**Подвижные игры для детей от 6 до 12 лет**



Веселые и динамичные подвижные [**игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста**](http://vashechudo.ru/roditeljam/razvivayuschie-igry-dlja-detei-ot-6-do-11-let.html), игры на выносливость, координацию движения и утилизацию излишней энергии у детей этого возраста.

**Удочка**

Веселая детская игра со скакалкой на выносливость и координацию движений. В нее можно играть очень большой группой (10 — 20 человек).

Перед началом игры выбирается водящий. Все ребята становятся в круг, а водящий в центр круга со скакалкой в руках. Он начинает вращать скакалку так, чтобы та скользила по полу, делая круг за кругом под ногами играющих.

Игроки подпрыгивают, стараясь, чтобы она не задела кого-либо из них. Пойманным игрок считается в том случае, если скакалка коснулась его не выше голеностопа. Игроки не должны приближаться к водящему во время прыжков.

Тот, кто заденет скакалку становится в середину и начинает вращать веревку, а бывший водящий занимает его место.

*Примечания*. Из дополнительных предметов вам понадобится скакалка (можно также использовать веревочку, на конце которой привязан мешочек с песком).

Можно использовать другой вариант этой игры, которая будет носить соревновательный характер — задевший веревку игрок выбывает из игры. Победителями становятся 2 — 3 последних игрока, которые не задели веревочки.

Возраст игроков: от шести лет

**Игра развивает:** внимательность, выносливость, ре­акция

Количество игроков: 6 и более

Необходимы вещи: скакалка

**Волны по кругу**

Волны по кругу — динамичная, веселая игра. Хороша для развития реакции и утилизации излишней энергии детей.

Стулья устанавливаются плотно друг к другу по кругу. Стульев столько, сколько игроков. Один из игроков (водящий) встает в центр круга. Остальные игроки садятся на стулья, а один из стульев остается свободным. Водящий должен успеть сесть на свободный стул, пока другие передвигаются туда—сюда, мешая ему. Когда водящему удается занять место на стуле, новым водящим становится игрок, который не успел помешать ему.

Водящий может отдавать команды участникам «Вправо» (игроки должны переместиться по часовой стрелке на одно место), «Влево» (игроки должны переместиться против часовой стрелки на одно место) или команда «Хаос». При команде «Хаос» участники должны быстро поменяться местами, ведущий стара­ется сесть на любой свободный стул. Игрок, занявший стул, который добыл свободным до команды «Хаос», становится водящим.

*Примечания*. Можно усложнить игру, разверну стулья наружу. При этом водящий бегает снаружи круга и ему запрещается команда «Хаос».

Возраст: от шести лет

**Игра развивает:** внимательность, ловкость, реакция

Количество игроков: 5 и более

Место игры: помещение

Необходимы вещи: стул

**Освободители**

Освободители — динамичная игра, хорошо развивающая слух, внимательность, координацию и реакцию у ведущего игрока и ловкость и реакцию у остальных игроков.

Образуют круг из стульев, для того чтобы ограничить перемещение игроков. Участник со связанными руками и ногами (пленник) сидит в центре круга, обра­зованного из стульев. Рядом с ним находится игрок с завязанными глазами (охранник). Остальные участники игры (освободители) пытаются освободить пленника, то есть пытаются развязать его. Охранник должен помещать. Задевая любого участника, он выводит его из игры, тот должен уйти за круг стульев. Игрок, которому удается освободить пленного и не быть пойманным, сам становится охранником в следующий раз.

Возраст: от шести лет

**Игра развивает:** внимательность, координация, ловкость, органы чувств, реакция

Количество игроков: 5 и более

Место игры: помещение

Необходимы вещи: стул, повязка