети идут по кругу, держась за руки) – это клетка. Другая подгруппа – птички. Инструктор говорит: «Открыть клетку!» дети, образующие клетку поднимают руки. Птички влетают в клетку (в круг) и тут же вылетают из неё. Инструктор говорит: «Закрыть клетку!» дети опускают руки. Птички, оставшиеся в клетке, считаются пойманными. Они встают в круг. Клетка увеличивается, и игра продолжается, пока не останется 1-3 птички. Затем дети меняются ролями.

3. П. /И: «Ловишки парами». Выбирают водящего. По сигналу дети разбегаются. Водящий ловит, дотрагиваясь рукой до убегающего. Пойманный становится в пару с водящим. Они берутся за руки и ловят других детей. Пойманные также образуют пару и участвуют в ловле. Игра заканчивается тогда, когда все дети будут пойманы. Ребёнок, пойманный последним, становится водящим.

4. П. /И: «Ловишка с ленточкой». Выбирается водящий. У всех детей ленточки заправлены сзади, как хвостики. Нужно убежать или увернуться от ловишки, не давая ему вытянуть этот хвостик. У кого ловишка вытянет хвостик, считается пойманным и отходит в сторону.

5. П. /И: «Охота на лис». Выбирается охотник и 5 лис. Остальные дети образуют 4 круга и равномерно располагаются по залу. Каждый круг-лисья нора, где живёт одна лиса. Между кругами бегают лиса у которой нет норы. Её ловит охотник. Как только

лиса забегает в какую-нибудь нору, та лиса, которая в ней находится, должна сразу же выбежать и спастись от охотника в другой норе.

6. Подвижная игра: «Медведи с цепью». В определённом месте зала очерчивается небольшой круг-это берлога, где живут 2 медведя. Играющие бегают по залу, наблюдая за берлогой. Медведи ждут удобного случая, выбегают неожиданно, держась за руки, и догоняют убегающих. Если они задела игрока, то громко произносят его имя, берут за руку и убегают с ним в берлогу. Играющие могут выручить товарищей: если они догонят медведей и дотронуться до руки одного из них, то медведь отпускает пойманного.

7. П. /И: «Удочка». Выбирается водящий. Дети образуют круг, водящий встаёт в центр и вращает скакалку над полом. Дети должны подпрыгивать так, чтобы скакалка не задела их ног. Кого задела, тот выходит из игры.

8. П. /И: «Два мороза».на противоположных сторонах зала отмечены линиями 2 дома. Расстояние между ними 8-10м. Играющие располагаются в одном доме. Морозы встают посреди зала между домами и стараются заморозить перебегающих из дома в дом.

9. П. /И: «Охотники и звери». Дети изображают лесных зверей: зайцев, медведей, лис. В определённом месте зала начерчен мелом круг-дом охотников. В руках у каждого охотника 2 мяча. Дети бегают врассыпную по залу, охотники бросают мяч. Кого мячом заденут, тот считается пойманным.

10. П. /И: «Перелёт птиц». На одном конце зала находятся дети - они птицы. На другом конце зала – пособия на которые можно залететь (гимнастические скамейки, - это деревья. По сигналу инструктора «птицы улетают! » - дети, махая руками, как крыльями, разбегаются по всему залу; на следующий сигнал «Буря! » - бегут на возвышения и прячутся там. Когда инструктор произнесёт: «буря прекратилась! », дети спускаются с возвышений и снова разбегаются по залу.