**Подвижные игры высокой интенсивности**

*Караси и щука*

Цель игры: воспитывать внимание и сообразительность.

Участвуют 2 группы. Одна строится в круг – это «камешки», другая – «ка-раси», которые «плавают» внутри круга. Водящий – «щука» находится в стороне от игроков. По команде «Щука! » водящий быстро вбегает в круг, а караси прячутся за камешки. Не успевших спрятаться, щука пятна-ет. Пойманные караси временно вы-бывают из игры. Игра повторяется с другой щукой. По окончании игры отмечается лучший водящий.

! Карасям нельзя трогать камешки руками.

*Линеечка*

Цель игры: воспитывать самооргани-зацию.

Игроки строятся в 2 – 3 шеренги по периметру площадки. По команде расходятся или разбегаются в разных направлениях, а по звуковому сигна-лу выполняют построение в шеренгу на своём месте. Отмечается команда, которая быстрее и ровнее построи-лась.

! Строиться только в своей коман-де, очерёдность в шеренге значения не имеет.

*Охотники и утки*

Цель игры: воспитывать ловкость.

Игроки-«утки» находятся на пло-щадке. 2 водящих – «охотники», сто-ят на противоположных сторонах площадки лицом друг к другу, у од-ного из них в руках мяч. Охотники бросают мяч, стараясь попасть им в уток. Утки перебегают с одной сторо-ны площадки на другую, стараясь увернуться от мяча. Игроки, в кото-рых попали мячом, временно выбы-вают из игры. Игра длится 1, 5-2 мин., затем подсчитываются пойманные утки и выбираются новые водящие.

! Мяч бросать в спину или ноги иг-рокам.

*Части тела*

Цель игры: развивать быстроту реак-ции и сообразительность.

Игроки перемещаются по площадке в разных направлениях (бегают, пры-гают, шагают). По команде педагога «Рука-голова! » каждый игрок быстро находит себе партнёра и кладёт руку ему на голову. Отмечаются самые быстрые и внимательные пары.

! Педагог может придумывать раз-ные комбинации – «рука-рука», «ру-ка-нос» и др.

*Совушка*

Цель игры: формировать творческое воображение.

Игроки (жучки, паучки, мышки, ба-бочки) находятся на площадке, водя-щий – «совушка» сидит в гнезде. Со словами «День наступает – всё ожи-вает! » игроки передвигаются по пло-щадке, выполняя имитационные дей-ствия. Со словами «Ночь наступает – всё замирает! » дети останавлива-ются и замирают в неподвижной по-зе. Совушка выходит на охоту и заби-рает с собой тех игроков, которые по-шевелились.

! Совушке нельзя долго наблюдать за одним и тем же игроком.

*Рыбаки и рыбки*

Цель игры: формировать согласован-ность двигательных действий.

Игроки-«рыбки» находятся на пло-щадке. Пара игроков – водящие, об-разуют «сеть» (берутся за руки – одна рука свободна). По сигналу рыбки бе-гают по площадке, а рыбаки догоня-ют рыбок и соединяют вокруг них ру-ки. Рыбка, которая попалась в сеть, присоединяется к рыбакам. Игра про-должается до тех пор, пока сеть не разорвётся или пока не будут пойма-ны все игроки.

*Плетень*

Цель игры: воспитывать самооргани-зацию.

Игроки двух команд строятся в 2 шеренги на противоположных сторо-нах площадки и образуют «плетень» (согнув руки скрестно перед грудью, держат за разноимённые руки сосе-дей справа и слева). По сигналу дети отпускают руки и разбегаются в раз-ных направлениях, а по команде «Плетень! » строятся на своих местах, образуя плетень. Отмечается коман-да, которая быстрее построится.

! Очерёдность игроков в шеренге можно не соблюдать.

*Снежная королева*

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки находятся на площадке, во-дящий – «Снежная королева» в сто-роне от игроков. По команде игроки разбегаются по площадке, а Снежная королева старается их догнать и за-пятнать. Тот, кого она коснулась, превращается в «льдинку» и остаётся стоять на месте.