Горовая Светлана Владимировна

учитель физической культуры

МБОУ города Иркутска СОШ №75

**Сборник игр**

 **для подвижных перемен**

**Удочка**

Участники встают в круг. Ведущий в центре крутит веревку, на конце которой маленький набивной мяч.

Мяч должен проходить под ногами игроков. Кто заденет веревку, временно выбывает из игры. Выигрывают те, кто ни разу не задел веревку.

**Съедобное - несъедобное**

Для игры необходимы: группа игроков, сидящих рядком, ведущий и мячик. Ведущий кидает мячик каждому игроку по очереди и при этом произносил какое-нибудь слово. Если слово «съедобное» (т.е. обозначало какую-нибудь еду: «мороженое», «колбаса»), то игрок должен мячик поймать. Если «несъедобное» («табуретка», «чашка») – оттолкнуть. Тот, кто ошибается (ловит мяч) – меняется местами с ведущим. Для игры требуется хорошая реакция и внимание.

**Испорченный телефон**

Обычно играют две команды. Ведущий загадывает слово и шепотом говорит его на ухо первому члену команды. Тот передает слово (также тихонько, чтобы никто не услышал) следующему игроку, и так далее – по цепочке. Последний член команды произносит слово вслух. Выигрывает та команда, которая верно «донесла» слово ведущего через всех игроков. Порой можно услышать уморительные варианты загаданного слова, которое неверно передал «испорченный телефон». Многие усложняют игру: ведущий загадывает не слово, а целую фразу

**Игры для подвижных перемен**

**Совушка**
Выбирается водящий - «совушка». Играющие – на площадке, а «совушка» - в гнезде (отведенное для этого место). По сигналу «День наступает» дети, подражая полету бабочек, стрекоз, птиц, жуков и «превращаясь» в других животных, резвятся, стараются наиболее точно показать, кого они изображают.

По команде «Ночь наступает» все играющие обязаны «замереть» в той позе, в которой она их застала. «Совушка» выходит «на охоту», шевелящихся уводит в гнездо. По сигналу «День наступает»- «совушка» уходит в гнездо, играющие опять «оживают». «Совушка» меняется через 2-3 игры.

**Ручеек**

Принимает участие нечеткое количество учеников. Один — водящий, остальные делятся на пары. Они берутся за руки и поднимают их высоко над головами. Пары стают друг за другом так, чтобы получился живой коридор.

Водящий быстро проходит через «ручеек» и выбирает одного ребенка. Новая пара стает в конец коридора. Оставшийся ученик — новый водящий.

**Глухой телефон**

[Дети делятся на две команды](http://pedsovet.su/publ/70-1-0-5488). Побеждает та, которая правильнее передаст по «телефону» загаданное слово. Ведущий придумывает его и тихонько говорит на ухо первым игрокам из каждой команды. Они говорят его следующим и так далее. Последний ребенок громко называет услышанное.

 **Кот и воробьи**

На полу мелом или веревкой обозначается круг. В кругу будет стоять «кот», а за чертой «воробышки». По сигналу учителя последние начинают запрыгивать в круг, а задача «кота» быстренько поймать одного из них. Тогда пойманный «воробей» сам становится «котом».

**Ассоциация**

Один играющий передаёт другому слово, например, « море », а другой на ушко говорит слово, которое связано по смыслу, например « рыба» и так далее. Потом последний человек говорит вслух то что ему передали .

**Найди спрятанный предмет**

Один ученик отворачивается, остальные дети прячут предмет (палочку, кубик и т. п.). После этого сообщают "маршрут" тому, кто будет искать: пройти два шага прямо, повернуть налево, пройти семь шагов вперед и можно искать.

**Палочка, остановись!**

Ученики становятся в круг, учитель - в центр. Игра проходит в виде эстафеты: дети называют слова и одновременно передают палочку по кругу. О том, на какую тему будут слова, договариваются заранее: "О чем будем рассказывать?" - "О зиме". Учитель предлагает подобрать вначале слова о погоде и дает палочку одному из ребят; тот называет первое слово (морозная) и передает палочку следующему участнику игры и т. д. Таким образом, дети подбирают много слов (ветреная, холодная, снежная и т. п.).

Если играющий повторяет уже названное слово или долго не может подыскать нужного, учитель говорит: "Стоп! Палочка, остановись!" - и этот ученик выходит из круга

**Перебежки**

Участники встают в круг, сохраняя дистанцию в 3 шага. Один — в середине. Каждый ученик помечает свое местоположение кружком вокруг ног на земле.

Ребенок в центре подает команду: «Меняйтесь!» Услышав это, дети пересекают круг и меняются местами. Водящему надо не упустить момент и попытаться занять любое свободное место

 **Третий лишний**

Дети парами, взявшись за руки, прогуливаются по кругу. Два ведущих: один убегает, другой - догоняет.

Убегающий игрок спасется от преследования, если возьмет за руку одного из пары.

Тогда тот, кто остался, стает лишним – убегает. Когда догоняющий дотронется до убегающего, они меняются ролями.

Дети стоят за линией круга. В центре круга – ведущий. У одного из игроков мяч.

Те, что стоят за кругом, кидают мяч в ведущего, стараясь попасть в него, или передают мяч товарищу, чтобы тот сделал бросок.

Ведущий бегает, уклоняясь от ударов мяча. Игрок, который не попал мячом в ведущего, стает на его место.

 **Ручеек**

Принимает участие нечеткое количество учеников. Один — водящий, остальные делятся на пары. Они берутся за руки и поднимают их высоко над головами. Пары стают друг за другом так, чтобы получился живой коридор.

Водящий быстро проходит через «ручеек» и выбирает одного ребенка. Новая пара стает в конец коридора. Оставшийся ученик — новый водящий.

 **Как мы одеваемся?**

Учащиеся задумывают названия предметов одежды: платочек, платье, варежки, туфли, носки и пр. Каждый ученик тихонько называет задуманное учителю (не должны повторяться одни и те же предметы). Потом кто - то из детей (вначале это делает учитель) рассказывает, например: "Собрался я кататься на санках и надел на себя...". Прервав рассказ, он указывает на любого ученика, который называет задуманное слово. Учащиеся должны сказать, правильно ли оделись в данном случае дети.

**Игра с мячом «Кто быстрей»**

Описание игры. Все дети располагаются на площадке, и каждый играет по своему усмотрению. По сигналу учителя все должны как можно быстрее поднять руки вверх. Опоздавшие получат штрафное очко. Игра повторяется

**Подвижная игра «Чай-чай, выручай»**

В начале игры определяют границу игровой зоны, за которую забегать нельзя.

Правила игры отличаются от обычных **салочек** тем, что, когда водящий догонит и «осалит» какого-либо игрока, тот не становится «салкой», а замирает на месте и кричит: «Чай-чай, выручай!» – до тех пор, пока его не выручат.

Выручить его может любой из участников, кроме, конечно, водящего, просто дотронувшись до него. При этом задача «салки» становится очень непростой, так как он сможет передать свою роль другому только тогда, когда догонит всех остальных игроков, и при условии, что их никто не выручит. В противном случае игра может никогда не закончить