«Картотека «дворовых» подвижных игр»

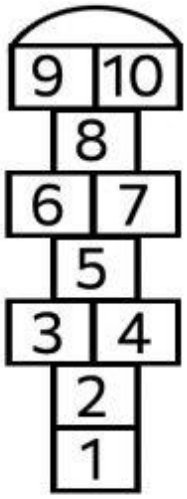
Колечко-колечко

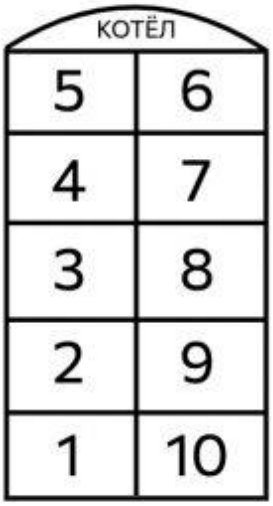
Для этой игры нужен небольшой предмет, например заколка для волос, колечко или монетка.

Дети садятся в ряд, вытягивают руки перед собой и складывают ладони лодочкой. Ведущий зажимает предмет между своими ладонями и по очереди переходит от одного к другому игроку, приговаривая: «Я ношу-ношу колечко и кому-то подарю». В момент, когда он проводит своими руками между сложенных ладоней других детей, он должен как можно более незаметно передать одному из них предмет. В то же время ребёнок, у которого вещь оказалась, старается не подать виду, что получил подарок. Когда весь ряд детей пройден, говорится фраза: «Колечко-колечко, выйди на крылечко». После этих слов тот, кто получил предмет, должен вскочить и добежать до ведущего. Другие дети при этом будут его удерживать. Если им это удастся, ведущий остаётся прежним и игра начинается заново. Если же участник смог убежать, в следующем раунде водит он.

Классики

Для этой игры нужна ровная асфальтированная площадка, мел для нанесения разметки и битка — камешек, коробочка из-под леденцов или что-то похожее. Игроков должно быть двое или больше.





Для начала на площадке чертится прямоугольное поле с 10 квадратами и полукругом («котёл», «вода», «огонь»).

Игрок кидает битку в первый квадрат, а затем перепрыгивает по полю по следующим правилам: все одиночные клетки, кроме пятой, — на одной ноге, все двойные — на двух, пятую — тоже на двух, чтобы отдохнуть.

Допрыгав до конца, игрок разворачивается на 180° и возвращается обратно таким же образом, а на первом квадрате наклоняется и подбирает оставленную там битку. Если

ребёнок наступает на черту или камешек улетает за границу клетки, ход переходит к следующему игроку.

Если же удалось допрыгать до конца, игрок «переходит во второй класс» — кидает битку сразу на второй квадрат, прыгает по тем же правилам и забирает предмет на обратом пути.

Если предмет случайно улетает в «котёл», игрок теряет один класс из завоёванных. Выигрывает тот, кто проходит все уровни.

Есть и более сложная вариация игры, в которой нужно перемещать битку ногой после каждого прыжка в квадрат. В таком случае поле будет выглядеть немного по-другому (как на картинке справа).

Также могут различаться виды прыжков: только на одной ноге, только на двух, носком вперёд или боком — как решат дети. Из десятого квадрата битку нужно просто выбить за пределы игрового поля.

Резиночка

Для этой игры нужна упругая резинка длиной 3–4 метра, два конца которой связаны между собой. Количество игроков начинается с трёх: двое натягивают резинку между собой, накинув её на ноги, а третий перепрыгивает в заданном порядке.

Существует несколько вариантов расположения резинки:

- на уровне щиколоток держащих;
- на уровне колен;
- на уровне бёдер;
- на талии;
- на уровне груди и на шее.

На каждом из них нужно выполнить определённый набор упражнений: «бегунки», «ступеньки», «бантик», «конвертик», «кораблик» и так далее. В видео ниже показаны некоторые из них.

Салки

Суть обычных салок в том, чтобы догнать и коснуться другого игрока.

Для начала с помощью считалочки выбирается водящий. Затем дети становятся в круг и по команде «Я — салка!» разбегаются кто куда. Часто также оговариваются границы площадки, за которые нельзя выходить.

Если водящий догоняет одного из участников и касается его, пойманный становится новым водящим и игра продолжается.

Если детей много, можно сыграть по другим правилам. Водящий, догнав одного из них, не становится обычным игроком, а продолжает охотиться за другими вместе с первым осаленным. Это продолжается, пока не поймают всех.

Есть ещё несколько вариантов догонялок.

- **С «домиком»** — заранее оговаривается зона, в которой водящий не имеет права осалить игроков. Это может быть песочница или просто круг на асфальте, где дети могут отдохнуть. Но сидеть там долго не разрешается, потому что игра станет неинтересной.
- **«Выше ноги»** — чтобы избежать осаливания, можно запрыгнуть на какое-нибудь возвышение, оторвав при этом ноги от поверхности.
- **«Чай-чай, выручай!»** — когда водящий салит одного из игроков, тот замирает и кричит: «Чай-чай, выручай!». Если до него дотронется другой участник, он размораживается и продолжает игру, но водящий всеми силами пытается помешать этому. Цель — заставить замереть всех игроков.