**Подвижные игры на улице** (**свежем воздухе**)

***«Прятки»***

Ведущий становится к дереву лицом, закрыв глаза.**Дети** стоят сзади. Один из них тыкает ведущего пальцем. Ведущий поворачивается и угадывает кто его задел. Если не угадал, то он закрывает глаза и считает до 10. В этот момент дети прячутся. Если угадал, то ведущий и ребенок, задевший его, меняются местами. После того как дети спрячутся, ведущий должен их искать. Заметив ребенка он должен подбежать к дереву, у которого начиналась игра, и, задев его, произнести фразу: например "Стуки Полина!". Застуканный ребенок выходит из игры. Замеченный ребенок может прибежать к дереву первее, чем ведущий и сказать "стуки я!". Он считается одним из победителей. Также возможна фраза: "Стуки я, стуки все!". В этом случае игрок спасает всех (даже закаленных), и ведущий снова стает у дерева и считает до 10. Первый застуканный ребенок будет ведущим в следующей **игре**.

***«Птицы и лиса»***

Дети-птицы устраиваются на пеньках, на поваленном дереве. Это их гнезда. Вдалеке - норка лисы. Птицы слетают с деревьев на землю, перелетают с одного места на другое, расправив крылья, ищут различных вредных насекомых (жучков, червячков, мошек и т. п.). По сигналу взрослого: «Лиса!» — все прячутся в свои гнезда. Лиса выбегает из норы и пытается догнать какую-нибудь птицу. Если лиса схватила жертву, птица выбывает из игры. Побеждает тот, кто остался последним.

***«Гуси, гуси»***

На одной стороне луга обозначается дом, в нем находятся гуси. На противоположном краю луга стоит пастух. Сбоку находится логово, в котором живет волк. Остальное место — луг. На него пастух выгоняет гусей, они щиплют травку, машут крыльями.

Пастух: Гуси, гуси!  
Гуси (останавливаются и отвечают хором):Га, га, га!  
Пастух: Есть хотите?  
Гуси: Да, да, да.  
Пастух: Так летите.  
Гуси: Нам нельзя! Серый волк под горой. Не пускает нас домой.  
Пастух: Так летите, как хотите, Только крылья берегите.  
Гуси, расправив крылья, летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (коснуться рукой). Пойманные гуси идут в логово. После нескольких перебежек назначаются новые волк и пастух.

***«Ляпы»***

Выбирается ведущий. Ребята разбегаются, пока он считает до 10. После этого он их ловит. Пойманный останавливается, также считает до 10 и начинает ловить детей. Предыдущий ведущий тоже убегает от него.

Возможна игра на "размножение". То есть если ведущий заляпал игрока, то они вместе галят. Не пойманный игрок считается победителем. Тот, кого поймали первым становится ведущим в следующей игре.

***«Заяц заяц, сколько время?»***

Количество участников — не менее трех. Водящий называется зайцем. Участники встают за зайцем на ранее задуманное от него расстояние. Они по очереди задают ему вопрос: «Заяц-Заяц, сколько время? Я спешу на день рожденья! У меня часы стоят и работать не хотят» Заяц, не глядя на участника (не поворачивая головы), называет рас­стояние до него, используя условные единицы измерения:

великан — шаг на весь размах ноги;  
лилипут — когда пятка одной ноги ставится сразу перед носком другой;  
муравей — на носочках делают маленькие шажки (один шажок сразу перед другим);  
зонтик — кружок вокруг себя на одной ноге;  
утка — шаги вприсядку;  
лягушка — прыжок. Если участнику удается за заданное «время» добраться до зайца, то он ста­новится водящим, и игра продолжается.

***«Ручеек»***

Количество играющих должно быть нечетным: все разбиваются на пары и встают друг за другом, соединив попарно высоко поднятые руки. Водящий входит в образованный коридор сзади, выбирает себе пару из играющих и встает в начало "ручейка". Освободившийся игрок становится водящим, идет в конец "коридора", проходит сквозь него и выбирает себе пару.

***«Цепи кованные»***

Игроки делятся на две команды. Становятся шеренгами, взявшись за руки, друг напротив друга (на расстоянии примерно 10-15 метров).

Одна команда кричит хором: "Цепи-цепи кованы, раскуйте нас!"  
Команда напротив спрашивает: "Кто из нас?"  
"Закованные" называют имя игрока из команды противников. Выбранный пытался с разбегу разорвать живую цепь (важно выбрать "правильное место", которое кажется "слабым звеном"). Если удается разорвать цепь - игрок возвращается в свою команду, и забирает с собой одного из двух "расцепленных" товарищей. Если же нет - игрок становился в команду как раз между "звеньями", которые пытался разорвать.

***«Белочки – собачки»***

Выбирается один игрок - "собачка" (считалочками либо голосованием). Далее все игроки становятся в круг, и начинают перебрасывать мяч друг другу. Задача "собачки" - поймать мяч (перехватить его на лету), для чего приходится изрядно потрудиться, много побегать и попрыгать. В итоге, когда "собачка" поймала мяч, она имеет право встать в круг к игрокам, а ее место занимает тот игрок, по чьей вине мяч был упущен (тот, кто "неправильно" его кинул или тот, кто не успел поймать).

***«Петушки»***

Играющие (по одному от каждой команды) входят в круг диаметром три метра и принимают исходное для боя положение, присев на двух ногах или стоя на одной (правая рука держит левую ногу, а левая рука согнута впереди и прижата к туловищу или наоборот.) Задача : вытолкнуть противника из круга.

***«Олимпиада»***

Двое игроков одной команды становятся на расстоянии примерно 2 метра друг от друга, с резиночкой в руках. Дальше, не выпуская резинку из рук, они произносят "неприличную" присловку: "О-ли-мпи-а-да - мамина помада - папины очки - стоп червячки". При этом постоянно двигаются, запутывая резинку. На нее можно наступать, скручивать ее, меняться местами - главное запутать, как можно больше. Руки передвигать нельзя, где взяли резиночку - там и держим. На слово "червячки" игроки замирают, в итоге получается "паутинка" из резиночки. Задача игроков второй команды - перебраться по очереди на другую сторону "паутинки", не задевая ее. Как правило, чтобы перебраться, нужно проползти в небольшой треугольник или квадратик, можно было проползать по земле или даже перепрыгивать "конструкцию". В усложненной версии игры требовалось, чтобы каждый игрок пролазил в "свое собственное" отверстие, а не повторял "ход" другого игрока. Когда все перебрались и не задели - игра начинается снова. Если кто-то зацепил резиночку, игроки меняются

***«Золотые ворота»***

В игре участвуют все дети. Выбирают двух игроков, те отходят в сторону и договариваются, кто из них будет солнцем, а кто луной. Затем они становятся лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают их, образуя ворота. При этом они говорят:

*Золотые ворота пропускают не всегда:*

*Первый раз прощается, второй раз запрещается,*

*А на третий раз не пропустим вас!*

Ворота закрываются при последних словах и ловят того, кто не успел пройти. Задержанного тихонько спрашивают, на чью сторону он хотел бы встать: солнца или луны. Он выбирает и встаёт позади соответствующего игрока. Остальные снова идут через ворота, и снова один из участников попадает в группу солнца или луны. И так до тех пор, пока все участники будут распределены»

***«Баба- Яга»***

Дети создают круг, в нём стоит «Баба Яга», у неё помело (веточка). Дети двигаются по кругу и приговаривают:

*Бабка -Ёжка, костяная ножка, с печки упала, ножку сломала!*

*А потом и говорит: «У меня нога болит! »*

*Пошла на улицу - раздавила курицу.*

*Пошла на базар - раздавила самовар,*

*Пошла на лужайку - раздавила зайку.*

Дети разбегаются, а Баба –Яга прыгает на одной ноге, пытается осалить детей своим помелом, не выбегая за круг. Бабой Ягой становится тот, кого ведущий осалит.

***«Кот и мыши»***

Играющие водят хоровод, в центре которого–мышка–это её «домик», проговаривая слова:

[*Мыши водят хоровод, на лежанке дремлет кот,*

*Тише, мыши, не шумите, кота Ваську не будите:*

*Как проснётся Васька – кот, разобьёт весь хоровод!*

Как только слова закончились, играющие поднимают руки, не размыкая их-«дверки открываются», мышка выбегает наружу и бежит от кота, поджидающего её за пределами хоровода.

***«Колобок и лиса»***

-правила и условия те же. Меняется только слова текста:

*Колобок, колобок, подрумяненный бок,*

*В жаркой печке печён, на окошке стужён,*

*И от дедушки ушёл, и от бабушки ушёл,*

*Вот такие чудеса, только ждёт тебя лиса!*

***«Удочка»***

Для игры нужна верёвка длиной 2-3 метра с привязанным на конце грузиком – мешочком с песком. Играющие образуют круг, в центре которого стоит воспитатель с верёвкой в руках. Он начинает раскручивать её так, чтобы она вращалась над самой землёй. Дети перепрыгивают через верёвку. Воспитатель постепенно поднимает плоскость вращения верёвки выше и выше, пока кто-нибудь из участников не «попадётся на удочку», т. е. не сумеет перепрыгнуть через вращающую верёвку. Попавший водит. Игра продолжается.

***«Платок»***

Все участники игры встают в круг. Водящий с платочком идёт за кругом, кладёт кому-нибудь из игроков платок на плечо и быстро бежит по кругу. Тот, которому положили платок, берёт его и бежит за водящим. И тот и другой старается занять свободное место.

***«Рыбачёк и рыбки»***

На площадке чертится большой круг Один из играющих – рыбачёк – находится в центре круга, он приседает на корточки. Остальные играющие – рыбки, обступив круг, хором говорят:*«Рыбачёк, рыбачёк, поймай нас на крючок».* На последнем слове рыбачёк вскакивает, выбегает из круга и начинает гоняться за рыбками, которые разбегаются по всей площадке. Пойманный становится рыбаком и идёт в центр круга.

***«Горелки»***

Участники игры становятся парами в затылок друг другу. Впереди всех пар встаёт воспитатель, он громко говорит:

*Гори, гори ясно, чтобы не погасло.*

Глянь на небо: птички летят,

Колокольчики звенят.

Раз, два, три, последняя пара, беги! [/i]

После последнего слова **«беги»**играющие последней пары бегут вперёд (каждый со своей стороны) до условного места, а воспитатель старается задержать одного из бегущих прикосновением руки до момента, когда игроки встретятся. Тот, кого задержали, встаёт рядом с воспитателем впереди первой пары, а второй становится водящим. Игра продолжается.

***«Пингвины»***

Дети построены по периметру площадки друг за другом, между колен у каждого зажат мяч. В течении 15-20 секунд (пока звучит бубен) дети выполняют прыжки вперёд. Потерявшие мяч временно выходят из игры, а затем становятся в хвост колонны. Игра повторяется.

***«Спящая лиса»***

Выбирают «лису». Она уходит в угол площадки (нору) и крепко «засыпает» (закрывает глаза). На противоположной стороне площадки, за чертой – «дом зайцев». Они резвятся на площадке, бегая в разных направлениях. По сигналу воспитателя: «Лиса проснулась! » «зайцы, спасаясь от «лисы», бегут в «домик».

«Лиса «ловит «зайцев» (задевает рукой). Пойманных «лиса» отводит в нору.

Это только маленькая часть игр.

***«Пять шагов»***

Цель игры: воспитывать сообразительность и быстроту мышления.

Ход. Участвуют поочерёдно несколько игроков. Детям нужно сделать 5 шагов в быстром темпе и на каждый шаг без пауз и остановок произносить любое имя (женское или мужское в зависимости от задания). Отмечаются игроки, которые справились с заданием. ! Игру можно усложнить, предлагая детям называть не имена, а, например, зверей, рыб, птиц и т. д.

***«Мяч соседу»***

Цель игры: закреплять быструю передачу мяча по кругу.

Ход.Игроки строятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, - по мячу. По сигналу дети передают мяч по кругу в одном направлении, как можно быстрей, стараясь, чтобы один мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажется 2 мяча. Игра повторяется. ! Мяч передавать соседнему игроку, никого не пропускать.

***«Воротца»***

Цель игры: закреплять ходьбу парами, воспитывать организованность и коллективизм. Ход.Игроки шагают по площадке в колонне по два. По команде «Стоп! » останавливаются, поднимают сцепленные руки вверх, образуя воротца. Первая пара поворачивается кругом, пробегает под воротцами, становится последней, говоря «Готово! ». По этому сигналу дети опускают руки и продолжают ходьбу. ! Игру можно усложнить, изменив направление движения колонны.

***«Запрещённое движение»***

Цель игры: развивать моторную память.

Ход.Игроки строятся в круг, в центре – педагог. Он выполняет различные движения, указав, какое из них – запрещённое. Дети повторяют все движения, кроме запрещённого. Те, кто повторили запрещённое движение, получают штрафные очки. Отмечаются игроки, которые не получили штрафных очков. ! Запрещённое движение надо менять через 4 – 5 повторений.

***«Зеркало»***

Цель игры: воспитывать артистичность и выразительность движений.

Ход.Игроки находятся на площадке, водящий стоит к ним лицом. Дети – это отражение водящего в зеркале. Водящий «перед зеркалом» выполняет различные имитационные действия (расчёсывается, поправляет одежду, строит рожицы и т. д.) . Игроки одновременно с водящим копируют все его действия, стараясь точно передать не только жесты, но и мимику. ! Роль водящего может выполнять как педагог, так и ребёнок.

***«У кого мяч?»***

Цель игры: воспитывать внимание и сообразительность.

Ход.Игроки строятся в круг, вплотную друг к другу, руки за спиной. В центре – водящий с закрытыми глазами. Игроки выполняют передачу мяча по кругу за спиной. По сигналу водящий открывает глаза и старается угадать, у кого мяч. Если он угадал, то становится в круг, а тот, у кого был найден мяч, становится водящим. Игра повторяется 3 – 4 раза. ! Игрок, уронивший мяч при передаче, временно выбывает из игры.

***«Фантазёры»***

Цель игры: формировать творческое воображение.

Ход.Игроки шагают в колонне по одному, педагог громко называет любой предмет, животное, растение (лодка, волк, стул и т. д.) . Дети останавливаются и позой, мимикой, жестами пы- таются изобразить то, что назвал педагог. Отмечается самый интересный образ. ! Каждый игрок старается придумать свою фигуру.

***«Повтори наоборот»***

Цель игры: развивать пространственную координацию.

Ход.Игроки находятся на площадке, водящий стоит к ним лицом. Он показывает детям различные движения, которые они должны повторить наоборот. Например, водящий выпрямляет руки вперёд – дети должны отвести их назад, поднимает голову вверх – дети опускают голову вниз и т. д. Отмечаются самые внимательные игроки.

***«Летает – не летает»***

Цель игры: воспитывать внимание и сообразительность.

Ход.Игроки шагают в колонне по одному, а педагог называет предметы. Если будут названы летающие предметы, например, бабочка, жук и т. д., то игроки останавливаются, поднимают руки в стороны и делают взмахи вверх-вниз. ! Можно построить игроков в шеренгу или в круг.

***«Эхо»***

Цель игры: отдых и расслабление после физической нагрузки.

Ход.Игроки принимают и. п. – лёжа на спине, руки за головой. Педагог произносит короткие предложения, а дети отвечают, как эхо протягивая последнее слово. Например, педагог го- ворит «Кто там? », а дети отвечают «Та-а-ам». ! В игру можно включить дыхатель- ные упражнения или звуковую гим-настику.

***«Приветики»***

Цель игры: развивать танцевальные движения, медленный бег врассыпную.

Ход.Под спокойную музыку дети медленно бегают врассыпную или выполняют различные танцевальные движения. Музыка обрывается – играющие должны поприветствовать друг друга в парах необычным способом. Например, прижаться щека к щеке, рука к руке и т. д. Снова звучит музыка, дети танцуют, музыка обрывается; каждый ребёнок выбирает се-бе пару, чтобы поздороваться. Игра проводится 5 – 6 мин.

***«Сбей грушу»***

Цель игры: упражнять в равновесии, бросках мяча, метании.

Ход.Игроки делятся на 2 команды. Первая – «груши», дети встают на скамейку, поставленную поперёк зала. Игроки второй команды – «метатели» берут по одному мячу и выстраиваются в шеренгу на расстоянии 5 – 6 м от скамейки. По сигналу «метатели» по очереди бросают мяч, стараясь сбить «грушу». Игра проводится 5 – 6 раз. Выигрывает команда, сбившая больше «груш» (подсчитывается общее количество сбитых «груш») . ! Сбитым считается тот игрок-«груша», в которого попал мяч или он сам спрыгнул на пол.

***«Озорные гномы»***

Цель игры: развивать быстроту реакций.

Ход.Дети выстраиваются в 2 шеренги лицом друг к другу на расстоянии 6 – 8 м, в середине зала стоит ведущий – «волшебник». Дети, к которым он находится лицом, не двигаются, другие выполняют разные движения. Водящий неожиданно поворачивается лицом то к одной, то к другой шеренге. Игра проводится 2 – 3 мин.

***«Слушай – танцуй»***

Цель игры: развивать танцевальные движения, быстроту реакций.

Ход.Дети двигаются под музыку. Музыка обрывается – играющие должны успеть застыть в позе, на которую пришлась остановка в музыке. Снова звучит музыка. Дети танцуют. Подбирается музыка разная по ритму. ! Во время движения дети не должны задевать друг друга.

***«День и ночь»***

Цель игры: обучать детей умению бросать и ловить мяч.

Ход.У каждого из детей в руках по мячу. По команде «День! » дети выполняют знакомые движения с мячом (броски вверх, вниз, в стену, в кольцо, набивание мяча на месте, в движении и др.) . По команде «Ночь! » - замереть в той позе, в которой застала ночь. Игра проводится 3 – 4 мин.

***«Дракон»***

Цель игры: развивать бег с увёртыванием, прыжки.

Ход.Дети выстраиваются в колонну, держатся за пояс впередистоящего. Первый – это «голова», последний – «хвост». По сигналу «голова» старается достать до «хвоста», а «хвост» увёртывается в разные стороны. Если «голова» поймала «хвост», то «голова» становится «хвостом», а следующий игрок «головой». Если «дракон» расцепился, значит он погиб. Назна- чаются новые «голова» и «хвост».

***«Смелый охотник»***

Цель игры: развивать умение ползать и бегать.

Ход.Из детей выбирается смелый охотник, он находится за линией. На расстоянии 6 – 8 м стоят остальные дети, изображают лес из спящих драконов. Охотник выходит из своего дома, за- ходит в лес и, медленно обходя драконов, считает вслух до 5 (10). На счёт 5 (10) драконы просыпаются и стараются догнать убегающего охотника.

***«Большая черепаха»***

Цель игры: развивать координацию движений, умение ползать.

ХодГруппа из 2 – 6 детей встаёт на четвереньки под большим «черепашьим панцирем» и пытается заставить черепаху двигаться в одном направлении. В качестве панциря используется гимнастический мат или что подскажет фантазия из подручных материалов: большой лист картона или пластика, одеяло, брезент, матрас.

***«У ребят порядок строгий»***

Цель игры: учить находить своё место в игре, воспитывать внимание.

Ход.Игроки строятся в 3 – 4 круга в разных частях площадки, берутся за руки. По команде шагают врассыпную по площадке и говорят: У ребят порядок строгий, Знают все свои места. Ну, трубите веселее: Тра-та-та, тра-та-та! С последними словами дети строятся в круги. Отмечаются круги, которые быстро и без ошибок построились.

***«Кто внимательный?»***

Цель игры: воспитывать внимание и организованность.

Ход.Дети строятся в колонну, шагают по площадке и выполняют движения по сигналу. 1 удар в бубен – присед, 2 удара – стойка на одной ноге, 3 удара – подскоки на месте. Отмечаются А- мые внимательные игроки. ! Сигналы подаются в разной последовательности, после каждого сигнала дети продолжают ходьбу в колонне. Можно придумать и другие упражнения.

***«Ручейки и озёра»***

Цель игры: учить детей бегать и выполнять перестроения.

Ход.Дети стоят в 2-3 колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали! » все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озёра! » игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги-озёра. Выигрывают те дети, которые быстрее построят круг.

***«Быстро шагай»***

Цель игры: улучшать быстроту реакции на сигнал.

Ход.Игроки строятся в шеренгу на линии старта на одной стороне площадки, на другой – водящий, стоящий спиной к игрокам на линии финиша. Водящий громко говорит: «Быстро шагай, смотри не зевай, стой! » В это время игроки шагают вперёд, а на последнем слове останавливаются. Водящий быстро оглядывается, и тот игрок, который не успел остановиться, делает шаг назад. Затем водящий снова произносит текст, а дети продолжают движение. Игрок, который первым пересечёт линию финиша, становится водящим. ! Нельзя бежать – шагать быстро.

***«Переправа на плотах»***

Цель игры: развивать равновесие.

Ход.Команды построены в колонны по одному перед стартовой чертой («на берегу», в руках у направляющего по 2 резиновых коврика (плоты). По сигналу он кладёт один коврик перед собой на пол, и на него быстро становятся 2-4 человека (в зависимости от размера коврика). Затем направляющий кладёт на пол второй коврик, и вся группа перебирается на него, пе- редавая первый коврик дальше. И т. д. вся группа переправляется через «реку» на противоположный «берег», где участники остаются за чертой, а один из игроков тем же способом возвращается назад за следу Подвижные игры высокой интенсивности

***«Караси и щука»***

Цель игры: воспитывать внимание и сообразительность.

Ход.Участвуют 2 группы. Одна строится в круг – это «камешки», другая – «караси», которые «плавают» внутри круга. Водящий – «щука» находится в стороне от игроков. По команде «Щука! » водящий быстро вбегает в круг, а караси прячутся за камешки. Не успевших спрятаться, щука пятнает. Пойманные караси временно выбывают из игры. Игра повторяется с другой щукой. По окончании игры отмечается лучший водящий. ! Карасям нельзя трогать камешки руками.

***«Линеечка»***

Цель игры: воспитывать самоорганизацию.

Ход.Игроки строятся в 2 – 3 шеренги по периметру площадки. По команде расходятся или разбегаются в разных направлениях, а по звуковому сигналу выполняют построение в шеренгу на своём месте. Отмечается команда, которая быстрее и ровнее построилась. ! Строиться только в своей команде, очерёдность в шеренге значения не имеет.

***«Охотники и утки»***

Цель игры: воспитывать ловкость.

Ход.Игроки-«утки» находятся на площадке. 2 водящих – «охотники», стоят на противоположных сторонах площадки лицом друг к другу, у одного из них в руках мяч. Охотники бросают мяч, стараясь попасть им в уток. Утки перебегают с одной стороны площадки на другую, стараясь увернуться от мяча. Игроки, в которых попали мячом, временно выбывают из игры. Игра длится 1, 5-2 мин., затем подсчитываются пойманные утки и выбираются новые водящие. ! Мяч бросать в спину или ноги игрокам.

***«Части тела»***

Цель игры: развивать быстроту реакции и сообразительность.

Ход.Игроки перемещаются по площадке в разных направлениях (бегают, прыгают, шагают). По команде педагога «Рука-голова! » каждый игрок быстро находит себе партнёра и кладёт руку ему на голову. Отмечаются самые быстрые и внимательные пары. ! Педагог может придумывать разные комбинации – «рука-рука», «рука-нос» и др.

***«Совушка»***

Цель игры: формировать творческое воображение.

Ход.Игроки (жучки, паучки, мышки, бабочки) находятся на площадке, водящий – «совушка» сидит в гнезде. Со словами «День наступает – всё оживает! » игроки передвигаются по площадке, выполняя имитационные действия. Со словами «Ночь наступает – всё замирает! » дети останавливаются и замирают в неподвижной позе. Совушка выходит на охоту и забирает с собой тех игроков, которые пошевелились. ! Совушке нельзя долго наблюдать за одним и тем же игроком.

***«Рыбаки и рыбки»***

Цель игры: формировать согласованность двигательных действий.

Ход.Игроки-«рыбки» находятся на площадке. Пара игроков – водящие, образуют «сеть» (берутся за руки – одна рука свободна). По сигналу рыбки бегают по площадке, а рыбаки догоняют рыбок и соединяют вокруг них руки. Рыбка, которая попалась в сеть, присоединяется к рыбакам. Игра продолжается до тех пор, пока сеть не разорвётся или пока не будут пойманы все игроки.

***«Плетень»***

Цель игры: воспитывать самоорганизацию.

Ход.Игроки двух команд строятся в 2 шеренги на противоположных сторонах площадки и образуют «плетень» (согнув руки скрестно перед грудью, держат за разноимённые руки соседей справа и слева). По сигналу дети отпускают руки и разбегаются в разных направлениях, а по команде «Плетень! » строятся на своих местах, образуя плетень. Отмечается команда, которая быстрее построится. ! Очерёдность игроков в шеренге можно не соблюдать.

***«Снежная королева»***

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Ход.Игроки находятся на площадке, водящий – «Снежная королева» в стороне от игроков. По команде игроки разбегаются по площадке, а Снежная королева старается их догнать и запятнать. Тот, кого она коснулась, превращается в «льдинку» и остаётся стоять на месте.

**«Зевака»**

**Цель.** Развивать внимание, координацию движений, ловкость.

**Ход.** Дети встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга. У одного из играющих в руках мяч. По команде педагога ребенок начинает перебрасывать мяч, называя по имени того, кому бросает мяч.  Мяч необходимо поймать. Кто уронил мяч встает в центр круга и  выполняет  любое упражнение с мячом.

**Правила:** мяч перебрасывается через центр круга. Если играющий при выполнении упражнения уронил мяч, ему даётся дополнительное задание.

**« У кого мяч»**

**Цель.** Развивать внимание, ловкость, зрительно – двигательную координацию.

**Ход.** Играющие ,образуют круг. Выбирается водящий. Он становится в центр круга, а остальные плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной.

Взрослый  дает кому-либо мяч (диаметр 6—8 см), и дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать, у кого мяч. Он говорит: «Руки!»— и тот, к кому обращаются, должен выставить вперед обе руки ладонями вверх, как бы показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг, а тот, у кого найден мяч, начинает водить.

**Правила:** стараться передавать мяч за спиной так, чтобы не догадался водящий; к кому обращается водящий, должен показать руки.

**«Ловишка с мячом»**

***Цель.****Развивать скоростные качества, ориентировку в пространстве*, фиксацию взора, глазомер.

**Ход.** Дети стоят по кругу, передают мяч из рук в руки, произнося: Раз, два, три — мяч скорей бери!

Четыре, пять, шесть — вот он, вот он здесь!

Семь, восемь, девять — бросай, кто умеет.

Последний, к кому попал мяч, говорит: «Я!», выходит в середину и бросает мяч, стараясь осалить разбегающихся в стороны детей.

**Правила:** передавать мяч, точно согласуя движения с ритмом произносимых слов; тот, кого запятнает мяч, пропускает  один кон игры; мяч бросать, целясь в ноги.

**«Поймай мяч»**

**Цель**. Развивать внимание, ловкость, зрительно-двигательную координацию.

**Ход.** Играют втроем. Двое игроков располагаются друг против друга на расстоянии 3—4 м и перебрасывают мяч между собой. Третий становится между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться его рукой. Если это удается, он меняется местами с тем, кто бросил мяч.  Можно предложить детям перед броском выполнить какое-либо движение: бросить мяч вверх, вниз, поймать его, вести мяч на месте и т. д.

**Правила:** начинать бросать мяч по сигналу.

**«Играй, играй, мяч не теряй!»**

**Цель.** Формировать навыки владения мячом, ловкость, мелкую моторику рук.

**Ход.** Дети располагаются на площадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору: бросает вверх и о землю, отбивает мяч на месте и в движении; бросает мяч в стену, в корзину. После сигнала педагога все должны быстро поднять мяч вверх.

**Правила:** играть с мячом, не мешая товарищам, находить свободное место на площадке; не успевший по сигналу поднять мяч получает штрафное очко.

**«Охотники и звери»**

**Цель.** Развивать скоростные качества, ориентировку в пространстве, глазомер.

**Ход.** На площадке (в спортзале) обозначается круг. Играющие делятся на две команды: «охотники» и «звери». Звери становятся в круг, а охотники распределяются за кругом. У одного из охотников мяч. По сигналу охотники «стреляют» — бросают мяч в зверей (в ноги детей). Звери, находящиеся в кругу увертываются от мяча (отходят в сторону, подпрыгивают и т.д.). Охотники ловят мяч и продолжают бросать его в зверей. По сигналу охота прекращается и подсчитывается количество пойманных зверей. Затем команды меняются местами.

**Правила:** те звери, кого «подстрелили», отходят в сторону.

**«У кого меньше мячей»**

**Цель.** Развивать внимание, ловкость, зрительно-двигательную координацию, прослеживающую функцию глаза.

**Ход.** Играющие делятся на две команды. Команды размещаются на разных сторонах площадки. Посередине площадки натягивается сетка или шнур. У каждого играющего в руках мяч. По сигналу педагога дети перебрасывают мячи правой и левой рукой через сетку или шнур. После второго сигнала прекращается перебрасывание мячей и подсчитывается количество мячей на игровом поле у обеих команд. У кого меньше мячей,  та команда победила.

**Правила:** перебрасывать мячи через верх шнура, после сигнала закончить перебрасывать мячи.

**«Стой!»**

**Цель.** Развивать слуховое внимание, ориентировку в пространстве, зрительно-двигательную координацию.

**Ход.** Играющие становятся в круг. Водящий выходит в середину круга с малым  мячом. Он подбрасывает мяч вверх (или ударяет им сильно о землю) и называет чье-либо имя. Ребенок, которого назвали, бежит за мячом, остальные разбегаются в разные стороны. Как только названный ребенок возьмет в руки мяч, он кричит: «Стой!». Все играющие должны остановиться и стоять неподвижно там, где их застала команда. Водящий старается попасть мячом в кого-нибудь. Тот, в кого бросают мяч, может увертываться, приседать, подпрыгивать, не сходя с места. Если водящий промахнется, то бежит за мячом опять, а все разбегаются. Взяв мяч, водящий снова кричит: «Стой!» — и старается осалить кого-либо из играющих. Осаленный становится новым водящим, игра продолжается.

**Правила:** тот, в кого бросают мяч, должен увертываться, приседать, подпрыгивать, не сходя с места.

**«Кого назвали, тот и ловит мяч»**

**Цель.** Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции на сигнал.

**Ход**. Дети ходят или бегают по площадке. Взрослый держит в руках мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Названный должен поймать мяч и снова бросить его вверх, назвав имя кого-нибудь из детей. Бросать мяч надо не слишком высоко и в направлении ребенка, имя которого называют.

**Правила:** слушать сигнал.

**«Мяч ведущему»**

**Цель**. Развивать внимание, прослеживающую функцию глаза.

**Ход.** Дети объединяются в 2—3 группы, каждая образует свой круг диаметром 4—5 м. В центре каждого круга – ведущий  с мячом. По сигналу педагога ведущие поочередно бросают мяч своим игрокам, стараясь не уронить, и получают его обратно.

Когда мяч обойдет всех игроков круга, ведущий поднимает его вверх. Побеждает команда, меньшее количество раз уронившая мяч.

**Правила:** начинать бросать мяч по сигналу.

**«Мяч вдогонку»**

**Цель.** Развивать  крупную моторику, зрительное внимание, глазомер.

**Ход.** Дети становятся по кругу. Взрослый дает двум детям, стоящим в разных местах, по мячу. Затем он  говорит: «Мяч вдогонку!» — и дети одновременно начинают передавать их товарищам. Если один мяч догонит другой, т. е. оба окажутся в руках одного ребенка, то он на некоторое время выходит из игры. Педагог дает мячи другим детям, и игра продолжается.

**Правила:** мяч передают по сигналу, не пропуская игроков.

**«Мяч водящему»**

**Цель.** Развивать координационные умения, ловкость, глазомер.

**Ход.**  На земле проводятся две линии на расстоянии 1,5 м одна от другой. За одну из них в колонну по одному становятся играющие (5 – 6 человек). За другую линию, напротив них, становится водящий. Он бросает мяч ребенку, стоящему в колонне первым; тот, поймав мяч, возвращает его водящему и перебегает в конец колонны. В это время второй ребенок продвигается к линии и повторяет те же движения. Если ребенок, стоящий в колонне, не поймал мяч, водящий бросает ему мяч еще раз, пока он не поймает его. Когда все дети бросят мяч, выбирается новый водящий.

Игру можно провести с элементом соревнования. В этом случае удобно играющим стать в две колонны и выбрать двух водящих. Успех зависит от умения детей бросать и ловить мяч. Если играющий роняет мяч, водящий бросает его повторно, но из – за этого колонна теряет время и может проиграть.

Правила: начинать бросать мяч по сигналу.

**«Передал - садись»**

**Цель.** Укреплять мышцы спины и плечевого пояса, развивать быстроту реакции на сигнал, тренировать зрительное сосредоточении на заданном предмете.

**Ход.** Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает капитана. Команды становятся в колонны за линией старта. Капитан каждой команды с мячом в руках становится напротив своей команды на расстоянии 1,5 — 2м от нее.

По сигналу педагога капитан передает мяч первому игроку колонны, который ловит его, передает обратно капитану и приседает. Капитан таким же образом передает мяч второму, затем— третьему и всем остальным игрокам. Каждый игрок после передачи мяча капитану приседает. Когда мяч передан капитану последним игроком, капитан поднимает мяч вверх над головой и вся команда быстро встает. Выигрывает та команда, которая раньше выполнила задание. Если игрок не поймал мяч, то он обязан за ним сбегать, вернуться на свое место и передать мяч капитану.

**Правила:** начинать бросать мяч по сигналу.