



Подвижные игры для детей летом



Игра с мячом



Эта игра на свежем воздухе для двоих детей. Для игры понадобится небьющийся мяч и металлическая или пластмассовая банка. Игрокам после того расчертят, разделив линию на расстояние

примерно тридцать сантиметров одна от другой. Посередине ставится банка. Игрок, который бьет мячом банку, прекращает его на одну черту ближе к себе. Тот из детей, кто таким способом подвинет банку ближе всего к себе, становится победителем.

Игра перетягивание

Эта игра на свежем воздухе для двух детей. Проведите на асфальте или на песке черту. С обеих сторон на равном расстоянии на расстоянии от нее друг против друга, взявшись за руки, должны встать двое играющих, каждый из которых старается заставить соперника наступить на черту своей или переступить ее. Руки и ноги не распрямляются, перетягивание должно быть плавным.

Салочки или пятнашки по кругу

Эта игра подходит для двух детей и возрасте от четырех лет. Начертите на песке или на асфальте круг диаметром метра два.

Два игрока должны встать с разных его сторон. По сигналу "Раз, два, три!" они начинают прыгать вокруг на правой ноге или на левой по часовой стрелке, стараясь достать и зажать друг друга.





Игра Птички

Эта игра на свежем воздухе для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Для этой игры понадобится палка длиной около метра.

Перед игрой чертятся две линии "старт" и "финиш", на расстоянии не более пяти метров друг от друга. Задача ребенка, приняв исходное "птичье" положение, дотянуться к финишу.

Исходные позы: ноги вместе, руки опущены на уровне коленей, под коленями через согнутые в локтях руки пропускается палка. Кисти рук надо сцепить спереди в замок. Игра станет еще интереснее, если в ней примут участие несколько соревнующихся между собой детей.

Почти классики



Нарисуйте на песке или на асфальте восемь десятка кружков на расстоянии тридцать-сорок сантиметров один от другого, расположенные по замкнутому кругу.

Попросите ребенка прыгать из одного круга в другой на одной ноге прямо или боком. Если в игре принимают участие двое или несколько детей, то выигрывает тот, кто дольше всех продержится на одной ноге.

Игра в кенгуру

Каждый из игроков получает платок и засовывает его за пояс более узким концом. Выбирается ведущий, который получает воздушный шарик. Как только начинается игра, ведущий выкрикивает имя одного из игроков и бросает шарик в воздух. Названный человек должен поймать шарик своим платком, не доставая его из-за пояса. Затем он сам бросает шарик в воздух и выкрикивает имя другого участника. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не попытаются поймать шарик.



Игра Идем по кругу

Эта игра на свежем воздухе или в просторном помещении разыгрывается при большом числе игроков, потому что они должны построиться в два круга - внешний и внутренний.

Внешний круг - большой, внутренний состоит всего из трех-четырех человек. Ребята, составляющие большой круг, стоят на месте. Воздушный летает в малый круг и вместе с игроками идет по кругу, приговаривая: "Мы по кругу идем и с собой несем сладкое". В ответ на это игроки большого круга должны быстро назвать что-то сладкое, например, сахар. Тот, кто первым назвал нужный предмет, переходит во внутренний круг, и игра продолжается.

Воздушный и игроки малого круга произносят разные ее варианты "с собой берем мягкое, жидкое, кислое, терпкое" и т.д. Постепенно все игроки переходят в малый круг. А тот, кто оказался в бывшем большом круге последним, становится притравленным и должен выполнить какое-либо задание "фланг".



Игра Воротики

Один ребенок летает, игроки расставно ноги, двое других друг за другом проползает на четвереньках в образовавшихся воротах. Потом образуют двое ворот, а один проползает через них. Воротики можно сложить также из прутиков и по очереди проползать в них. Можно поставить попарно воротиков (на расстоянии 5-6 м) и поочередно проползать через все.



Подвижными играми можно развлечь детей на улице и на природе. Подвижные игры очень важны для детей, они развивают ловкость и координацию движений.

Игра Рыбак

При помощи считалки выберите из играющих "рыбака". Завяжите ему глаза. Все остальные дети-игроки "рыбки". Они должны ходить и плавать, ходить или бегать вокруг "рыбака". Тот будет стараться их поймать. Если на пути "рыбака" окажется какое-либо препятствие, стена, скамейка и т.д., дети должны предупредить "рыбака": "Маяк!". Когда "рыбак" поймает какую-либо "рыбку", то он должен угадать, кто это. Если угадает, то "рыбком" становится следующий "рыбак", и игра продолжается. Если не угадает, то он отпускает жертву и принимается снова ловить. В случае если "рыбак" не смог угадать три раза, вы должны определить нового "рыбака".

Вытолкни из круга

Нарисуйте на земле круг диаметром три метра. В него должны войти два ребенка и принять исходное для игры положение, стоя на одной ноге, правая рука держит левую ногу, а левая рука согнута впереди и проведена в тупованну. Задача игроков заключается в том, чтобы вытолкнуть противника из круга или заставить его встать на две ноги, толкая его штиком.

