**Картотека игр на свежем воздухе**

[***Удочка***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fair_2%2Fudochka-2)

**Цель игры:**развитие ловкости, координации дви­жений.

Из общего числа играющих выбирается водящий. Ос­тальные игроки встают в круг диаметром 3—4 м.

Водящий становится В центр крута. У него в руках веревочка длиной 2 м с привязанным к концу мешочком с песком. Водящий вращает веревочку так, чтобы мешо­чек с песком летел над уровнем пола на высоте 5—10 см.

Каждый из играющих должен подпрыгнуть и про­пустить летящий мешочек. Тот, кого водящий задел ле­тящим мешочком, получает штрафное очко. Подсчиты-вается общее число штрафных очков после того, как ме­шочек совершит 8—10 полных кругов. Побеждает тот, кого веревочка ни разу не задела по ногам.

После смены водящего игра начинается сначала.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fair_2)
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost)

[***Гуси-лебеди***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fair_2%2Fgusi-lebedi)

**По цели и характеру** является разновидностью игры «[Ловишка](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Flovishka-dogonyalki-salki-pyatnashki)» (салка, [пятнашка](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Fpyatnashki)).

На игровой площадке чертятся две линии на рассто­янии 15—25 м (в зависимости от возраста играющих). Из числа играющих выбирается «волк» (реже — два), кото­рый стоит между линиями. За одной линией находятся остальные участники — «гуси», а за другой — учитель.

Учитель обращается к гусям: «Гуси-гуси!»

Гуси отвечают:

*— Га-га-га!
— Есть хотите?
— Да, да, да!
— Ну летите!
— Нам нельзя! Серый волк под горой, не пускает нас домой!
— Ну летите, злого волка берегитесь!*

После этих слов гуси спешат домой от одной линии к другой, а выбежавший волк (волки) старается поймать («запятнать») как можно больше гусей. Пойманных гу­сей волк отводит в свое логово.

После двух-трех таких «перелетов» выбирается но­вый волк, а пойманные гуси возвращаются в игру, кото­рая начинается сначала.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fair_2)
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost), [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat), [способности бега](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsposobnosti-bega), [чувства спортивного соперничества](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fchuvstva-sportivnogo-sopernichestva)

[***Караси и щука***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fair_2%2Fkarasi-i-shhuka-3)

**По цели и характеру** напоминает игру «[Ловишка](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Flovishka-dogonyalki-salki-pyatnashki)».

Игровая площадка разделена двумя линиями на рас­стоянии 10—15 м одна от другой. Из играющих выбира­ется водящий — «щука», а остальные участники игры — «караси». Водящий-«щука» стоит в центре, а «караси» располагаются на одной стороне площадки за линией.

По сигналу или команде учителя «караси» перебега­ют на противоположную сторону, стараясь скрыться за линией, а «щука» ловит их, дотронувшись рукой.

Когда пойманы 3—4 «карася», они образуют невод, взявшись за руки. Теперь, перебегая от черты к черте, играющие «караси» должны пробежать через невод (под их руками).

Когда щукой пойманы 8—10 человек, они образуют круг-корзину, а остальные караси должны пробежать че­рез нее (дважды пройти под руками).

Когда пойманы 14—16 человек, они образуют две шеренги, взявшись за руки, между которыми должны пройти остальные караси, но на выходе стоит щука и ловит их.

Победителем считается последний пойманный ка­рась.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fair_2)
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost), [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat), [способности бега](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsposobnosti-bega), [чувства спортивного соперничества](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fchuvstva-sportivnogo-sopernichestva)

[***Кружева***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fair_2%2Fkruzheva)

**По цели и характеру** является одной из разновид­ностей игры «[Ловишки](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Flovishka-dogonyalki-salki-pyatnashki)» («[Пятнашки](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Fpyatnashki)»).

Из играющих детей выбирают двоих: один «челнок», другой — «ткач». Остальные дети становятся парами, лицом друг к другу, образуя полукруг. Расстояние меж­ду парами 1—1,5 м. Каждая пара берется за руки и под­нимает их вверх, образуя «ворота».

Перед началом игры «ткач» становится у первой пары, а «челнок» — у второй и т. д. По сигналу учителя (хло­пок, свисток) или по его команде «челнок» начинает бе­жать «змейкой», не пропуская ни одних ворот, а «ткач», следуя его путем, пытается догнать его.

Если «челнок» успеет добежать до последней пары полукруга и не будет пойман, то он вместе с «ткачом» становится последней парой, а игру начинает первая пара, распределив роли «челнока» и «ткача».

Если «ткач» догоняет «челнок» и успевает «запятнать» его прежде, чем он достигнет последней пары, то сам становится «челноком», а игрок, бывший «челноком», идет к первой паре и выбирает из двоих себе пару. С этим игроком он образует пару в конце полукруга, а оставшийся без пары становится «ткачом».

**Правила игры:** игра заканчивается, когда пробегут все пары.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fair_2)
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost), [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat), [способности бега](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsposobnosti-bega), [чувства спортивного соперничества](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fchuvstva-sportivnogo-sopernichestva)

[***Дедушка-рожок***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fair_2%2Fdedushka-rozhok)

**По цели и характеру** является разновидностью игры «[Ловишка](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Flovishka-dogonyalki-salki-pyatnashki)».

На игровой площадке проводят две линии на рассто­янии 10—15 м. Между ними посередине в стороне чер­тится круг диаметром 1—1,5 м.

Из числа играющих выбирается водящий («пятнаш­ка»), но его называют «дедушка-рожок». Он занимает свое место в круге. Остальные играющие делятся на две ко­манды и становятся в своих домах за обеими линиями.

Водящий громко спрашивает: «Кто меня боится?»

Играющие дети отвечают ему хором: «Никто!»

Сразу после этих слов они перебегают из одного до­мика в другой через игровое поле, приговаривая:

*«Дедушка-рожок,
Съешь с горохом пирожок!
Дедушка-рожок,
Съешь с горохом пирожок!»*

Водящий выбегает из своего домика и старается «за­пятнать» (дотронуться рукой) бегущих игроков. Тот, кого водящий «запятнает», уходит вместе с ним в его дом-круг.



Когда дети перебегут из дома в дом и займут свои места, игра возобновляется, но водящих уже двое.

**Правила игры:** игра продолжается до тех пор, пока не останется три-четыре не пойманных играющих.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fair_2)
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost), [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat), [способности бега](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsposobnosti-bega), [чувства спортивного соперничества](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fchuvstva-sportivnogo-sopernichestva)

[***Попробуй поймай***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fair_2%2Fpoprobuj-pojmaj)

**По цели и характеру** является разновидностью игры «[Ловишка](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Flovishka-dogonyalki-salki-pyatnashki)».

На игровой площадке проводят две линии, за кото­рыми располагаются «домики» играющих. Расстояние между линиями примерно 6—10 м. Из числа играющих выбирается «ловишка» (водящий), который занимает ме­сто между двумя линиями.

Остальные играющие стоят у линии и хором произ­носят рифмовку:

*Мы веселые ребята,
Любим бегать и играть.
Ну, попробуй нас догнать.
Раз, два, три — лови!..*

После произнесения слова «лови» дети перебегает на другую сторону площадки, а ловишка стремится догнать бегущих и «осалить» их (дотронуться рукой). Тот играю­щий, до которого ловишка дотронулся прежде, чем он перешел черту, считается пойманным и отходит в сторо­ну, садится возле «ловишки».

Правила игры: после двух-трех перебежек детей от черты к черте проводят подсчет числа пойманных игро­ков, а затем выбирается новый ловишка:

* в ходе игры желательно определить лучшего ловишку.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fair_2)
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost), [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat), [способности бега](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsposobnosti-bega), [чувства спортивного соперничества](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fchuvstva-sportivnogo-sopernichestva)

[***Кто быстрее?***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fwinter_2%2Fkto-bystree-2)

**Цель игры:** обучение ходьбе на лыжах (в младших классах) разными способами.

На игровой площадке, покрытой снегом, отмечают линии «старта» и «финиша» с расстоянием между ними 25—30 м.

На линии старта выстраиваются 3—5 играющих на расстоянии 1,5—2 м друг от друга и по сигналу или ко­манде учителя начинают бег на лыжах. Побеждает тот участник, кто первым пересечет линию финиша.

**Варианты игры:**

* забеги можно осуществлять с помощью палок или скользящим шагом без них, определяя по­бедителя по итогам двух заездов;
* можно проводить игру, разделив детей на 2—4 ко­манды с равным числом участников, в виде эс­тафеты.

Категория: [Активные игры зимой](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fwinter_2)
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij)

[***Прихлопни комара***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Fprihlopni-komara)

**Цель игры:**обучение основным видам движения (прыжкам), развитие координации движения и ловкости, тренировка глазомера.

На игровой площадке дети образуют круг диамет­ром 4—5 м, стоят на расстоянии вытянутой руки друг от друга. В центре круга стоит воспитатель. У него в руке прут, длина которого должна быть равна радиусу круга. К концу прута на веревочке длиной до 0,5 м привязана яркая ленточка или платочек («комар»). Воспитатель дер­жит прут так, чтобы «комар» находился на 5—10 см выше вытянутых рук ребенка, и, плавно водя прутом по кругу, заставляет «комара» летать.



Задача детей состоит в том, чтобы, подпрыгивая на месте, суметь двумя ладонями «прихлопнуть комара».

**Правила игры:** дети должны совершать прыжки на двух ногах или отталкиваясь одной ногой, что зависит от условий игры. Ребенок не должен покидать свое место в кругу в погоне за комаром. Если ребенку удалось при­хлопнуть «комара», то движение «комара» прекращается, пока ребенок его не отпустит. Воспитатель отмечает наи­более, ловких, сумевших «прихлопнуть комара».

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fdoshk_vozr%2Fair)
Развивает: [глазомер](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fglazomer), [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost)