**Подвижные игры для детей школьного возраста на свежем воздухе**

**Цель:** подвижные игры в большой степени способствуют воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе.

**Назначение:** подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Для подвижной игры характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом. Эти действия частично ограничиваются правилами (общепринятыми, установленными руководителем или играющими), направленными на преодоление различных трудностей на пути к достижению поставленной цели. Ярко выражаемая в подвижных играх деятельность различных анализаторов создает благоприятные возможности для тренировки функций коры головного мозга, для образования новых временных как положительных, так и отрицательных связей, увеличения подвижности нервных процессов.
*Данное мероприятие может быть интересно*учителям физической культуры, педагогам дополнительного образования, работникам летних лагерей, организаторам в детских садах.

**Задачи:**
1. формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
2. воспитание воли, выдержки, дисциплинированности и других качеств;
3. усвоение занимающимися отдельных спортивно-технических приемов и их сочетаний;
4. прививать любовь к спорту.

Особенно ценно в оздоровительном отношении круглогодичное проведение подвижных игр на свежем воздухе: занимающиеся становятся более закаленными, усиливается приток кислорода в их организм. Игра оказывает большое воздействие на формирование личности: это такая сознательная деятельность, в которой проявляется и развивается умение анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы.
Современные дети мало двигаются, меньше, чем раньше, играют в подвижные игры из-за привязанности к телевизору и компьютерным играм. Уменьшается и количество открытых мест для игр. Родители и педагоги все более и более обеспокоены тем, как, где и когда можно предоставить детям возможность активно и творчески поиграть. А чтобы поддержать интерес детей к таким играм, они должны их узнать, и задача педагога помочь им в этом.

**«Клювокрыл»**

**Образовательная цель игры:** формирование творческого мышления, совершенствование межполушарных связей головного мозга.
**Педагогическое значение:** игра развивает пространственное и зрительное воображение, сообразительность.
**Подготовка к игре:**дети, становятся в одну шеренгу или полукруг. Напротив, них, так, чтобы его было видно всем, становится руководитель игры.
**Содержание и ход игры:** руководитель рассказывает, что играющие должны изобразить сказочное животное, руководствуясь подсказкой, заложенной в его названии, в котором первая и вторая части слова обозначают части тела, при этом правую руку они должны положить на часть тела, содержащуюся в первой части слова, а левую руку на часть тела, название которой находится во второй части слова. Например, руководитель говорит: «Ухонос!», на что игроки должны правой рукой коснуться уха, а левой рукой носа.
**Правила:**
1. Кисть правой руки кладется на ту часть тела, которая названа в первой части слова, обозначающей название сказочного животного, а левая рука на часть тела, названную во второй части слова.
**Вариант игры:** играющие разбиваются на пары и становятся напротив друг друга. Один из них показывает сказочное животное, а другой должен быстро ответить, какое животное он показал и в случае, если он отвечает правильно, он получает очко. После этого другой игрок показывает, а тот который смотрит, отвечает. Игра продолжается до заранее определенного количества очков.
**Методические рекомендации:**
1. Начинайте проведение игры с простого варианта, сообщая только названия, связанные с одной частью тела по предлагаемой схеме:
1.1. «Носоух»; «Носорук»; «Носоног»; «Носорот», «Носонос» - правая рука касается носа, а левая - уха, руки, ноги, рта,носа.
1.2. «Ухорот»; «Ухонос»; «Ухорук»; «Ухоног»; «Ухоух» - правая рука касается уха, а левая - рта, носа, руки, ноги, уха
1.3. «Руконос»; «Рукоух»; «Рукорук»; «Руконог»; «Рукорот» - правая рука касается другой руки, а левая носа, уха, руки, ноги, рта.
1.4. «Ногоух»; «Ногорот»; «Ногоног»; «Ногорук»; «Ногорот» - правая рука касается ноги, а левая уха, рта, ноги, руки, рта.
2. Наиболее сложный вариант, в котором встречаются все двадцать разновидностей сказочных животных, надо показывать только подготовленным игрокам.
3. Рекомендуйте учителям использовать игру во время проведения физкультминуток во время уроков.

**«Царь и работники»**

**Образовательная цель игры:**формирование творческого мышления, развитие познавательных способностей.
**Педагогическое значение:** игра развивает воображение, зрительную память, внимание, находчивость, ориентацию в пространстве.
**Инвентарь:** стул.
**Подготовка к игре:** выбирается «царь», который занимает место в одном конце зала за лицевой линией, из числа играющих выбираются два человека – это «царская свита», которые располагаются рядом с царем. Все остальные играющие это работники, которые приходят к царю наниматься на работу.
**Содержание и ход игры:** по сигналу руководителя работники подходят к царю и говорят:
*«Здравствуй, батюшка, наш царь – наш отец и государь!»*
Царь здоровается:*«Ну, здорово – молодцы, сразу видно удальцы!»*
Работники отвечают: *«Мы не просто молодцы, но и в работе удальцы!»*
Царь говорит: *«Мне работники нужны, но не все из них важны! Нужно мне, чтоб по приказу делали б два дела сразу! Коли ж дело не сложится, посажу вас всех в темницу!»*
Работники отвечают: *«Ты работу нам задай, а сам сиди и проверяй!»*
После этого царь дает работникам задание, свита показывает, как его нужно выполнить, после чего все играющие выполняют задание, а «свита» внимательно смотрит, и тех, кто не справился с заданием, отводит в темницу, где они выполняют ту работу, с которой не справились.
**Методические рекомендации:**
1. Приведенные задания расположены по степени сложности, поэтому всегда начинайте с самых простых и доступных.
2. Помните, задания могут быть нелепыми и смешными, что способствует развитию двигательного воображения.
3. Текст разучите до начала проведения игры или используй те шпаргалку.
4. Для создания ситуации успеха нужно начинать с простых и доступных заданий.
**Правила:**
1. Работников, которые не справились с заданием, свита отводит в темницу, где они пытаются научиться делать ту работу, которая у них не получалась.
2. Если работники, заключенные в темницу, освоили заданную работу, они могут обратиться к свите со словами:
*«Очень долго мы трудились и работе научились, время тратили не зря – всё для батюшки царя!»*
Свита смотрит, на самом ли деле работник правильно выполняет работу и если её качество их устраивает, игрок может присоединиться к остальным и продолжить игру.
3. Игрок, который без ошибок выполнил все задания, становится царем при следующем повторении игры.
**Примерные задания:**
1. Правой (левой) рукой дрова пилить, а левой (правой) гвозди колотить!
2. Левой (правой) рукой дрова пилить, а правой (левой) сено косить!
3. Правой (левой) рукой мух отгонять, а левой (правой) щи хлебать!
4. Правой (левой) рукой грибы собирать, а левой (правой) жар загребать!
5. Правой (левой) рукой коня ковать, а левой (правой) веником по спине поддавать!
6. Правой (левой) рукой воду в ступе толочь, а левой (правой) тесто месить!
7. Правой (левой) рукой щи хлебать, а левой (правой) на рояле играть!
8. Правой (левой) рукой писать, а левой (правой) за собой стирать!
9. Правой (левой) рукой мух отгонять, а левой коня подгонять!
10. Правой (левой) рукой дрова колоть, а левой (правой) мясо молоть!
11. Ногами в пляс пуститься, а руками грамоте учиться!
12. Ногами топать, а руками хлопать.
13. Ногами тесто месить, а руками меня веселить!
14. Правой (левой) плыть, а левой (правой) полы мыт

**«Найди свою пару»**

**Образовательная цель игры:** повторение и формирование навыков коммуникации и внутри командного взаимодействия.
**Педагогическое значение игры:** игра развивает зрительную память, внимание, находчивость.
**Инвентарь:** кроссовки, кеды, туфли и т.п.
**Подготовка к игре:**  играющие делятся на команды по пять – семь человек и становятся за лицевую линию как при проведении эстафет.
Напротив, на расстоянии 9-12 метров кладется обруч, в который участники должны положить свою обувь с правой (левой) ноги.
**Содержание и ход игры:** по сигналу руководителя играющие должны на одной ноге допрыгать до обруча, найти свою обувь, обуться и вернуться назад, передав эстафету следующему участнику.
**Правила игры:**
1. Игрок должен брать только свою обувь и одевать ее;, прежде чем возвращаться назад.
2. Побеждает команда, которая правильно и без ошибок выполнила задание.
3. Нельзя разбрасывать чужую обувь.
4. Если игрок принес чужую обувь, он должен сразу же отнести ее; на место.
**Вариант игры:**
Игрок, который стоит первым не разувается, а по сигналу смотрит на обутую ногу игрока, который стоит вторым, запоминает, во что он был обут, бежит и находит обувь с его ноги и приносит ее; своему игроку, который обувается, запоминает, какая обувь была у третьего игрока, бежит и приносит его обувь и т.д., пока вся команда не окажется обутой.
Игрок может бросать найденную пару, а следующий игрок должен ее; поймать.
Можно условиться, что любой игрок может приносить обувь нескольких человек (например, второго и третьего игрока).
**Методические рекомендации:**
1. Для увеличения сложности можно нарочно поручить одной части команды снять обувь с левой ноги, а другим с правой ноги.
2. Помните, игру нужно проводить после предварительной тренировки и обращать внимание на правильность одевания обуви (она должна быть полностью одета).
3. Проводите игру во время туристических слетов или спортивных праздников в лагере.
4. Вы можете положить и обувь, не принадлежащую никому из игроков, что сделает игру более эмоциональной.

**«Резиночка»**

**Образовательная цель игры:** формирование пространственного воображения.
**Педагогическое значение:** игра развивает зрительную память, внимание, пространственное воображение, находчивость, ориентацию в пространстве, решительность.
**Инвентарь:** длинный кусок резинки, связанный на концах, два стула.
**Подготовка к игре:** играющие разбиваются на тройки, при этом два игрока одевают резинку на обе ноги и растягивают ее; так, чтобы образовался узкий прямоугольник.
**Содержание и ход игры:** прыгающий наступает на резинки или впрыгивает между ними в определенной последовательности, используя следующие варианты:
1. Прыжок, не наступая на резинку, при этом она оказывается между ногами.
2. Прыжок внутрь.
3. Внутри ноги перекрещиваются.
4. Снаружи ноги перекрещиваются.
5. Прыгнуть и перевернуться.
6. Прыгнуть, наступив на резинки.
7. Перепрыгнуть через обе резинки.
8. Растянуть резинки в стороны, широко расставив ноги в прыжке.
**Правила:**
1. Игрок должен выполнить заранее задуманную комбинацию прыжков.
**Методические рекомендации:**
1. Начинать нужно с разучивания отдельных элементов.
2. Давайте задание на дом, так как совершенствоваться в данной игре можно и самостоятельно, используя для поддержания резинки стулья.
3. Поскольку игра традиционно считается девичьей, проводить ее; лучше с девочками.
4. Сделайте так, чтобы участники игры сами придумывали варианты прыжков.

**«Отгадай, кто бросил?»**

**Образовательная цель игры:**формирование интуиции и умения анализировать.
**Педагогическое значение:** игра развивает наблюдательность, внимание.
**Инвентарь:** волейбольный мяч.
**Подготовка к игре:** играющие образуют полукруг, из их числа выбирается водящий, который становится в середину полукруга, становится спиной к полукругу и закрывает глаза.
**Содержание и ход игры:** руководитель ходит за кругом, и незаметно дает мяч одному из играющих, который бросает его в ноги водящего. Как только мяч коснулся ног водящего, тот открывает глаза, поворачивается и старается отгадать, кто бросил в него мяч.
**Правила:**
1. Если водящий отгадал игрока, бросавшего мяч, они меняются местами.
2. Водящий не должен открывать глаза до момента касания его ног мячом.
3. Нельзя бросать мяч выше пояса.
**Вариант игры:**
Играющие делятся на две команды, которые строятся в шеренгу на расстоянии четырех метров друг от друга. Игроки одной команды поворачиваются кругом и закрывают глаза. Игроки другой команды могут передавать мяч друг другу, после чего один из них катит мяч по полу, стараясь попасть в ноги игрока противоположной команды. Как только мяч коснется игрока, тот открывает глаза и старается отгадать, кто катил мяч. Остальные игроки команды при этом поворачиваются кругом. Если игрок правильно отгадывает, его команда получает очко, после чего команды меняются ролями, и катят мяч уже игроки другой команды. Побеждает команда, которая в установленное время получает больше очков.
**Методические рекомендации:**
1. Напоминайте игрокам, что мяч можно не бросать, а катать по полу.
2. Следите за тем, чтобы мяч не бросался слишком сильно.

**«Колечко»**

**Образовательная цель игры:** формирование навыков выразительной речи.
**Педагогическое значение:** игра развивает наблюдательность, внимание, воображение, находчивость.
**Инвентарь:** кольцо.
**Подготовка к игре:** дети становятся в круг, соединив ладошки лодочкой, из их числа выбирается водящий, в руках у которого кольцо, или предмет, его заменяющий.
**Содержание и ход игры:** водящий поочередно подходит к каждому из играющих, делая вид, что он передает кольцо, так же держа свои руки лодочкой. Пока водящий обходит ребят, те произносят речитатив:
*Колечко, колечко, скатилось с крылечка
Колечко, колечко, скатилось с крылечка
Кто колечко найдет, тому счастье придет!
Кто колечко найдет, тому счастье придет!
Колечко, колечко, выйди на крылечко!*
После произнесения речитатива тот, у кого оказалось колечко, поворачивается спиной к кругу, вытягивая вперед руку ладонью вверх, показывая кольцо, лежащее на ладони. Два игрока, стоящих рядом с обладателем колечка, быстро бегут в противоположные стороны вокруг круга, стараясь опередить друг друга, и первым взять кольцо.
**Правила:**
Тот, кто первым возьмет кольцо с ладони, становится водящим.
**Методические рекомендации:**
1.Текст речитатива разучите с детьми заранее.
2.Сами выступите в роли водящего.

**«Радуга»**

**Образовательная цель игры:** формирование умения уверенно держаться.
**Педагогическое значение:**игра развивает внимание, воображение, находчивость.
**Подготовка к игре:** дети располагаются в одну шеренгу за линией старта, из их числа выбирается водящий, который становится напротив играющих.
**Содержание и ход игры:**водящий, называет какой – либо понравившийся ему цвет, а дети должны найти в своей одежде, какую- нибудь деталь такого же цвета, положить на нее; руку и перебежать за другую линию. Если такого цвета нет, то игроки должны сделать вид что цвет есть и постараться «нелегально» проникнуть за линию. Водящий старается определить и осалить нарушителя.
**Правила:**
1.Водящий свободно пропускает тех, у кого в одежде есть названный цвет.
2.Игроки, которых запятнал водящий, становятся его помощниками.
3.Игра продолжается, пока не останется два – три человека, которые объявляются победителями.
**Методические рекомендации:**
1.При проведении данной игры водящему нужно обращать внимание на цвет формы игроков, и ориентироваться на наиболее распространенные цвета.

**«Стоп зазнайка!»**

**Образовательная цель игры:** совершенствование глазомера, умения правильно определять расстояние до предмета.
**Педагогическое значение:** игра развивает наблюдательность, внимание, воображение, находчивость.
**Содержание и ход игры:** дети слушают водящего, который называет первую и последнюю букву загаданного слова, после чего уточняет, к какой группе предметов относится загаданное слово. Первый, кто правильно догадался, выкрикивает слово, и если ответ верный, стремительно убегает, а отгадавший игрок должен произнести слова:
*Стоп зазнайка, точка, запятая, раз, два, три – беги не смотри!*
При слове *«смотри»* водящий должен быстро остановиться.
Игрок на «глаз» определяет расстояние до ведущего в шагах, используя не менее двух видов шагов:
**Виды шагов:**
1. «Гигантские шаги» – максимально возможные для данного игрока шаги с фазой полета.
2. «Большие шаги» - максимальные шаги без фазы полета.
3. «Маленькие шаги» - обычные шаги.
4. «Муравьиные шаги» – шаги, равные длине стопы.
**Правила:**
1. При определении дистанции обязательно использовать два вида шагов.
2. Если игрок запятнал другого игрока, сделав названное количество шагов, то он становится новым водящим.
**Методические рекомендации:**
1.Карточки с вариантами заданий подготовьте заранее, не рассчитывая на то, что дети сами смогут быстро придумать нужные слова.
2. Разбейте играющих на большее количество команд, это повысит интерес к игре.