

# МАЛОПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

## *Стул есть, да никак не сесть*

Пять стульев сдвигаются в круг, плотно друг к другу, спинками внутрь. Перед стульями становятся шесть человек. Они поворачиваются в одну сторону и по команде руководителя начинают маршировать вокруг стульев. Внезапно руководитель дает свисток (или другой условный сигнал). Все играющие должны быстро занять места. Так как стульев всего пять, а играющих шесть, один из них остается без места и выбывает из игры. Одновременно выставляется из круга один стул (остальные стулья сдвигаются), и игра продолжается. После каждого сигнала число играющих уменьшается. Когда остаются два игрока и один стул, проводится заключительный этап игры. Выигрывает тот, кто займет этот стул.

## *Путешествие в Москву*

Для игры нужны стулья — одним меньше числа играющих. Стулья ставятся плотно по кругу, один возле другого сиденьями наружу. Каждый из играющих занимает свободное место. Водящий стула не имеет. Он ведет вокруг играющих, держа в руке флажок, и говорит: «Я еду в Москву, приглашаю желающих». Все ребята один за другим присоединяются к нему. Водящий говорит: «В Москву мы летим, самолетом», — и одновременно ускоряет шаг. «Самолет набирает скорость», — продолжает водящий и переходит на бег. «Москва уже совсем близко», — объявляет он (бег замедляется). «Внимание, посадка!» — неожиданно раздается команда водящего. По этой команде все побегут к стульям. Каждый старается занять любое свободное место. Водящий тоже старается занять место. Тот, кто остается без места, становится водящим, получает флажок и повторяет игру.

Водящий может увести ребят в сторону от стульев, повести их через весь зал, закрутить спиралькой и т.п. и подать команду «Посадка!» неожиданно, в любом, месте.

## ***Две из трех***

Да полу ставят три кегли. Двое играющих пляшут руг них, держа руки на бедрах или за спиной. По команде «Стоп!» каждый старается схватить две кегли тот, кому достанется одна проигрывает.

## ***Светофорчик***

Для игры нужны 15 кеглей трех цветов, по 5 кеглей, допустим, красного, зеленого и желтого цвета, и 3 деревянных кубика. В каждом кубике каждые две противоположные стороны должны быть окрашены в те же цвета, что и кегли (две стороны красные, две — зеленые, две — желтые). Играющие становятся в круг. Внутри круга расставляют кегли так, чтобы их цвета, чередовались и чтобы они стояли подальше одна от другой. Играющие рассчитываются на первый, второй, третий. Сначала играет первая тройка, за ней вторая и т.д. Очередные трое играющих становятся в центре круга лицом друг к другу, у каждого в руке кубик. По сигналу они бросают кубики на пол и следят за тем, какой стороной вверх они упадут. Если на двух или трех кубиках выпадает один и тот же цвет, то игроки стараются как можно быстрее собрать кегли этого цвета. Если же на верхних сторонах кубиков будут три разных цвета, кубики бросают вновь.

Тот из играющих, кто окажется проворнее, может успеть взять две или три кегли из пяти, а кому-то может не достаться ни одной. За каждую взятую кеглю засчитывается очко.

Игра проводится в два тура. Во втором участвуют только те, кто набрал в первом туре два или три очка. Побеждают игроки, набравшие больше очков.

## ***Неуловимый шнур***

Двое играющих садятся на стулья спиной друг к другу, на расстоянии 2—3 м. Под стульями протянута веревка. По сигналу надо вскочить, обежать оба стула, сделав вокруг них три полных круга, затем сесть на свой стул, наклониться и вытянуть к себе веревку. Кто схватит веревку быстрее, тот и выигрывает. Бежать следует каждому в правую сторону. Во время бега до стульев дотрагиваться нельзя.

Сначала надо провести репетицию. Для того чтобы играющие не ошиблись и не схватили веревку раньше времени, руководитель считает вслух обороты: «Раз, два три!» После счета «три» можно сесть на стул и попытаться вытянуть веревку.

Соревнование проводится три раза. Побеждает тот, кто сумеет два или три раза вытянуть шнур.

В игру можно внести изменение: не бежать вокруг стульев, а прыгать на одной ноге (только один оборот), после этого сесть и попытаться вытянуть веревку.

Существует еще один веселый вариант этой игры, Обоим участникам завязывают глаза. По команде они должны встать, дойти до стула противника, нащупав его, сесть и вытянуть веревку.

### ***Не перепутай***

Руководитель ставит в ряд нескольких ребят и, обращаясь к ним, говорит: «Попробуйте проделать такое упражнение (демонстрирует). Оно только на первый взгляд может показаться очень простым и легким. На самом деле это не так. Положите руки на колени, хлопните в ладоши перед грудью, правой рукой возьмитесь за нос, а левой — за правое ухо, потом опять хлопните в ладоши, возьмитесь левой рукой за нос, а правой — за левое ухо. Повторите упражнение в той же последовательности еще несколько раз, постепенно убыстряя темп. Только не перепутайте, где у вас нос, а где ухо, где правая, а где левая сторона».

### ***Нос — ухо — нос***

Обращаясь к участникам игры, руководитель говорит: «Указательным пальцем правой руки дотроньтесь до носа и скажите при этом "нос". Еще раз, еще я буду делать то же самое. Но если я скажу, например, "лоб", вы должны немедленно дотронуться до лба. Понятно? Начали! Нос — нос — нос — нос — ухо!» Сказав «ухо», руководитель указывает пальцем на подбородок, и многие невольно делают то же самое.

### ***Пропявшая табуретка***

На расстоянии 2—3 м одну от другой ставят две табуретки. На них садятся играющие с завязанными глазами. По команде руководителя они встают, делают вперед 6—8 шагов. После этого каждый должен сделать три полных оборота на месте и вернуться к своей табуретке.

Выполнить это задание не просто. Очень часто играющие теряют направление и, возвращаясь, идут совсем не в ту сторону, откуда пришли.

## ***Поиски звонка***

Два стула ставят на расстоянии 8—10 м один от другого и на каждый кладут по колокольчику. Возле стульев становятся играющие, повернувшись лицом друг к другу. Им завязывают глаза. По сигналу руководителя каждый из них должен пойти вперед, обойти стул своего товарища и, вернувшись обратно, найти свой звонок и позвонить в него. Выигрывает тот, кто выполнит это раньше. Если нет звонков, можно их заменить погремушками или палочками, которыми надо постучать по стулу.

## ***Кубики по местам***

На полу проводят черту, а в 2—3 шагах от нее чертят в различных местах 3—5 кружков (по количеству кубиков). Расстояние между кружками 2—3 м, диаметр кружков 20—30 см.

Играющие становятся на черту, получают в мешочек с кубиками и стараются запомнить расположение кружков. Затем им завязывают глаза и предлагают разложить кубики в кружки. Тот, кому удастся это сделать, выигрывает.

## ***Ловкий крот***

На середине площадки расставляют в беспорядке 8—10 кеглей на расстоянии 70—80 см одну от другой. Кегли - это деревья в лесу. Играющим завязывают глаза. Они должны пройти на другую сторону площадки между деревьями, не задевая их. Тот, кто заденет кеглю и уронит ее, получает штрафное очко.

К концу игры, когда сквозь воображаемый лес ночью пройдет несколько игроков, определяют победителя. Им окажется тот, кто получил меньше штрафных очков.

## *Головой удерживая мяч*

Две-три пары играющих, стоя рядом, берутся за руки, кладут на плечи большой надувной мяч и, прижимая его головой с каждой стороны, бегут до указанного места и обратно, стараясь не уронить мяч. Побеждает пара, успешно выполнившая задание и вернувшаяся первой.

## *Комический футбол*

Играть можно в просторной комнате, в коридоре или на площадке. Два стула ставят на расстоянии 5—6 м один от другого, спинками внутрь. На стулья верхом, лицом друг к другу, садятся двое ребят. Пространство между ножками стульев — ворота. Двум игрокам связывают ноги веревкой. Передвигаясь по площадке со связанными ногами, каждый старается перехватить мяч и загнать его в ворота противника. Побеждает тот, кто сделает это первым. Зрители не дают мячу укатиться далеко от игроков.

В небольшом помещении можно играть и в одни ворота. Каждый старается помешать противнику забить мяч в ворота, а сам старается это сделать.

## *Кто они*

Подберите несколько знакомых ребятам героев из известных сказок, рассказов, стихов (например, Буратино, Бармалей, Айболит, дядя Степа и др.). Напишите четко их имена на отдельных листках бумаги и приколите каждому из играющих на спине один из этих листков. Никто не должен знать, у кого какая записка приколота. Затем объявите, что по сигналу все ребята разойдутся по комнате и в течение трех минут каждый постарается узнать и запомнить как можно больше героев.

Трудность состоит в том, что каждому надо подглядеть записки на спине у других, но в то же время не показать своей записки. Надо предупредить ребят о том, что во время игры нельзя стоять на месте, прислоняться спиной к стене, задерживать ребят руками, а необходимо непрерывно двигаться и одновременно изворачиваться, чтобы скрыть свою надпись. Через три минуты подается второй сигнал. Играющие становятся спиной к стене. Каждому дают бумагу и карандаш и предлагают записать имена тех героев, которых ему удалось подглядеть.

Выигрывает тот, кто записал больше имен и при этом сумел утаить присвоенное ему имя.

В небольшой комнате не следует включать в игру более 3—5 человек.

### ***Веревочка.***

Играющие образуют круг, держась руками за связанный шнур. Водящий, передвигаясь внутри круга в разных направлениях, старается неожиданно ударить кого-либо по руке. Играющие должны быстро отдергивать руки, избегая удара (но немедленно возвращать их в прежнее положение). Тот, кого водящий ударил, становится на его место внутрь круга, и игра продолжается.

### ***Три движения***

Пусть каждый запомнит три движения, которые я покажу, — говорит руководитель. — Первое: руки согнуть в локтях, кисти на уровне плеч; второе — руки вытянуть вперед на уровне плеч; третье — поднять руки вверх.



