

# ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ



**Цель подвижных игр** – укрепление здоровья детей, приобретение ими положительных навыков и качеств; формирование и повышение ориентации детей, на такие черты, как любовь к Родине, доброта, в сочетании с физической силой, здоровьем, двигательной культурой, т.е. целостное развитие личности в духе патриотизма.

## **«Полетная группа»**

Дети в роли истребителей «разлетаются» по залу, по сигналу находят свое место.

### «Чья машина быстрее привезёт снаряд»

Ребёнок в машине везёт кеглю, объезжая препятствия, доезжая до корзины, оставляет в ней кеглю и возвращается назад.

### «Кто быстрее соберёт автомат»

На столе лежит нарисованный макет автомата, разрезанный на пазлы. Ребёнок добегает до стола, кладёт один пазл макета автомата, другой ребёнок добегает и кладёт следующий пазл. Получается целый макет автомата.

### «Салют»

Дети бегают под музыку с султанчиком в руке, по окончании музыки ребёнок подбегает к взрослому, у которого султанчик такого же цвета как и у него.

### «Ты мне — я тебе»

Дети строятся в шеренгу за командиром, между двумя корзинами в которых лежат снаряды. Командир берет снаряд и передает его другому. Так по цепочке снаряды нужно

переместитесь из одной корзины в другую корзину.

### **«Переправа»**

Это конкурс на время. Дети строятся в шеренгу за командиром, им необходимо передать груз в шеренге над головой, так чтобы он не упал. Побеждает та команда, которая первая переправит груз.

### **Конкурс «Снайпер»**

Это конкурс на меткость. Для него понадобится корзина и небольшой мячик. Возможны два варианта этого конкурса: в первом случае необходимо мячиком попасть в корзину, во втором – сбить всевозможные предметы со стула мячиком. Побеждает самая меткая команда.

### **Игра в санитаров**

В данном конкурсном задании будут принимать участие две команды по две бригады в каждой. В каждой бригаде по два человека.

Двум командам будет необходимо продемонстрировать свои навыки в оказании первой медицинской помощи. Для этого в инвентаре командам предоставят бинты, вату, йод-карандаш, шины, жгуты и прочие медикаменты.

Необходимо на скорость первой бригаде принести раненого, а второй оказать первую мед. помощь: замотать потерпевшим руку, голову, наложить жгут на ногу. Кто быстрее справится с заданием, тот и победитель.

### «Марш - бросок»

Это подвижная, энергичная игра. На старте ставятся специальные мешочки, в которых лежит груз. По специальной команде участники хватают мешки и переносят их на линию финиша, возвращаются и передают эстафету следующему игроку. Победит та команда, чей участник первым вернется до линии старта.

### **Игра «Доставь донесение в штаб».**

Два ребенка получают конверты с печатями. Напротив, стоят – два командира. Дети должны преодолеть препятствия:

1) перепрыгнуть ров (*через две параллельно положенные веревки*)

2) пройти ущелье (*пролезть под дугой*)

3) пройти по узкому мостику, не замочив ноги (*можно использовать следы, перекладывая их впереди себя*). Два

командира из штаба принимают донесение.

Игра проводится 2-3- раза.

### **«Разведчики»**

Из группы

выбирается «разведчик» и «командир»,

остальные – «отряд». В группе расставлены

хаотично стулья. «Разведчик» проходит

между стульями с разных

сторон. «Командир» наблюдает за

действиями «разведчика». Затем он

проводит «отряд» по тому пути, который

был ему показан «разведчиком». Потом уже

второй «разведчик» прокладывает новый

путь и другой «командир» повторяет его и т.

д.

### **«Прицельный бой»**

Дети поочерёдно становятся на колени на стул и стараются забросить небольшие предметы (*ручки, конфеты, монетки, орешки и т. п.*) в коробку или корзину, которая стоит в 2—3 метрах от игрока. Тот, кто смог забросить наибольшее количество предметов в корзину, считается победителем.

### **«Полоса препятствий»**

На полу раскладываются гимнастические обручи. Ребята должны перепрыгивать из одного обруча в другой только двумя ногами. Если игрок промахнётся, он выбывает. И так до последнего.

### **«Путешествие в тумане»**

На земле проводят прямую линию (*длиной в 15 шагов или более*). Все игроки внимательно рассматривают, как она идёт. Потом им завязывают глаза. Став на одном конце линии, по сигналу ребята идут вперёд друг за другом. Когда ведущий скажет «*Стоп*», все

останавливаются. Побеждает тот, кто меньше всего отделился от линии.

### «Хвосты»

Военные должны быть ловкими и умелыми. В эту игру играют по два человека. Игрокам за пояс заправляют по куску веревки, чтобы сзади свешивался "хвостик". По сигналу (*можно включить веселую музыку*) играющий должен отобрать "хвост" у своего противника и одновременно защищать свой собственный. Оставшийся без хвоста считается проигравшим и с этого момента не может отбирать хвост у своего противника. Можно играть одновременно и большим количеством игроков. К примеру, 4-5 человек будут пытаться отобрать "хвосты" друг у друга, а победит тот, кто соберет больше всех "хвостиков".

### «Самолёты – бомбардировщики»

Вам потребуется 20-30 надутых воздушных шариков, разбросанных в хаотичном порядке по залу. Включается песня «Бомбардировщики». Задача

участников, пока звучит музыка, бегать по залу и изображать самолет. Как только музыка выключается, тут же наши бомбардировщики должны будут взорвать бомбы, то есть сесть на шарик и лопнуть. Побеждает тот, кто взорвал самое большое количество бомб.

### «Кто скорее?»

Ведущий предлагает детям провести соревнование, узнать, кто скорее соберет пограничный столб из конструктора (*пять красных и пять зеленых полос*).

### «Каратист»

Дети образуют круг, в центре которого на полу лежит физкультурный обруч. Один из участников встает в обруч и превращается в «*каратиста*», выполняя резкие движения руками и ногами. Остальные дети вместе с ведущим хором произносят: «*Сильнее, еще сильнее...*», помогая игроку выплеснуть агрессивную энергию интенсивными движениями.



### **«Бойцовые петухи»**

На полу очерчивается круг диаметром 1 м. Двум участникам завязывают сзади руки. Прыгая на одной ноге, игрок должен вытолкнуть соперника за границу круга или лишить его равновесия так, чтобы он встал на обе ноги.

### **«Веселые танкисты»**

Мальчики делятся на 2 команды. Перед каждой командой устанавливается щит с листом ватмана (*можно разделить доску на 2 равные части*). По очереди с завязанными глазами игроки на своем щите должны нарисовать танк (*самолет, военный корабль и т. п.*). Каждый рисует 1 деталь. Побеждает команда, у которой рисунок получился более точным.

### **«Пройди по трапу»**

На полу - верёвка (или трап, нужно пройти с завязанными глазами и не оступиться).

### **«Кто быстрее оденется?»**

На стульях висят пиджаки (куртки, вывернутые наизнанку. Кто быстрее вывернет пиджак, наденет его, сядет на стул и скажет: «готов», тот победил.

### **«Собери патроны»**

На полу лежат «патроны» (шарики или футляры от киндер-сюрпризов). Каждый участник по очереди получает лопатку, ведро, передник, косынку. По сигналу он надевает передник, косынку, берёт в правую руку лопатку, а в левую - ведро. Надо загнать «патрон» на лопатку без помощи левой руки, положить в ведро, а затем всё передать следующему игроку. Победит та команда, у которой окажется больше «патронов».

### **«Быстрая лодка»**

На пол кладутся 2 половинки альбомного листа. Участники должны встать на четвереньки и дуть, чтобы эти листы переместились от «буйка» до «буйка» без помощи рук.

### «Немой строй»

Участники становятся в ряд. Ведущий обходит игроков сзади и каждому хлопает по спине ладошкой. Сколько раз хлопнет, у того такой будет порядковый номер. По сигналу, дети начинают строиться по порядку. НО! Не произнося ни звука!

Обходя участников, ведущий может хлопнуть 2 раза по 1, ни одного раза, 4, и т. д., насколько хватит фантазии. И тогда рядов может быть не один, а 2, или 3. И обязательно снимать все это на камеру!

### «Разведчик»

Игроки замирают в разных позах. Ведущий запоминает позы играющих, их одежду и выходит из комнаты. Играющие делают пять изменений в своих позах и одежде (*не у каждого пять, а всего пять*). Ведущий должен вернуть все в исходное положение. Если ведущий нашел все пять изменений, то в награду игроки исполняют какое-нибудь его желание. В противоположном случае нужно водить еще раз.

### **«Самый быстрый»**

Для игры понадобятся счетные палочки.  
Мальчикам завязывают сзади руки.  
Рассыпают палочки. Кто быстрее соберёт,  
тот победил.

### **«Свистать всех наверх»**

Ведущий в роли «*боцмана*», который командует на судне моряками. Остальные дети – «*моряки*». Командует боцман с помощью специальной дудки-свистка. Если свистит один раз – «*моряки*» делают шаг вперед, если два сигнала в свисток – шаг назад, если три - стоят на месте! Внимание! Ведущий старается запутать игроков.

### **«Стой, кто идёт?»**

Ставится пограничный столб. Одному ребенку завязывают глаза - это пограничник, в руках у него игрушечный автомат. Другой ребенок - нарушитель границы. Задача пограничника услышать, когда нарушитель будет проходить мимо него и сказать: «*Стой, кто идет!*»

Если ведущий нашел все пять изменений, то в награду игроки исполняют какое-нибудь его желание. В противоположном случае нужно водить еще раз.

---