

### Игры-догонялки.

**1.«Рыбалка».** Из числа всех игроков выбираются 2 Рыбака, остальные – Рыбы. Рыбаки вместе ловят Рыб, держась за руки и окружая их. Пойманные Рыбы становятся Рыбаками и продолжают ловить остальных Рыб, взявшись за руки, пока не останутся 2 Рыбы-победительницы, которые станут новыми Рыбаками в следующем туре игры.

**2.«Акула» (салки).** Акула ловит Рыб, догоняя их и дотрагиваясь ладонью. Каждая пойманная Рыба становится помощницей Акулы и помогает ловить остальных Рыб. Последняя рыба становится Акулой.

**3.«Гуси».** На расстоянии 15-20 метров друг от друга проводится 2 черты. За первую встаёт Хозяин, за вторую – Гуси. Между линиями гуляет Волк, пока между Хозяином и Гусями идёт диалог: «Гуси-гуси!» - «Га-га-га!» - «Есть хотите?» - «Да-да-да!» - «Так летите, раз хотите! Только крылья берегите!» Гуси бегут к Хозяину, а Волк их ловит. Пойманный Гусь становится Волком. Игра повторяется.

**4.«Лисы и охотники».** Игра проходит на территории размером с баскетбольную площадку. Охотник подбрасывает мяч вверх, а Лисы разбегаются в разные стороны, но не выходят за пределы площадки. Когда Охотник поймает мяч, он бросает его в одну из Лис, чтобы попасть. Если попал, Лис становится помощником Охотника и помогает ему подбирать мяч после бросков. А Лисы с этого момента получают право брать мяч в руки и перекидывать его, чтобы не достался Охотнику или его Помощнику. Каждый Лис, в который попал мяч, становится новым Помощником. До тех пор, пока не останется Лис-победитель, который затем становится новым Охотником.

### Игры на ловкость.

**1.«Найди место».** Игроки сидят на стульях в кругу или влинии. Водящий ходит мимо игроков с палкой в руке. Около кого Водящий остановится и стукнет палкой об пол 1 раз, тот встаёт за ним паровозиком. Таким образом, Водящий собирает всех игроков в произвольном порядке. Затем Водящий отводит свой паровоз подальше от стульев, меняя несколько раз траекторию движения (круги, змейки). Когда Водящий стукнет палкой 2 раза, все игроки должны занять свои места на стульях, при этом Водящий тоже занимает любой стул. Тот, кому места нет, становится Водящим.

**2.«Горелки».** Игроки выстраиваются друг за другом по парам, впереди спиной ко всем стоит Водящий и говорит слова: «Гори, гори ясно, чтобы не погасло! Раз, два, три. Последняя пара беги!» Названная пара разжимает руки и бежит вперёд, чтобы стать перед первой парой, а Водящий так же старается занять одно из мест впереди. Тот, чьё место оказалось занятым, становится Водящим или игра повторяется.

**3.«Третий лишний» («Пятнашки»).** Игроки встают в круг (в «Пятнашках» в одного, а в «Третьем лишнем» по два друг за другом). Выбираются Пятнашка и Водящий, которые бегут по кругу, Пятнашка старается догнать (запятнать) Водящего. Чтобы избежать преследователя, Водящий может забежать в круг и занять одно из мест впереди. Тот, кто окажется сзади Водящего (или «третьим лишним») становится сам Водящим и игра продолжается.

**4.«Мышеловка».** Выбираются 2 Водящих, которые встают лицом друг к другу и берутся за руки. Остальные игроки встают друг за другом и проходят под поднятыми руками Водящих, пока произносятся слова: «Как нам мыши надоели, всё погрызли, всё поели. Мышеловку мы поставим, и мышей тогда поймаем!» На этих словах Мышеловка опускается и ловит одну из Мышей, которая становится третьим звеном Мышеловки. Игра продолжается до последнего игрока-победителя.

**5. «Зайчик».** Игроки ходят по кругу, в центре которого находится Зайчик, и говорят: «Зайнйка, попляши! Серенький, повернись! Есть Зайцу куда выпрыгнуть, есть Зайцу куда выскочить!» Задача Зайца – вырваться из круга, задача игроков – его не выпустить. Если Заяц выскочил из круга, тот игрок, мимо которого он пробежал справа. Становится новым Зайцем.

**6. «Вышибалы».** Играют 2 команды, одни Вышибалы, другие – Игроки в поле. Вышибалы делятся пополам и встают с мячом с двух сторон от Игроков. Вышибалы бросают или прокатывают мяч второй половине своей команды, стараясь попасть в любого Игрока. Тот, кого запятнали, выбывает из игры. Когда останется последний Игрок, он может выручить свою команду, увернувшись от мяча, столько раз. Сколько человек в его команде или столько раз, сколько лет в сумме всем членам его команды, включая его самого. Если Игрок выручил команду. Она возвращается и играется ещё 1 один тур, если нет, то вышибалы с Игроками меняются местами. Дополнительное условие: Игрок может попробовать поймать мяч на лету,

удержать его, отдав затем Вышибалам, это его бонус в случае попадания мяча в него или в другого Игрока команды. Если мяч не удержан, или пойман с земли, то игрок выбывает.

**7.«Собачка».** Игроки встают с двух сторон от «Собачки или вокруг неё с мячом. Когда игроки перебрасывают друг другу мяч, Собачка старается его перехватить. Если ей это удалось, Игрок, потерявший мяч, становится Собачкой.

**8.«Рыбак» («Скакалочка»).** Игроки встают в круг, в центре стоит Водящий со скакалкой (Рыбак – с удочкой и песочным мешком на конце). Водящий вращает скакалку (удочку). Игроки перепрыгивают (наклоняются). Тот Игрок, кого задела, выбывает. Игрок-победитель становится Водящим.

**9.«Зайцы и морковь».** На земле рисуется круг – Огород, внутрь которого кладутся разные предметы – Морковь. Из числа игроков выбирается Ведущий и Пугало, которое становится в центр Огорода, остальные – Зайцы. По сигналу Ведущего Зайцы лезут в Огород за Морковью, а Пугало старается их поймать. Ловить Зайцев можно только в Огороде. Пойманные зайцы выбывают из игры. Последний пойманный Заяц становится Пугалом, а Пугало – Ведущим, Ведущий – Зайцем.

### Угадай-ка.

**1. «Щётка».** Игроки стоят плотным кругом плечом к плечу, у одного из них щётка для одежды. В центре соит Водящий. Игроки передают щётку за кругом и отвлекают Водящего, который должен угадать. У кого в данный момент есть щётка. Если Водящий повернётся спиной к Игроку со щёткой, тот может его почистить. Если Водящий обнаружил нужного игрока, он говорит «Руки!». Этот игрок должен вытянуть руки вперёд. Если щётка у него – он становится Водящим. Если - у ближайшего соседа, Водящим становится сосед. Если произошла ошибка, игра продолжается.

**2.«Узнай меня».** В центре круга стоит Водящий с завязанными глазами. Игроки становятся в круг, взявшись за руки. По хлопку Водящего круг начинает вращаться, по второму хлопку - останавливается. Водящий должен угадать того, кто остановился напротив него. Можно угадывать на ощупь или попросив изобразить голосом звук какого-нибудь животного. Если игрок угадан, он становится Водящим. Если нет – игра повторяется.

**3. «Кто Ведущий?».** Из комнаты выходит Водящий, в это время игроки выбирают Ведущего. Когда Водящий возвращается, вся команда повторяет движения за Ведущим, который время от времени меняет их. Задача Водящего определить Ведущего. Если он найден, Ведущий становится Водящим.

**4.«Записки».** Берётся лист бумаги и делится на 2 части. Одна часть делится на 10 записок. Где указаны ориентиры для поиска каждой последующей, а в десятой – место клада. На второй части листа чертится план местности, с указанием записок и места клада. Задача искателей найти клад, который может быть командный или индивидуальный, его получит первый, кто нашёл. Поощрительным призом может быть награждён тот, кто нашёл всех больше записок.

#### Прятки.

**1.«Сельди в бочке».** Одному игроку даётся минута, чтобы он спрятался. Второй за следующую минуту ищет первого. Если не нашёл, игра повторяется с другим первым игроком. Если нашёл, второй прячется вместе с первым. Третий игрок за минуту ищет первых двух на тех же условиях. Так происходит до тех пор, пока не пойдёт искать последний игрок, задача которого обнаружить всех. А задача всех не выдать всю команду раньше времени.

**2.«12 палочек».** Берётся дощечка и ставится на любое возвышение (камень, пенёк), чтобы получились качели. На дощечку Водящий кладёт 12 палочек и сильно ударяет по свободному краю, чтобы палочки разлетелись. Пока Водящий собирает их и снова укладывает на доску. Игроки прячутся. Затем Водящий ищет игроков, если нашёл одного, они меняются местами, игра начинается снова. В процессе поисков кто-то из игроков может незаметно снова ударить по доске с палочками, и пока Водящий собирает их, игроки могут перепрятаться.

**3.«Мокрая курица».** Игра проходит, там, где есть лесенка или другая лазалка. Выбирается Мокрая Курица, которой завязывают глаза. Остальные игроки располагаются вокруг лесенки, могут на неё забираться, но не могут отходить от неё не дальше, чем на шаг. Задача Курицы поймать игрока, не забираясь на лесенку. У Курицы есть 2 фразы, которыми можно воспользоваться только один раз: 1 – «Стоп, земля!», после которой игроки должны замереть на 5 секунд; 2 – «Стоп, луна!», когда на 5 секунд замирают игроки на лестнице. Пойманный игрок становится Мокрой Курицей

#### Игры на самообладание.

**1.«Море волнуется» (с фантами).** Водящий произносит, свободно движущимся игрокам: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три! Морская фигура на месте замри!» Все замирают в разных позах. Водящий старается рассмешить кого-то, чтобы тот сдвинулся с места. Если ему это удалось, он меняется с игроком ролями, игра повторяется. Или игрок отдаёт фант Водящему, и так продолжается до последнего игрока. Которые в итоге отыгрывают свои фанты. Второй вариант: Водящим становится тот игрок, придумавший самую интересную позу.

**2.«Шаг за шагом».** Водящий отворачивается от игроков, стоящих за линией на расстоянии 15-20 метров, и говорит слова: «Быстрой шагай! Оглянись – замирай! Раз! Два! Три!» Пока Водящий говорит слова, игроки идут в его сторону, а счёт «Три!» замирают. Водящий поворачивается и старается заметить, кто из игроков шевелится. Тот, кто замечен, уходит за линию. Иначе, водящий снова отворачивается и произносит слова. Игра повторяется до тех пор, пока кто-нибудь из игроков не дотронется до Водящего. После этого игроки бегут обратно за линию, а Водящий старается их поймать. При удаче пойманный становится Водящим.

#### Командные игры.

**1.«В обе стороны».** Все игроки выстраиваются в линию и рассчитываются на 1-2. Вторые номера поворачиваются на 180 градусов. Получилось 2 команды. Все игроки цепляют своих соседей под локти. По сигналу Ведущего игроки встают в удобную позу для упора, а по второму сигналу Ведущего каждая команда старается перетянуть соперников на свою линию, которые заранее нарисованы с двух сторон от общей цепи. Выигрывает команда, которая перетянет за свою линию хотя бы одного соперника. В следующем туре игроки могут перемешаться.

**2.«Вожатый, вожатый, подай пионера!».** Игроки делятся на 2 команды, встают, взявшись за руки, на расстоянии 15-20 метров одна от другой. Одна команда кричит: «Вожатый, вожатый, подай пионера!». Вторая спрашивает: «Кого вам?». Первые называют одного из соперников, который разбегается и старается разбить одно из звеньев вызвавшей команды. если ему это удалось, он забирает одного игрока через чьи руки он пробежал. Далее команды меняются местами. Если же цепь не разорвана, игрок остаётся у соперников, и т.д.

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Дворец детского творчества».

Школа аниматора

## Подвижные игры дома и на улице

Автор-составитель:  
педагог-организатор:  
Оксана Юрьевна Кузнецова.

Дзержинск  
2016-2017 учебный год

