

Разработала : инструктор по физкультуре  
Курносова Г.Н.

### " Два мороза "

**Цель:** Упражнять в беге врассыпную, развивать быстроту реакции, умение действовать согласно правилам.

**Ход игры:** На противоположных сторонах площадки линиями обозначаются два дома. Играющие располагаются в одном из домов. Двое водящих (Мороз – красный нос и Мороз – синий нос) выходят на середину площадки, становятся лицом к детям и произносят:

Мы два брата молодые,  
Два мороза удалые,  
Я Мороз – красный нос,  
Я Мороз – синий нос,  
Кто из вас решится

В путь – дороженьку пуститься?

Все играющие хором отвечают:

Не боимся мы угроз,  
И не страшен нам мороз.

После этого дети перебегают в другой дом, а морозы стараются их заморозить (коснуться рукой). Замороженные остаются на том месте, где их настиг мороз, и стоят там до окончания перебежки. Морозы подсчитывают, скольких ребят им удалось заморозить. После двух перебежек выбирают других Морозов.

### «Светофор»

**Цель:** формирование умения различать цвета, развитие внимания.

**Ход игры:** Рисуются “дорога” – две черты. Определяются и боковые границы, дальше которых убежать нельзя. Все игроки встают на одной из сторон дороги, водящий спиной к ним в центре дороги. Водящий называет какой-нибудь цвет и быстро поворачивается. У кого этот цвет есть в одежде, показывает его и спокойно проходит, остальные должны перебежать “дорогу”, не попавшись водящему. Кого водящий осалил, становится водящим.



### Буклет: «Физическое развитие детей в дворовых играх»



Игры – это наилучшее средство сделать процесс воспитания ребенка приятным и полезным для него самого и для окружающих его взрослых. Играя, ребенок познает мир вокруг себя, изучает те явления, с которыми ему приходится сталкиваться, взрослеет и учится общаться с людьми.

Дворовые игры – это подвижные игры, требующие от играющих развития определенных умений и навыков, что способствует повышению большей самостоятельности, ориентировки в социальном пространстве.

## **"День и ночь"**

**Цель:** Развивать у детей ловкость, быстроту.

**Ход игры:** Играющие распределяются на две команды – "День" и "Ночь".

Посередине зала (площадки) проводится черта (или кладется шнур).

На расстоянии двух шагов от черты спиной друг к другу становятся команды. Воспитатель говорит: "Приготовились!", затем дает одной из команд сигнал к бегу, например, произносит: "День". Дети убегают за условную черту, а игроки второй команды быстро поворачиваются кругом и догоняют соперников, стараясь запятнать их, прежде чем те пересекут условную линию.

Выигрывает команда, которая успеет запятнать большее количество игроков противоположной команды

## **«Тише едешь, дальше будешь — стоп»**

**Цель:** развитие координации, умение реагировать на меняющиеся обстоятельства.

**Ход игры:** Задача водящего — стать спиной к участникам на линии финиша (чем больше будет расстояние между водящим и участниками, тем лучше) и громко произнести: «Тише едешь, дальше будешь — стоп». Пока водящий говорит (а делать он это может в любом темпе), участники стараются как можно дальше убежать по направлению к финишу. Как только водящий замолкает, нужно застыть на месте. Тот, кто не успел остановиться или сделал случайное движение, выбывает из игры. Побеждает тот, кто доберется до линии финиша первым и дотронется до водящего.

## **«Вышибалы»**

**Цель:** развитие координации движения.

**Ход игры:** «Вышибалы» — два игрока — встают с двух сторон площадки. Остальные игроки находятся в центре. Задача «вышибал» — бросая мяч друг другу, попасть в любого из «центральных» игроков. Задача игроков – вернуться от летящего мяча. Тот, в кого попали, выходит из игры. Другие участники могут «спасти» выбывшего игрока, поймав мяч в воздухе (главное условие — не от земли, иначе тоже вылетаешь). Когда в команде «центральных» игроков остается один участник, он должен вернуться от мяча столько раз, сколько ему лет. Если ему удастся это сделать, все выбывшие возвращаются на прежние места.