**Конспект**

**«Раз, два, три, четыре, пять – начинаем мы играть!»**

*ЗАДАЧИ ПОДВИЖНЫХ ИГР:*

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

Большинство подвижных игр требует от участников быстроты. Это игры, построенные на необходимости мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы, игры с внезапными остановками, задержками и возобновлением движений, с пре­одолением небольших расстояний в кратчайшее время.

Постоянно изменяющаяся обстановка в игре, быстрый пере­ход участников от одних движений к другим способствуют разви­тию ловкости.

Для воспитания силы хорошо использовать игры, требующие проявления умеренных по нагрузке, кратковременных скоростно- силовых напряжений.

Игры с многократными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значитель­ные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости.

Совершенствование гибкости происходит в играх, связанных с частым изменением направления движений.

**Цель:** развивать ловкость, быстроту, координацию;

- развивать двигательную активность;

- развитие коммуникативных навыков у детей.

**Место проведения:** спортивный зал.

Пятнашки

Пятнашки – подвижная игра в помещении или на улице. Одинаково интересна мальчикам и девочкам. Оптимальный состав участников - от четырех до двенадцати детей. Проводить игру можно на любой небольшой площадке или в зале.

Правила «Пятнашек» очень напоминают игру в салочки. Точно также как и в «Салках» выбираем, или назначаем водящего. На площадке мелом или флажками размечаем игровое поле размером 5-7 метров в ширину  и столько же в длину.

Водящий или «Пятнашка» встает в центре площадки. Остальные игроки располагаются по всему игровому полю, кто где захочет. Выбегать за пределы поля во время игры участникам нельзя.

Игра начинается по команде педагога. Водящий пытается догнать и «запятнать» любого игрока, коснувшись его рукой. Остальные участники стараются убежать или увернуться от «Пятнашки». «Запятнанный» игрок немедленно покидает пределы площадки, а водящий старается осалить следующего соперника.

Игра прекращается, как только будет пойман последний участник. Другой вариант завершения игры: «Пятнашка» должен осалить заранее оговоренное количество игроков. Например, пятерых.

После окончания игры можно повторить партию с другим водящим.

## Море волнуется раз

С помощью считалочки выбирается водящий. Он отворачивается и говорит:

«Море волнуется раз,море волнуется два,море волнуется три,морская фигура\* на месте замри!»

Игроки в это время раскачиваются и кружатся, расставив в руки стороны.

При слове**«замри»,**замирают в позе, изображая любой предмет или животное, имеющее отношение к**морской тематике**.

**Это могут быть: корабль, краб, дельфин, пират, чайка и т.д.**

Далее ведущий подходит к кому-то из игроков и дотрагивается до него**«оживляя»** фигуру. Игрок начинает двигаться, показывает свое**«представление»**, так, чтобы ведущий узнал что за фигуру изображает игрок.

Тот, кто изобразит наименее похоже, становится «**водящим»** и игра начинается сначала.

# Карлики и великаны

Ведущий объясняет игрокам правила игры.

Когда он произносит слово "карлики" - все должны присесть, потому что карлики маленькие. Произносить это слово он должен тоненьким голосом.

Когда он произносит слово "великаны", грубым голосом, все должны встать и поднять руки вверх.

Ведущий объявляет: "Ребята, запомните, правильные команды - это "карлики" и "великаны". На остальные команды вы не должны реагировать". И произносит вышеупомянутые команды, а еще "Встаньте", "Сядьте", "Поднимите руки вверх", все вперемешку. Те, кто выполняет неправильные команды, выбывают. Побеждает тот, кто допустит меньше всех ошибок.

**Горячее место**

На площадке проводят линию, за которой находится горячее место. В 3—4 шагах от него встает водящий. Дети расходятся по игровому полю.

Играющим нужно перебежать с игрового поля в горячее место и вернуться обратно, но водящий их не пускает. Тот, кого он осалил, остается за чертой в горячем месте. Как только водящий осалит последнего игрока, игра заканчивается. Все идут в поле, а последний игрок становится водящим.

Побеждают те игроки, кому удалось несколько раз пробежать в горячее место.

Там, где горячее место, лежат ленточки. Играющие, кому удалось пробежать в горячее место, берут по ленточке. В конце игры по количеству ленточек можно узнать, кто из игроков самый смелый и ловкий. Если игрока с ленточками все-таки осалят, он одну ленточку кладет на место и остается за чертой.

**Рыбак**

Играющие становятся в круг, ведущий выходит на середину круга с удочкой.

Кружась на одном месте или вращая удочку (перекладывая ее быстро из руки в руку), ведущий водит удочку так, чтобы она, скользя по полу, проносилась под ногами играющих.

Стоящие по кругу внимательно следят за мешочком и подпрыгивают так, чтобы он их не задел.

Если это случится, то игрок, "попавшийся на удочку", выходит из игры. К концу игры в кругу останется лишь несколько наиболее ловких ребят, которые и считаются победителями. Можно условиться, что тот, кого мешочек задел по ногам, не выходит из игры, а сменяет ведущего.

Эту игру можно проводить и как небольшое соревнование между двумя командами.

Игроки, стоящие по кругу, рассчитываются на "первый-второй". Первые номера составляют "одну команду, а вторые — другую.

Ведущий крутит веревочку. Игрок, которого мешочек задел, поднимает руку и громко называет свой номер. Его команда получает 1 штрафное очко. Если это случится с игроком другой команды, она тоже получает штрафное очко.

Игра продолжается 5—8 минут. Выигрывает команда, получившая за это время наименьшее количество штрафных очков.

Во время игры важно следить за тем, чтобы веревочка не поднималась от пола (земли) больше чем на ладонь и чтобы ребята прыгали легко на носках.

**Кошки-мышки**

Для игры выбираются два человека: один - кошка, другой - мышка. В некоторых случаях количество кошек и мышек может быть больше. Это делается для того, чтобы оживить игру. Все остальные играющие встают в круг, взявшись за руки - ворота. Задача кошки догнать (дотронуться рукой) мышку. При этом мышка и кошка могут бегать внутри круга и снаружи. Играющие стоящие в кругу сочувствуют мышке и чем могут помогают ей. Например, пропустив через ворота мышку в круг, они могут закрыть их для кошки. Или если мышка выбегает из дома, то кошку можно там запереть, т.е. опустить, закрыть все ворота. Игра эта не проста, особенно для кошки. Пусть кошка проявит и умение бегать, и свою хитрость, и сноровку. Когда кошка поймает мышку, из числа играющих выбирается новая пара.