**Игра № Бег сороконожек**

**Ход игры.** Играющие делятся на 2—3 команды по 10—12 человек и выстраиваются в затылок друг другу. Каждая команда получает длинную толстую веревку (канат), за которую все игроки берутся правой или левой рукой, равномерно распределяясь по обе стороны веревки. По сигналу учителя ”сороконожки“ бегут вперед (40-50 метров) к финишу, держась за веревку.

**Игра № Белые медведи**

**Ход игры.** Площадка представляет собой ”море“. В стороне очерчивается небольшое место - ”льдина“, где располагается водящий - ”медведь“. Остальные игроки - ”медвежата“ произвольно передвигаются по всей площадке (купаются в море). Медведь рычит: ”Выхожу на ловлю!“ - и устремляется ловить медвежат. Сначала он ловит одного медвежонка, отводит на льдину, затем второго. После этого два пойманные медвежонка берутся за руки и начинают ловить остальных играющих. Медведь отходит на льдину. Настигнув кого-нибудь, пара медвежат соединяет свободные руки так, чтобы пойманный оказался между руками, и кричат: ”Медведь, на помощь!“ Медведь подбегает, осаливает пойманного и отводит на льдину. Следующие двое пойманных также берутся за руки и ловят медвежат. Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все медвежата.

Медвежонку разрешается выскальзывать из-под рук окружившей его пары, пока его не осалил медведь. Убегающим запрещается наступать на льдину и выбегать за границы площадки (эти игроки считаются пойманными).

**Игра № Береги предмет**

**Ход игры.** Играющие образуют круг. Один из играющих находится в середине круга (водящий), остальные стоят, несколько расставив ноги, и держат руки за спиной. У ног каждого ребенка лежит кубик. Водящий старается взять этот кубик. Желая уберечь его, играющий приседает, закрывая кубик руками, и тем самым не дает до него дотронуться. Как только водящий отходит, играющий встает.

**Игра № Бой петухов**

**Ход игры.** Играющие, как правило, мальчики, разбиваются на пары и поочередно каждая пара проводит поединок. Игроки держат руки за спиной, сгибают одну ногу и, прыгая на другой, толкают противника плечом. Во время игры перепрыгивать с одной ноги на другую запрещается.

**Игра № Борода**

**Ход игры.** Играющие выбирают ведущего, которому связывают руки, но так, чтобы одна кисть была свободна, или он держит одной рукой запястье другой, которой и ловит игроков. Те разбегаются по площадке, а ведущий стремится схватить или лишь коснуться свободными пальцам кого-нибудь из них. Когда это ему удается, то осаленный сменяет его, т.е. становится ”бородой“. Водящий не должен расцеплять руки. Ему также не разрешается преследовать все время одного и того же игрока. Новому водящему нельзя сразу салить того, кто только что был ”бородой“.

**Игра № Бросай далеко - собирай быстро!**

**Ход игры.** Играют две команды: ”метатели“ и ”собиратели“. Те и другие становятся у стартовой линии. По первому сигналу ”метатели“ бросают вперед мяч. По второму сигналу стартуют ”собиратели“, стремясь быстрее подобрать предметы и возвратиться на место старта. Время учитывается от начала бега до момента возвращения с мячом последнего участника команды. Затем команды меняются ролями. Игра повторяется несколько раз. Начинать игру можно только по команде (за преждевременный старт начисляют штрафные секунды).

**Игра № Вилюшки**

**Ход игры.** Дети строятся в шеренгу, берутся за руки, образуя цепь. Направляющий начинает бег в различных направлениях, увлекая за собой других (выполняет ”вилюшки“). Такие же быстрые и крутые повороты должны выполнять и другие. Игрок, по вине которого разорвалась цепь, выбывает из игры.

**Игра № Заплетись плетень!**

**Ход игры.** Играющие делятся на две равные по силам команды. Затем жеребьевкой устанавливают группы ”плетень“ и ”зайцы“. После этого чертят на земле две параллельные линии - ”коридор“ - длиной 10-15 м, ширина которого должна быть такая, чтобы игроки плетня, взявшись за руки, полностью перекрывали его. Плетень становится на середине коридора, а зайцы на одном из концов. Плетень декламирует первый запев:

Не войдут в первый раз

Зайцы в огород.

Плетень, заплетись!

Зайцы лезут - берегись!

При слове ”берегись“ зайцы бегут к плетню и стараются разорвать его или проскочить под руками игроков. Те, кому это удалось, собираются на противоположном конце коридора, а тем, кого задержали, говорят: ”Идите назад в лес, осину погрызите“, и они выбывают из игры. Плетень поворачивается к зайцам и декламирует другой запев, который отличается от предыдущего только первой строкой: ”Не войдут в другой раз ...“. Затем говорится: ”Не войдут в третий раз ...“ и так до тех пор, пока все зайцы не будут пойманы. После этого команды меняется ролям.

**Игра № Защита укреплений**

**Ход игры.** Играющие становятся по кругу на расстоянии вытянутых рук. Перед их носками на полу (площадке) чертится круг, в центре которого ставится укрепление из 3 палок, связанных веревкой. Вокруг полученного треножника желательно очертить окружность. Выбирается водящий, который становится в середину круга для защиты укрепления. У стоящих по кругу находится волейбольный мяч. По сигналу участники игры стараются сбить мячом треножник. Защитник закрывает треножник, отбивая мяч руками, ногами, головой. Игрок, которому удастся сбить укрепление, меняется местом с защитником. Играют установленное время. Играющим нельзя заходить за черту круга. Защитник не имеет права держать укрепление руками. Если укрепление сдвинуто мячом с места, но не упало, защитник продолжает охранять его. Если защитник сам свалит укрепление, то на его место идет игрок, у которого в этот момент окажется мяч.

**Игра № Иголка, нитка, узел**

**Ход игры.** Игра начинается со слов учителя:

Раз, два, три, четыре, пять,

Мы собрались поиграть.

К нам сорока прилетела

И тебе водить велела.

Играющие становятся в круг, держась за руки, считалкой выбирают троих водящих – ”иголку“, ”нитку“, ”узел“. Водящие становятся полукругом. По сигналу учителя иголка бегает зигзагом под руками игроков, стоящих по кругу. Задача водящих: нитка должна догнать иголку, узел – нитку. Нитка и узел бегут за иголкой в том же направлении. Если узел догонит нитку или нитка – иголку, а также если нитка и узел перепутают путь движения за иголкой, то выбирают новых водящих, и игра начинается сначала.

**Игра № Летящий мяч**

**Ход игры.** Участники игры образуют круг, расположившись в нем на расстоянии вытянутых в стороны рук, лицом в центр круга. Выбирают водящего, который становится в круг. По сигналу учителя стоящие в кругу выполняют передачи мяча друг другу. Задача водящего перехватить мяч. Овладев мячом, он становится на место того из участников, с передачи которого ему удалось перехватить мяч. Водящий не должен приближаться к детям ближе, чем на 3 - 4 шага.

**Игра № Лошадки**

**Ход игры.** Играющие делятся на ”лошадок“ и ”кучеров“. По центру площадки проводится линия, по одну сторону которой становятся лошадки, по другую - кучера. Лошадки, взявшись за руки, подходят к центральной линии и говорят:

Та-ра-ра, та-ра-ра,

Ушли кони со двора.

После этих слов они разбегаются, а кучера их ловят и уводят в специально отведенное место - ”конюшню“. Лошадки должны все время, пока их не поймают, щелкать языком: ”Цок-цок-цок“, чтобы кучера знали, кого ловить. Кучера не имеют права ловить лошадок, пока те не закончат произносить слова. Когда переловят всех лошадок, кучера седлают их (скакалки продевают за пояс участников) и уезжают, говоря:

Еду, еду на коне по чудесной стороне,

По Молдавии зеленой,

Жарким солнцем опаленной.

Цок, лошадка, цок, Гнедок,

Цок подковой, цок-цок-цок.

После этого дети меняются ролями и игра повторяется.

**Игра № Мышеловка**

**Ход игры.** Игра начинается со слов учителя:

Вышли мышки как-то раз посмотреть, который час.

- Раз, два, три, четыре! мышки дернули за гири.

Вдруг раздался страшный звон, убежали мышки вон!

Участники игры делятся на две разные по количеству группы: одна треть детей образует круг – ”мышеловку“, остальные изображают ”мышей“ и находятся вне круга. Ученики, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходьбу по кругу вправо (влево), приговаривая:

Ах, как мыши надоели, развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели, всюду лезут – вот напасть.

Берегитесь же, плутовки, доберемся мы до вас.

Вот поставим мышеловки – переловим сразу вас.

По окончании текста ученики останавливаются и поднимают вверх сцепленные руки. Мыши вбегают в круг и тут же выбегают из него с другой стороны. На слово учителя: ”Хлоп!“ – игроки, стоящие в кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопывается. Мыши, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Когда большая часть мышей поймана, играющие меняются ролями и игра продолжается.

**Игра № Падающая палка**

**Ход игры.** Играющие образуют круг и рассчитываются по порядку. Водящий стоит в центре круга, держа в руке палку за верхний конец (второй ее конец стоит на полу), громко называет какой-нибудь номер и отпускает палку. Игрок под этим номером должен подхватить палку, пока она не упала на пол. Если он палку не поймает, то становится водящим, а бывший водящий идет на его место. Игра длится 5-7 минут.

Водящий не имеет права отпускать конец палки до того, как назовет чей-либо номер. Если он допустит эту ошибку, то обязан переиграть. Если кому-либо из игроков помешали выбежать к палке, и из-за этого он не сумел ее подхватить, пока она не коснулась пола, то игрок остается на месте, а водящий продолжает игру.

**Игра № Перемена мест**

**Ход игры.** Игроки двух команд, стоя в шеренгах лицом друг к другу на противоположных сторонах площадки (за линиями ”дома“), приседают и кладут руки на колени. По сигналу все игроки, прыгая из глубокого приседа, продвигаются вперед, стараясь быстрее пересечь линию противоположного дома. Прыгать разрешается только из положения глубокого приседа, руки с колен убирать нельзя. В игру можно включить упражнения, содействующие развитию силы рук. В этом случае игроки могут передвигаться в упоре сидя сзади ногами вперед либо спиной. Нарушивший способ передвижения, выбывает.

**Игра № Поезд**

**Ход игры.** Игра начинается со слов учителя:

До, ре, ми,

Фа, соль, ля, си!

Едет кошка на такси,

А котята прицепились

И бесплатно прокатились.

[Выбирают](http://lel.khv.ru/poems/poems.phtml?ctg=36) одного водящего. Он – ”паровоз“. Остальные – ”вагоны“. Каждый игрок-вагон строит себе депо: очерчивает небольшой круг. В центре площадки находится водящий – паровоз. У него нет своего депо. Он подходит то к одному вагону*,* то к другому. К кому он подходит, тот следует за ним. Так собираются все вагоны. Когда все вагоны собраны, паровоз дает сигнал (например, свистит в свисток) и все бегут в круги-депо, паровоз тоже. Игрок, оставшийся без места, становится водящим. Игру можно проводить под музыку.

**Игра № Принеси предмет**

**Ход игры.** Класс делится на 4 команды, которые выстраиваются в колонны по разным углам плошадки. В центре площадки устанавливается корзина (обруч), в которую кладут скакалки, большие и маленькие мячи, мешочки. Число предметов должно соответствовать количеству детей. По команде учителя дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к корзине, берут любой предмет ибегут к своей колонне, выполняя на обратном пути со взятым предметом условленное упражнение: прыжки через скакалку, подбрасывание и ловлю маленького мяча, ведение большого мяча, переноска на голове (плече) мешочка и т. д. Когда все дети в командах окажутся с предметами, учитель подводит итог. Затем дети кладут предметы в корзину и игра повторяется, но каждый участник должен уже взять другой предмет.

**Игра № Прыжок за прыжком**

**Ход игры.** Класс делится на две команды, каждая из которых выстраивается одна параллельно другой в колонну по два. Все пары играющих держат за концы скакалки на расстоянии 50—60 см от пола. По сигналу учителя первые пары каждой колонны быстро кладут скакалку на землю и бегут вдоль своей колонны до конца ее, один справа, другой слева от нее. С конца колонны они последовательно перепрыгивают через скакалки всех пар, стоящих в колонне. Возвратившись на свои места, оба игрока останавливаются, берут с земли свою скакалку и поднимают на высоту 50—60 см. Как только они подняли скакалку, игроки второй пары в колонне кладут свою скакалку на землю, прыгают через первую скакалку, также обегают свою колонну до конца, возвращаются, перепрыгивают через скакалки до своего места, берут свою скакалку и поднимают ее. Так же поступает третья и все остальные пары.

Пара может начинать перебежку только тогда, когда предыдущая пара возьмет с земли скакалку и поднимет ее. Игроки бегут с обеих сторон колонны, каждый с той стороны, которая ему ближе. Перепрыгивать через скакалки участники могут одновременно или один за другим, по своему усмотрению. Скакалки опускать на землю нельзя. Они должны быть на высоте 50—60 см. За ошибки начисляются штрафные очки.

**Игра № Сбей булаву**

**Ход игры.** Участники игры становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Перед их носками чертится окружность. В середине круга устанавливаются 5 булав (кеглей). У стоящих в кругу - волейбольный мяч. Выбирается защитник, который охраняет булавы от попадания в них мяча. По сигналу учителя дети, перебрасывая мяч друг другу, стараются сбить булавы. Когда все булавы сбиты, водящего меняют. На его место идет тот, кто сбил последнюю булаву.

**Игра № Слушай сигнал**

**Ход игры.** Гимнастическими скамейками обозначается квадрат. Участники двух-трех команд строятся, чередуясь, в колонну по одному и образуют замкнутый круг в пределах внутреннего квадрата скамеек. В 3 метрах от скамеек равномерно размечают на полу кружки (на два меньше количества играющих). Участники двигаются в колонну по одному по внутренней стороне квадрата. По ходу движения учитель подает различные команды (руки вверх, руки в стороны, руки к плечам, продвижение в приседе, продвижение на носках и т. п.). Внезапно раздается свисток, и по этому сигналу каждый участник перепрыгивает через скамейку и стремится занять любой из кружков. Двум участникам, которым не хватило места, начисляются штрафные очки и игра начинается сначала. Она состоит из 7-9 попыток. Эту игру хорошо проводить под музыкальное сопровождение. В этом варианте сигналом для занятия кружков является окончание музыки.

**Игра № Удочка**

**Ход игры.** На полу в ряд в 1 метре одна от другой ставят 5 – 10 кеглей (булав). Такое же количество играющих становится в 2 – 3 шагах от кеглей и получает по одной удочке с кольцом на конце. Кольцо немного больше, чем головка кегли. Задача участников игры – надеть кольцо на кеглю. Кто выполнил задание первым, получает одно очко. Игра повторяется 5-7 раз.

**Игра № Что изменилось?**

**Ход игры.** Дети становятся в круг. Учитель предлагает одному из играющих запомнить, в какой последовательности лежат предметы: обруч, скакалка, набивной мяч, флажок, а затем отвернуться или закрыть глаза. Учитель перекладывает один предмет на другое место и говорит: ”Отгадай, что изменилось?“ Если ребенок правильно указал изменение, то он выбирает кого-нибудь вместо себя. Если не отгадает, делает повторную попытку. После второй попытки (положительный или отрицательный результат) отгадывает уже другой участник игры, которого назначает учитель.