

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

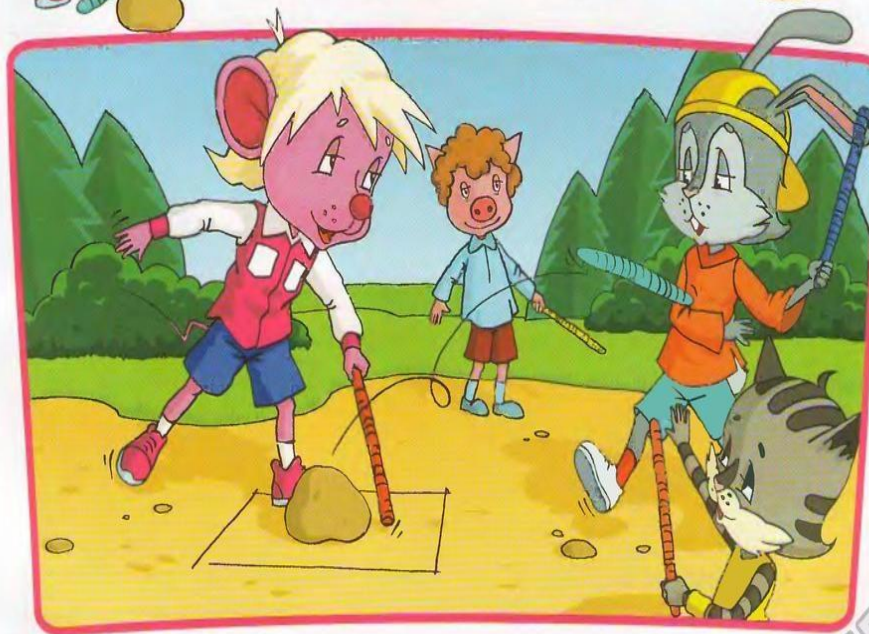


А у нас во дворе
нескучно детворе!



На земле мелом или острой палочкой чертят квадрат — «клетку для чижики», в ее середине устанавливают камень, на который кладут палочку — «чижики». У каждого игрока должна быть большая палка.

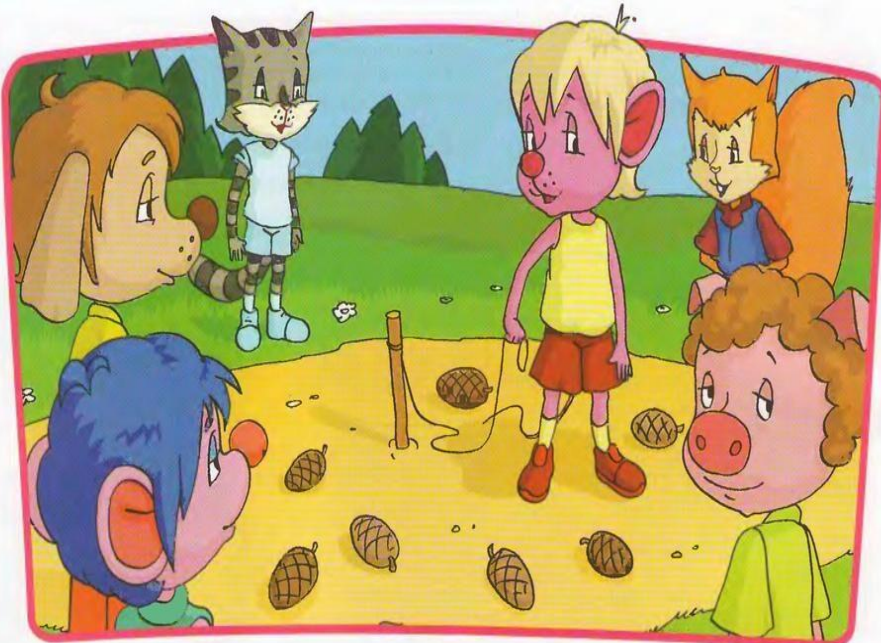
ЧИЖИК



Правила игры

1 Все игроки по очереди подходят к «клетке» с другой длинной палкой и бьют по «чижику», который от удара подлетает вверх.

2 Другие игроки бьют «чижики» на лету, стараясь загнать его обратно в «клетку». Правда, нужно быть очень внимательным и аккуратным, чтобы самому не попасть под удар вместо «чижики».



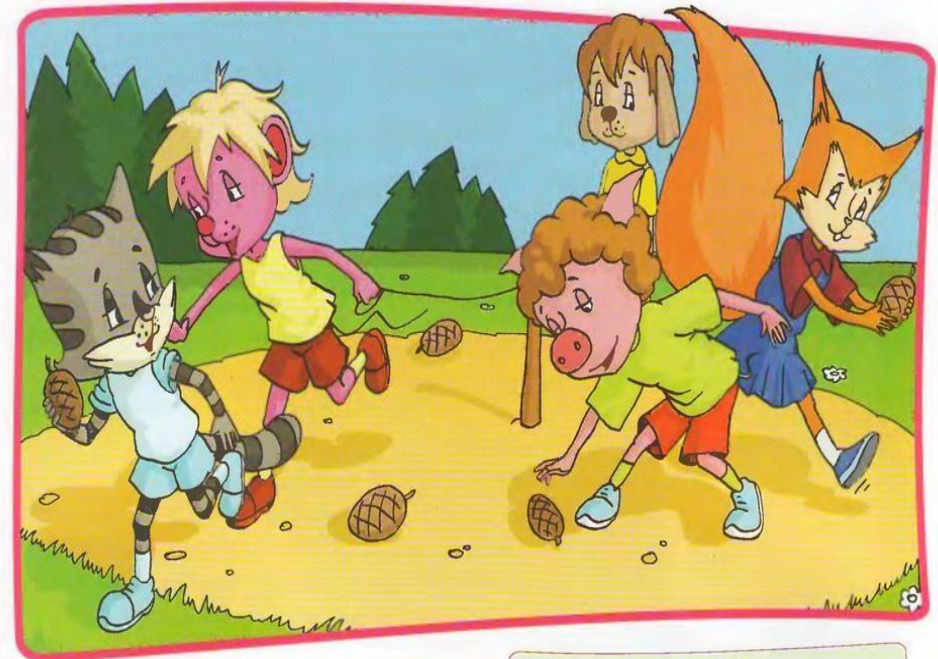
ПЯТНАШКИ НА ВЕРЕВОЧКЕ

Салки, салочки, пятнашки – забава, известная всем и каждому. Но вот еще один интересный вариант этой игры. Игра на время.



Правила игры

1 К столбику привяжите веревку длиной 3–4 метра. Вокруг столбика очертите круг того же радиуса.



2 Внутри круга разбросайте два десятка камешков (шишек, палочек и т. п.). Это богатство будет сторожить ведущий.

3 Остальные игроки (человек пять), располагаются за пределами круга. Их задача – собрать и вынести из круга все камешки.

Ведущий одной рукой должен держаться за веревку, а другая у него свободна для того, чтобы пятнать неосторожных игроков.

4

Тот, кого запятали, из игры выбывает. Через условленное время водила меняется.

5

6 Ведущим становится игрок, собравший меньше всех камешков.

7 Лучшим игроком становится тот, кто в течение игры смог собрать самое большое число камешков.

МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ

Игроки
выбирают
водящего
и начинают игру.



Правила игры

1 Ведущий встает спиной к игрокам. Игроки на расстоянии 5 метров от него выстраиваются в линию.

2 Ведущий медленно начинает: «Море волнуется раз...» Дети начинают движение к ведущему. Тот продолжает так же медленно: «Море волнуется два...», «Море волнуется три...»



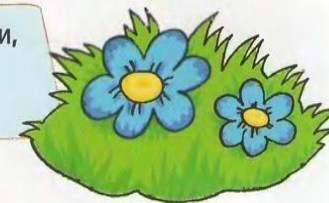
И быстро: «Морская фигура на месте замри!!!» Тут ведущий резко оборачивается, и все застывают в той позе, в которой оказались.

3

Ведущий критически осматривает ребят. Смеяться или шевелиться нельзя. Тех, кто не выдержал и пошевелился или засмеялся, ведущий удаляет из игры.

4

5 Если после первого кона остаются шаги, то ведущий снова отворачивается и повторяет: «Море волнуется раз...»



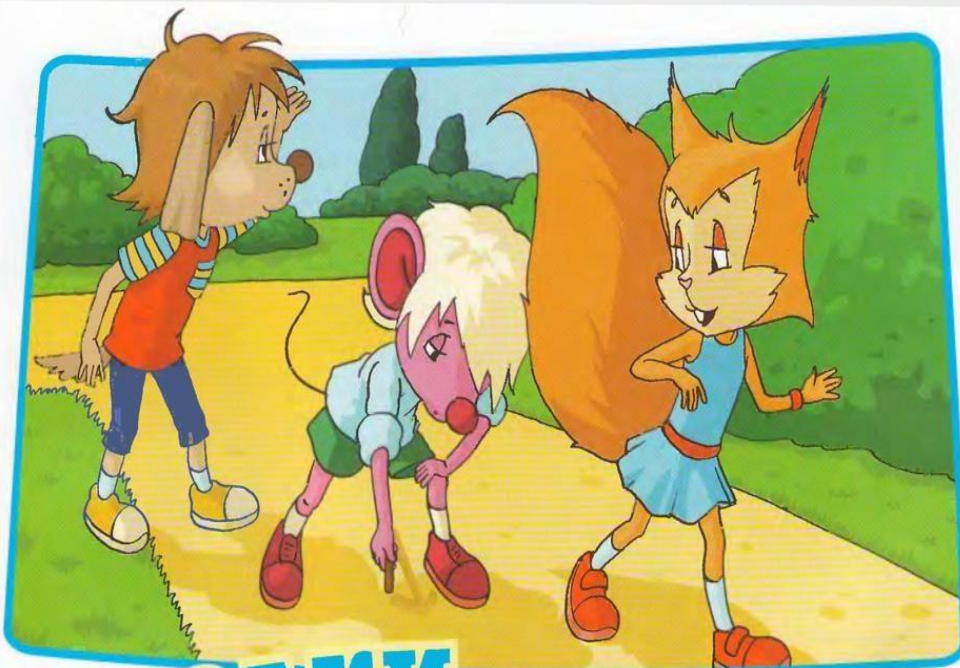
Выигрывает тот, кто сможет тихо подобраться к ведущему, не засмеяться и не шевельнуться после слова «замри».

6

Выигравший становится ведущим, а тот встает к игрокам, игра продолжается.

7





КАЗАКИ-РАЗБОЙНИКИ



Соберите большую компанию, человек 10-12. Все игроки делятся на две команды. По жребию определяют, какая команда будет казаками, а какая – разбойниками.

Правила игры

1

В назначенном месте команда казаков начинает водить. Игроки считают вслух до 100.



2

В это время разбойники убегают, по пути оставляя стрелки мелом (или веткой на земле), указывающие направление движения.

3

Стрелки ставятся не слишком часто и не всегда на видном месте (на стволах деревьев, на стенах домов, на деревянных скамейках, на асфальте).

На перекрестках и развилках дорог стрелки могут раздваиваться, чтобы запутать команду казаков.

4

Можно ставить стрелки-обманки. Обманка ставится близко к предыдущей стрелке, казаки бегут по ней, а на второй стрелке в этом направлении пишут «обманка». Казаки возвращаются назад и ищут правильную стрелку, которая не бросается в глаза.

5

6

Задача казаков поймать всех разбойников. Достаточно увидеть разбойника и крикнуть: «Вижу Сашу...», игрок считается пойманным. Игру можно проводить во время. Затем команды меняются ролями.

БРЕДЕНЬ



Все участники делятся на две команды.
Одна команда – это рыбы, другая команда – бредень. Игра идет на время.

Правила игры

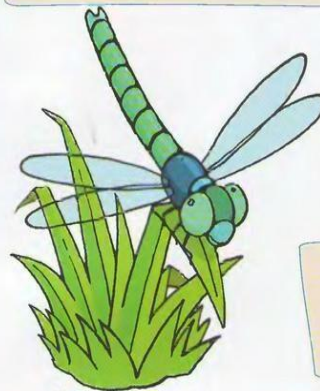
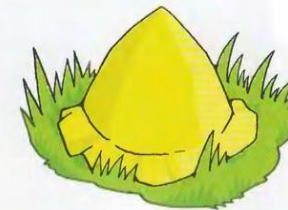
1

Игроки одной команды, взявшись за руки, образуют «бредень» и ловят на площадке игроков второй команды – «рыбу».



2

Рыба считается пойманной в том случае, если рыбакам удастся образовать вокруг нее круг. Пойманные игроки выбывают из игры.



Через отпущенное время команды меняются ролями.

3

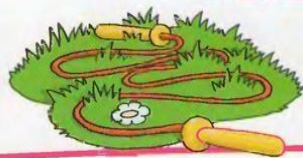
4

Выигрывает команда, поймавшая за отпущенное время больше рыбы.





НЕУЛОВИМЫЙ ШНУР



Для игры потребуется 4-метровый шнур или три связанные между собой скакалки. Играть можно дома или на улице. Если компания большая, все игроки делятся на команды и участники соревнуются попарно.

Правила игры

1

Шнур ровно кладут на землю.

2

У противоположных концов скакалки спиной встанут два соревнующихся участника игры.



3

По сигналу ведущего оба игрока одновременно бегут против часовой стрелки вокруг скакалки.

4

Задача каждого игрока – вернуться на свое место, встать спиной к скакалке, расставив ноги, наклониться и дернуть за конец шнура.

Кто сумеет сделать это первым, выигрывает.

5

Затем соревнуется вторая пара.

6

7

Команда-победитель определяется по числу игроков, выигравших в паре.

Совет

Можно провести конкурс между победителями, где определится сильнейший.



БАБКИ

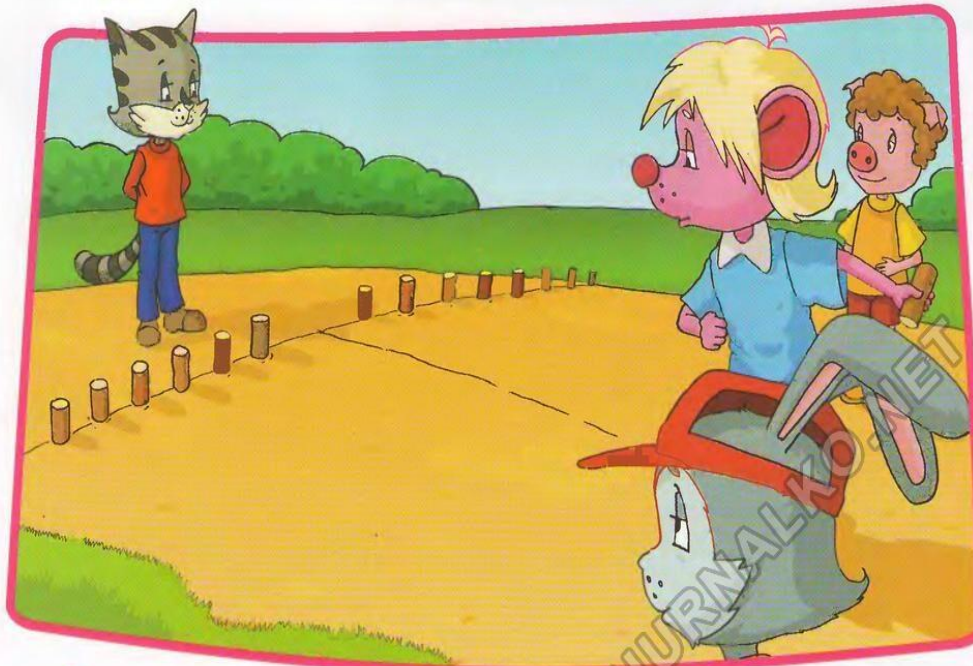


Игроки делятся на две команды.
Для каждой команды готовится 10 бабок
(деревянных чурок) и один биток
(самая крупная бабка).

Правила игры

1

На одной линии каждая команда
выставляет свои 10 бабок.
Для каждой из команд проводится
линия броска на расстоянии 3 м.



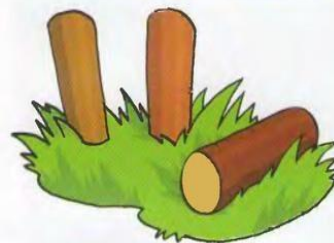
2

Игру начинает одна из команд –
по жребию. Игроки команды
по очереди бросают биток
по своему забору.



3

Затем бросает
биток по своему
забору другая
команда.

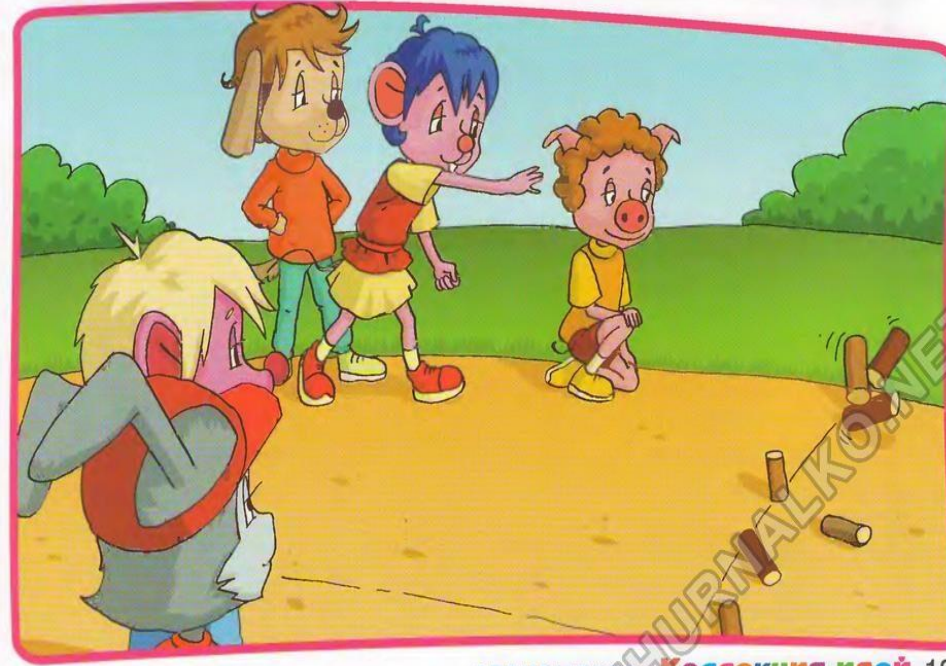


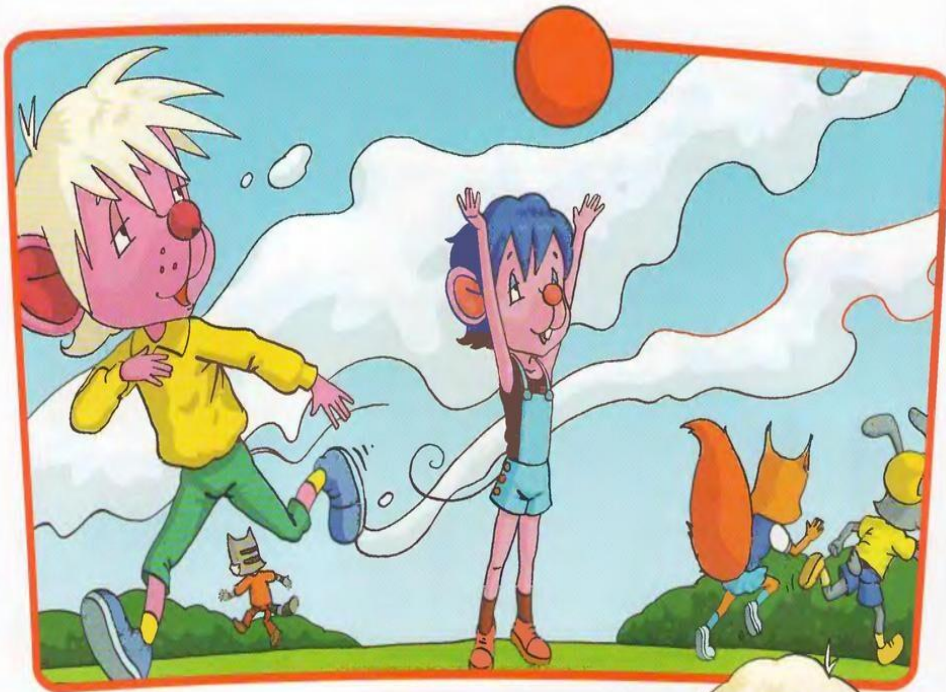
4

По заданию ведущего бабки
сбивают разными способами.
Например, по одной, по две бабки
с одного конца. Если сбито больше
фигур, они ставятся вновь.

5

Побеждает команда,
сумевшая наименьшим
числом бросков сбить
все бабки.





ШТАНДР

Это одна из самых любимых игр нашего двора!

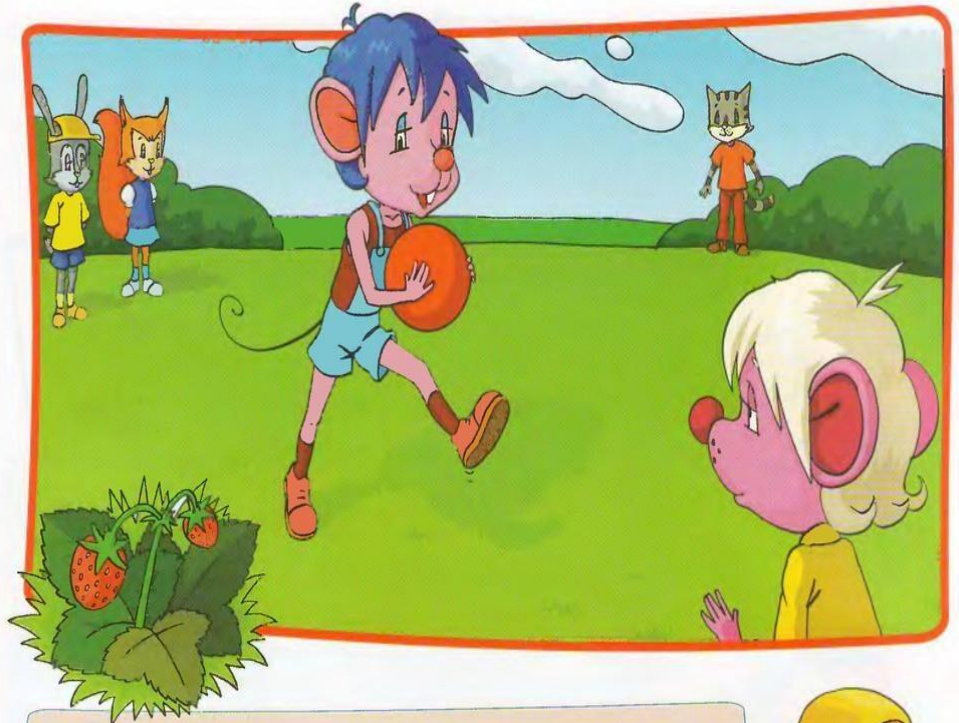
Правила игры

1

Все игроки собираются в круг. В центре круга стоит ведущий с мячом в руках.

2

Ведущий подбрасывает мяч и кричит «штааандррр!» Все игроки разбегаются. Пока мяч в воздухе, надо успеть убежать как можно дальше.



3

Когда мяч окажется снова в руках у ведущего, он выбирает из игроков того, кто ближе к нему. Ведущий на глаз определяет расстояние до игрока и громко называет количество шагов, которые необходимо сделать, чтобы добраться до него.

4

Ведущий делает шаги в сторону игрока, громко считая. Количество шагов называется один раз, переигрывать нельзя, это «несчитово».

Например: ведущий крикнул: «Три шага». Сделав три шага, ведущий с этого расстояния должен попасть мячом в игрока.

Если ведущий попал, он становится участником игры, а выбивший игрок – ведущим. Если не попал – кон начинается сначала.

СКАКАЛКА- ПОДСЕКАЛКА



Для игры понадобится скакалка или двухметровая веревка, к концу которой привязан мешочек из плотной ткани, наполненный песком весом 150–200 г. Играть лучше на ровной площадке.

Правила игры

1 Игроки выбирают ведущего, он берет скакалку и выходит на середину. Остальные игроки располагаются по кругу.



2 Присев на корточки, ведущий вращает скакалку по кругу, не поднимая слишком высоко.

Тот игрок, кого скакалка «подсекла» (задела), выбывает из игры.

4

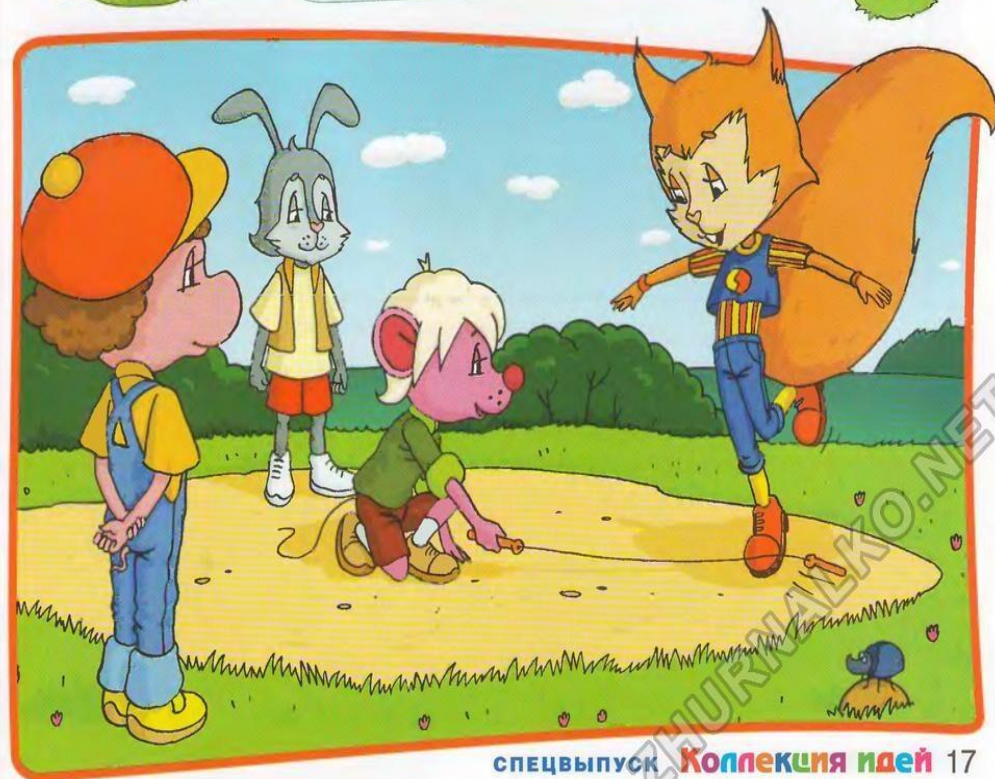
3 Игроки перепрыгивают через нее, стараясь не коснуться скакалки ногой.

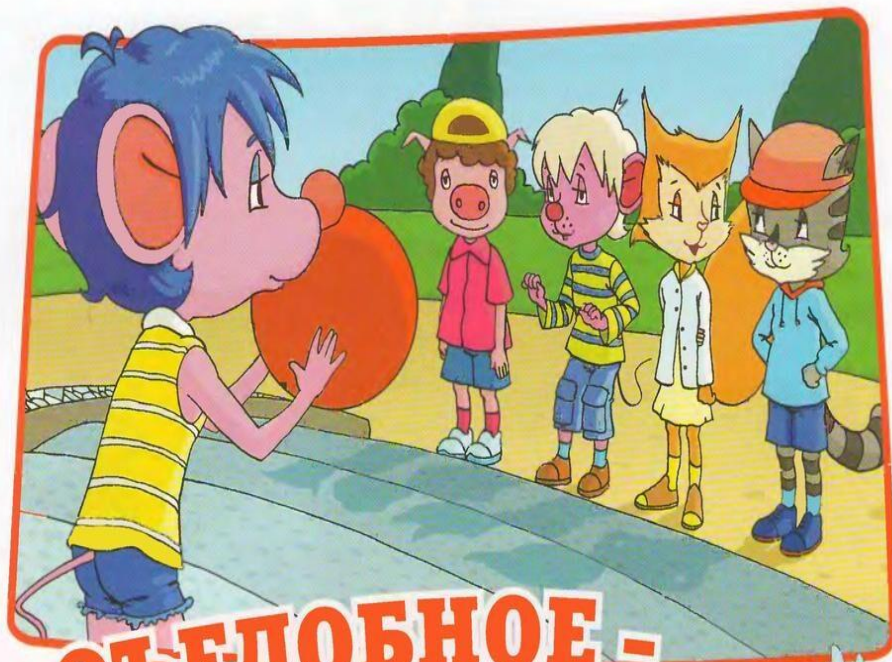
Игра продолжается до последнего игрока. Кто останется в кругу последним, тот победит.

5



Совет Можно усложнить игру, постепенно увеличивая подъем скакалки.





СЪЕДОБНОЕ - НЕСЪЕДОБНОЕ

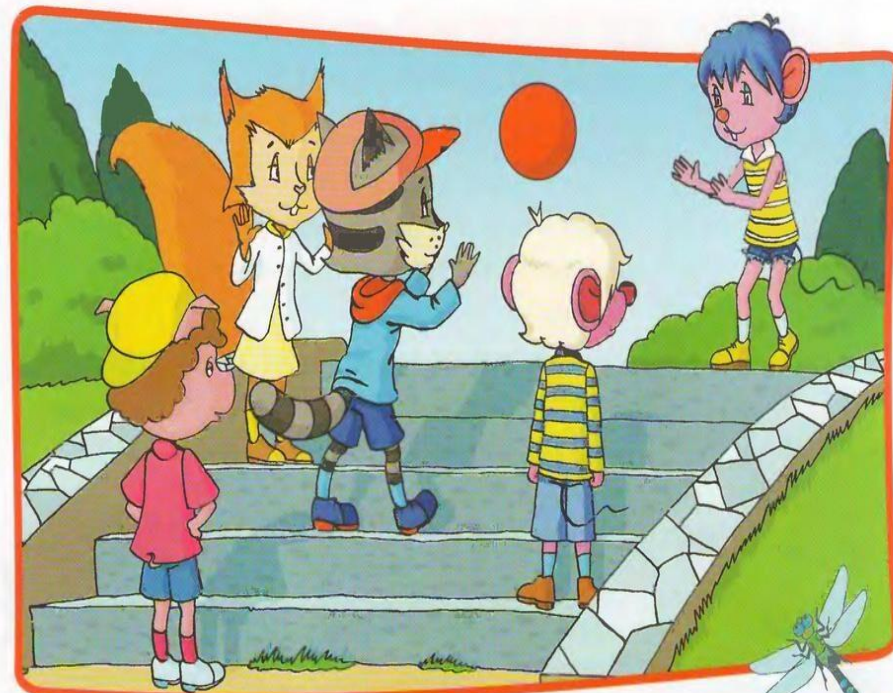


На игровом поле чертят линии.
Расстояние между линиями – один шаг.
Можно играть на широкой лесенке.

Правила игры

1

Все игроки встают перед первой линией, и ведущий бросает мяч первому игроку. Во время броска ведущий громко и четко называет предмет.



2

Если слово ведущего обозначает «съедобный» предмет (конфета, мороженое), игрок должен поймать мяч.

3

Если слово ведущего обозначает «несъедобный» предмет (лавочка, ластик), игрок должен пропустить или отбросить мяч.

Если игрок правильно определил: «съедобное» – «несъедобное», то он переходит на следующий уровень – на следующую линию (или переходит на следующую ступеньку).

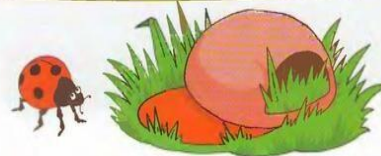
4

Игрок, который первым дойдет до последней черты, выигрывает и становится ведущим.

5

Совет

Можно провести конкурс между победителями, где определится сильнейший.



ЧЕЛНОК

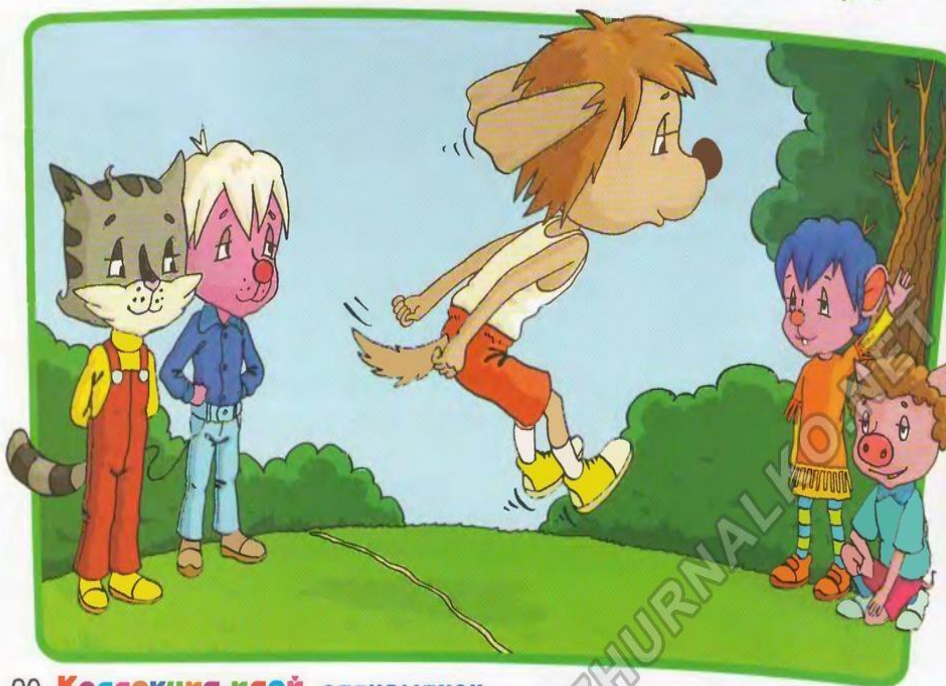


Посередине площадки проводят черту. Игроки делятся поровну на две команды (лучше по 4–6 человек). Каждая команда выбирает себе половину игрового поля (слева от черты или справа).

Правила игры

1

Представитель левой команды выходит к черте и прыгает с места как можно дальше от черты на свое поле. Это место отмечают.



К отметке, куда допрыгнул представитель левой команды, выходит представитель правой команды и прыгает в обратном направлении, к черте, стараясь допрыгнуть до своего поля. Это место также отмечают.

2

3

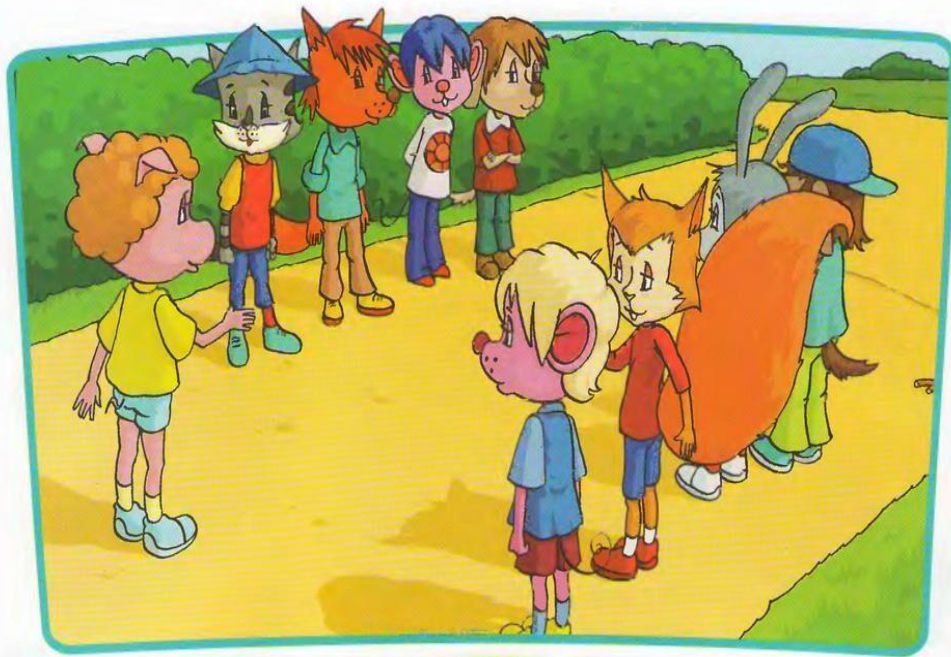
После этого выходит следующий представитель левой команды, встает на вторую отметку и прыгает в обратную сторону, от черты.



После того, как все игроки прыгнут, подводят итоги. Если последний прыжок оказался слева от черты, побеждает левая команда, если справа, то правая.

4





ВОРОБЬИ И ВОРОНЫ



Все игроки делятся на две команды.
Главное в игре – не пропустить команду ведущего.

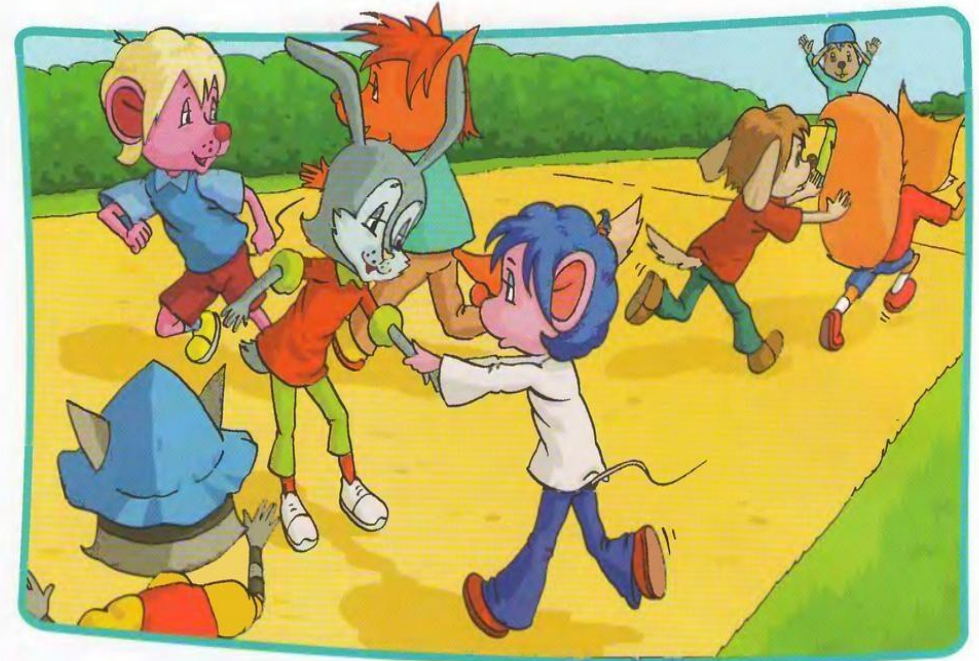
Правила игры

1

Обе команды выстраиваются в две шеренги посредине площадки. Расстояние между шеренгами – 2–3 м.

2

Первая шеренга – «воробьи», вторая – «вороны».



Ведущий дает команду: «Воробьи» – игроки из первой шеренги разбегаются, пытаются скрыться за линией «дома», расположенной в конце площадки.

3

Игроки из второй шеренги – вороны, их ловят. Затем ведущий дает команду – «вороны» – и игроки меняются ролями.

4

Ведущий одну и ту же команду может дать 2 раза подряд. На выполнение команды отводится определенное время.

5

Побеждает команда, которая поймает большее количество игроков-соперников за отведенное время.

6



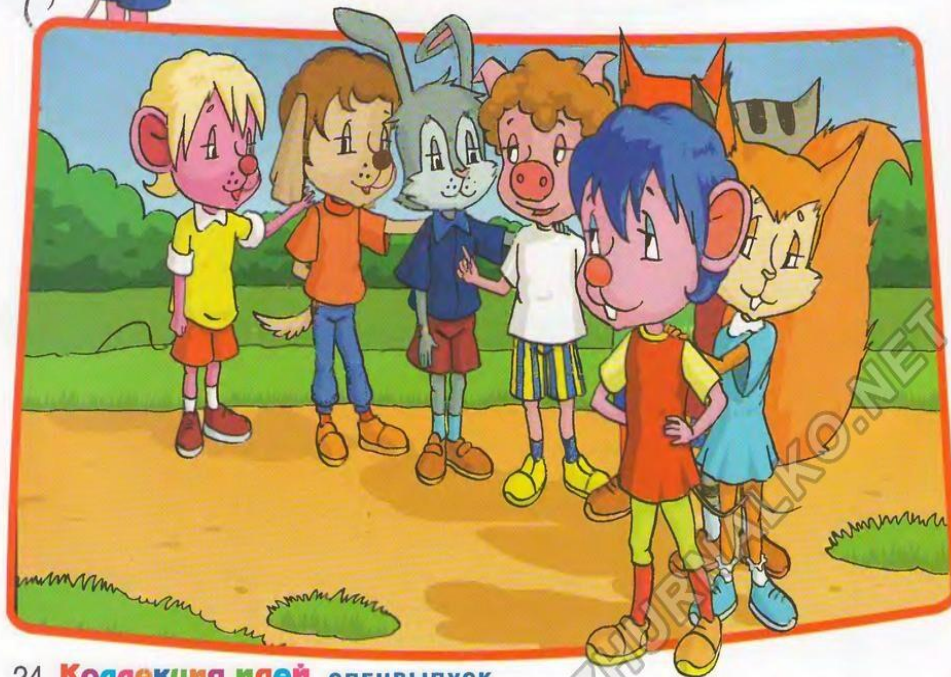
ДРАКОН, КУСАЮЩИЙ СВОЙ ХВОСТ



Играть можно на улице. Минимальное количество игроков в этой старинной китайской игре – 9–10 человек.

Правила игры

- 1 Игроки выстраиваются друг за другом. Игрок кладет правую руку на правое плечо стоящего впереди игрока. Первый игрок – голова дракона, последний – его хвост.



2

Цель головы – поймать хвост. Тело дракона (остальные игроки) находится в постоянном движении и послушно следует за головой.

Цепочка игроков не должна разрываться. Тот, по чьей вине произошел разрыв, становится головой.

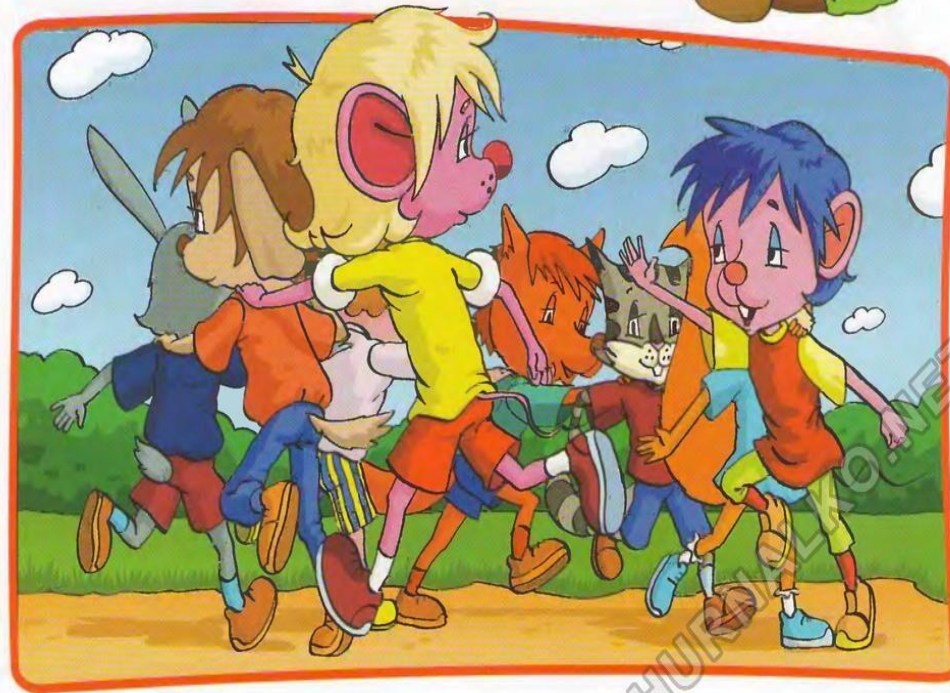
3

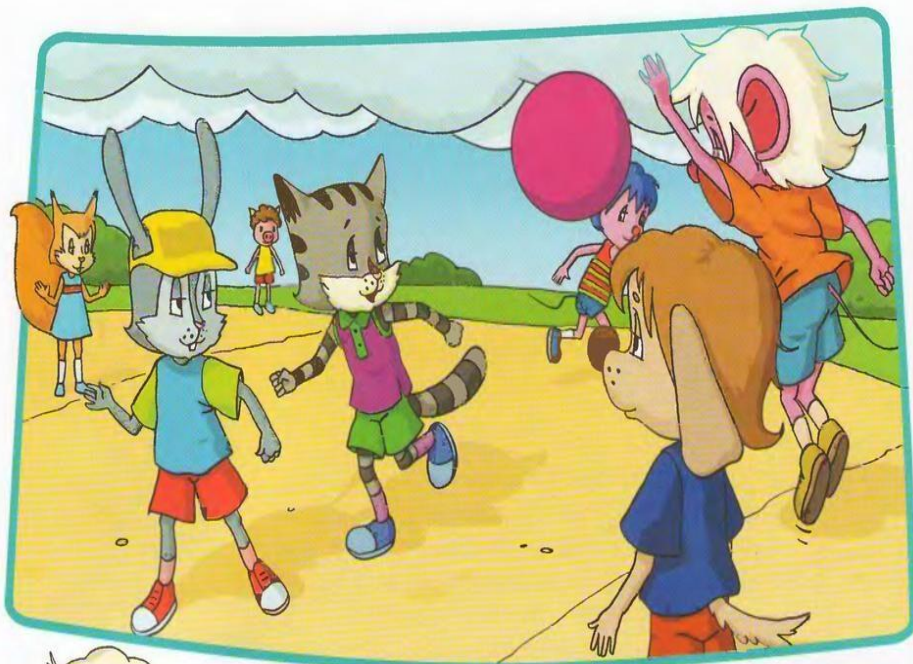
Тело дракона подыгрывает хвосту, не давая голове его ухватить.

4

5

Когда голова поймает хвост, последний в колонне игрок идет вперед, становится головой, а новым хвостом – игрок, бывший предпоследним.



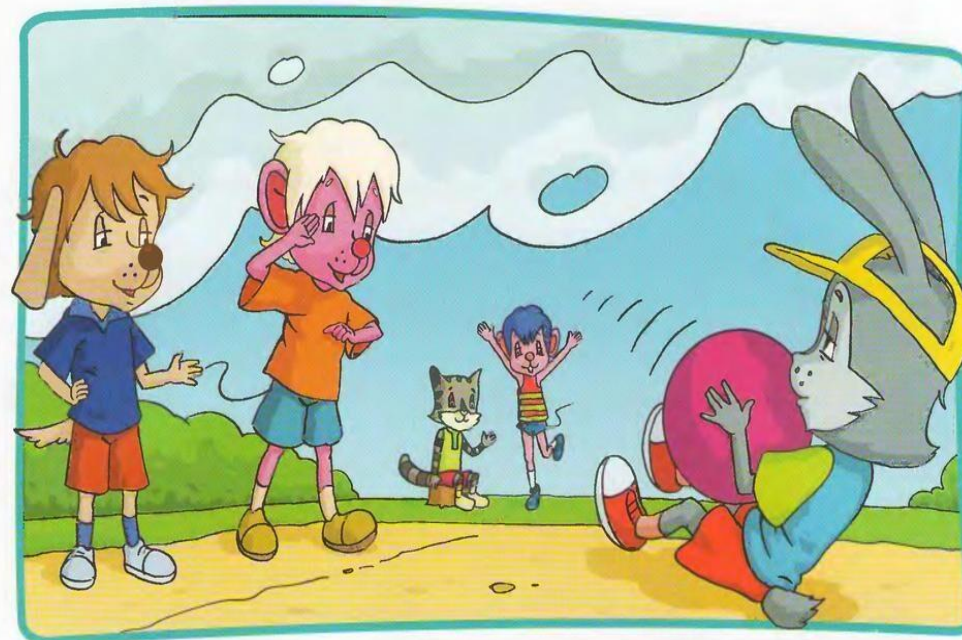


Для игрового поля выберите площадку длиной 8-10 метров. Хорошо, когда участников много. Все игроки делятся на две команды.

ВЫШИБАЛЫ

Правила игры

1 Поле очерчено с двух сторон линиями, за которыми стоят вышибалы (одна из команд), на поле другая команда – игроки.



2 Задача команды вышибал – выбить мячом игроков другой команды с поля. Мяч подается поочередно от одного вышибалы к другому. Выбитый игрок выходит с поля.

У последнего игрока на поле есть шанс вернуть свою команду на поле. Назначается штрафное количество бросков, от которых игрок должен вернуться. Оно соответствует числу игроков в его команде.

4

5 Если во время штрафного кона игрок ловит свечку, то после первого вышибания он может продолжить борьбу.

6 Если игрок сможет вернуться от штрафного числа бросков команды вышибал, то команда игроков возвращается на поле.

3 Если кто-нибудь из оставшихся игроков поймает мяч – свечку, брошенный вышибалой, то один из выбитых игроков по решению команды возвращается на поле.

КАРТОШКА



Эта игра проводится на лужайке или на открытом пространстве во дворе. Для игры нужен легкий надувной мяч и веселые друзья.



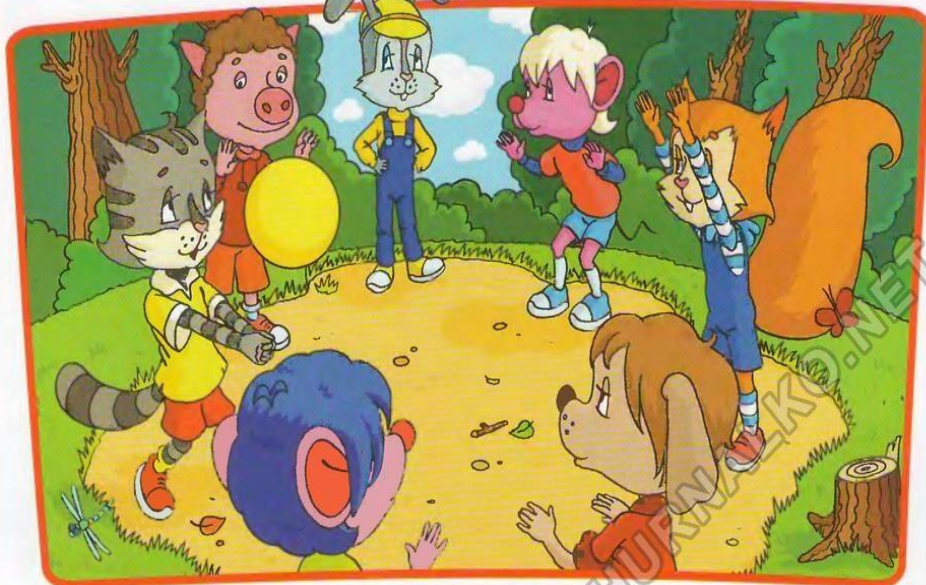
Правила игры

1

Все участники стоят по кругу и перекидывают друг другу мяч – ловят или отбивают, как в волейболе.

2

Тот, кто пропускает или роняет мяч, садится на корточки в центр круга и становится «картошкой». К нему подсаживаются другие игроки, допустившие ошибку, «картошка» разрастается.



3

Участники игры, стоящие в круге, продолжают игру, время от времени сильным ударом направляют мяч на «картошку».

4

Если мяч после удара по «картошке» падает на землю, то он не считается пропущенным, и игра возобновляется.

5

Если же игрок не попал мячом в сидящих, он сам занимает место рядом с ними.

5

6

Если «картошке» удастся поймать мяч (наподобие «свечи»), то «картошкой» становится потерявший мяч, а остальные игроки выходят из круга.

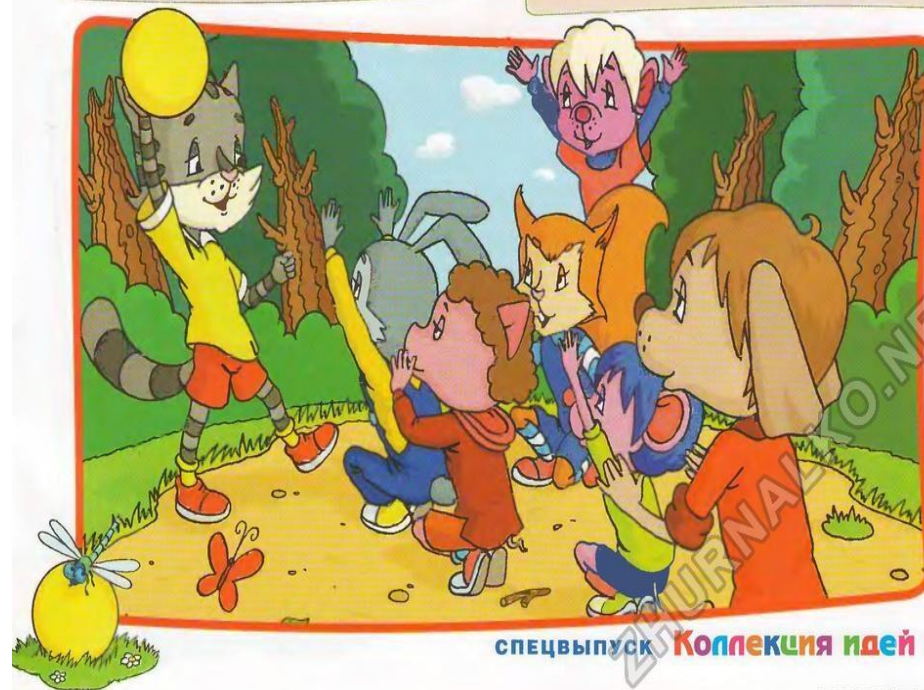
6

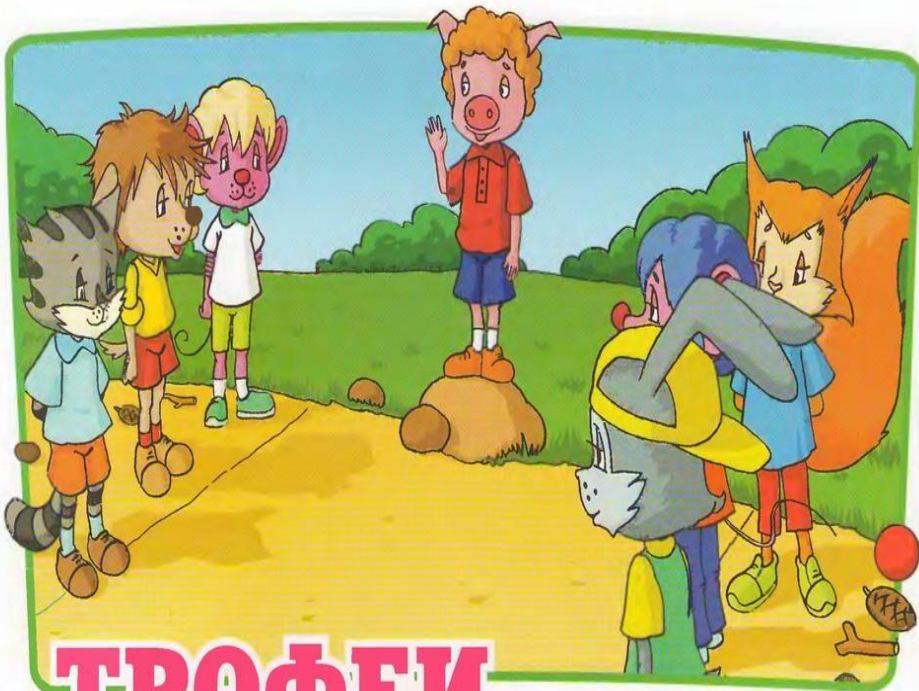
7

Для сидящих в центре есть свои правила. Если игрок-«картошка» поймал мяч и при этом встал, то этот мяч не засчитывается, поскольку «картошка» не растет.

8

Последний из двух оставшихся игроков, уронивший мяч на землю, становится первой «картошкой» нового кона.





ТРОФЕИ



Все игроки делятся на две команды, игровая площадка делится пополам. В противоположных концах за границей площадки находится по 10 трофеев от каждой команды (любые одинаковые предметы – шишки, палки и т. д.)

Правила игры

1 По сигналу ведущего игроки обеих команд начинают перебегать на сторону противника, стремясь завладеть трофеями.



2 За одну перебежку игрок может взять только один трофей и унести его на свою сторону.



Каждому игроку разрешается не только брать трофей противника, но и салить на своей площадке пробегающих с трофеями соперников из другой команды.



Осаленный игрок отдает трофей тому, кто его осалил, а сам остается на месте, ожидая, когда его выручит игрок своей команды (коснется рукой).



5 Выигрывает команда, которая первая сумеет перенести на свою сторону все трофеи противника.



ЧЕТЫРЕ УГЛА

У этой игры были разные названия: «Уголки», «Угольники», «Кумушка», «Ключи». Играть в нее можно и летом, и зимой. Для игры необходимо начертить четырехугольник. В игре принимают участие 5 человек.

Правила игры

1 Четыре игрока становятся по углам, а пятый (иногда его зовут мышкой) – посредине, он водит. По его слову игроки меняются местами, перебегая из угла в угол.

2 Водящий в это время старается занять любой из освободившихся углов. Игрок, не успевший занять ни одного угла, становится новым водящим.