**Подвижные игры для детей 7-10 лет**

**Солнце и Луна**

**Цель игры**: развитие двигательных, коммуникативных способностей, выработка умения работать в команде.

**Ход игры**: по считалке выбираются два капитана. Один из них «луна», а другой — «солнце». Остальные игроки либо «лучики» — они встают в команду «солнца», либо «звездочки» — у них капитан «луна». Игроки встают в две колонны за своими капитанами и берут впереди стоящих за талию. «Лучики» и «звездочки» перетягивают друг друга через черту между ними. Часто побеждает дружба между солнцем и луной.

**Особые замечания:** проигравшей считается та команда, капитан которой переступил черту при перетягивании.

**Два озера**

**Цель игры**: развитие двигательных, коммуникативных способностей, внимания.

**Ход игры:** выбираются 2—3 «ястреба». Все остальные игроки делятся на «уток», «гусей» и «лебедей» так, чтобы в каждой группе было одинаковое количество игроков. На разных концах игровой площадки вычерчиваются три озера, на которых плавают «утки», «гуси» и «лебеди». По сигналу ведущего начинается перелет «птиц» с одного озера на другое так, чтобы на одном озере находилось одновременно не более двух групп «птиц». Во время перелета «ястребы» салят игроков.

**Особые замечания**: пойманные «ястребами» «птицы» выбывают из игры.

**Птичьи бои**

**Цель игры**: развитие двигательных способностей, координации движений.

**Ход игры**: все игроки делятся на 2 команды: «орлов» и «соколов». Игра ведется парами. Каждая пара встает друг напротив друга, скрестив руки на груди. Начинается бой между «соколами» и «орлами». Игроки должны, стоя на одной ноге, толкнуть плечом соперника так, чтобы он встал на обе ноги.

**Особые замечания**: руками пользоваться нельзя, толкать соперника можно только плечом.

**Шустрые воробушки**

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных способностей и ловкости.

**Ход игры:** на игровой площадке проводятся три параллельные линии длиной около 5 м. Между первой и второй линиями расстояние 3 м, между второй и третьей — 15 м. Игроки делятся на две равные команды шустрых «воробушков». Первая команда выстраивается за первой линией, а вторая команда — за второй линией в шеренгу. После команды ведущего: «Внимание!» — все игроки-«воробушки» сгибают правую ногу назад и захватывают ее за голень правой рукой. По команде: «Вперед!» — все игроки, подпрыгивая на одной ноге, начинают двигаться к третьей линии. Игроки первой команды стараются запятнать игроков-«воробушков» раньше, чем те успеют перейти за третью линию. За каждого запятнанного «воробушка» первая команда получает 1 очко. После этого команды меняются местами, и игра продолжается. Выигрывает та команда, которая наберет больше очков.

**Особые замечания**: если один из «воробушков» выпустит из руки ногу, он считается запятнанным другой командой. Если такую же ошибку допустит игрок из второй команды, то пятнание не считается. За третьей линией пятнать игроков нельзя.

**Птицы—рыбы**

**Цель игры**: развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Атрибуты**: любые предметы для фантов.

**Ход игры**: все участники будут изображать птиц. Один игрок — вожак, он должен знать как можно больше названий птиц и животных. Вожак начинает игру со слов: «Утки летят!» Все дети поднимают руки и машут ими, как крыльями. Они повторяют громко: «Летят!» и опускают руки. Когда вожак говорит, например, «Караси летят!», игроки не должны махать руками. Тот, кто ошибся, отдает вожаку свой фант.

**Особые замечания**: в конце игры вожак загадывает всем фантам, что им сделать. Игроки должны изображать жестами и звуками самых разных птиц и животных.

**Уточки**

**Цель игры**: развитие двигательных и творческих способностей, физической выносливости.

**Ход игры**: на площадке проводится черта — берег озера — в 15 м от того места, где стоят игроки в начале игры. Игроки-«утки» встают в колонну на таком расстоянии, чтобы не мешать друг другу. Они слегка сгибают ноги в коленях и кладут на них руки. По сигналу все начинают в полуприседе быстро продвигаться вперед до берега озера, не меняя положения рук и ног. Побеждает та «уточка», которая первой достигнет озера.

**Особые замечания**: тот игрок, кто начал движение до сигнала, считается проигравшим и выходит из игры.

**Пастух, собака и врун**

**Цель игры**: развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Ход игры**: из игроков выбираются «пастух», «собака» и «врун». Остальные — «овцы». «Пастух» делает вид, что играет на свирели, «собака» сидит в засаде, а «овцы» гуляют по лугу и щиплют травку. «Врун» зовет пастуха: «Эй, пастух!» «Пастух» отвечает: «Чего ты хочешь?»

«Братец пастух, мой дядя говорит, что наша черная овца в вашу отару попала, и просит вернуть ее обратно».

«Пастух» подводит «вруна» к отаре. Тот внезапно хватает одну из «овец» за руку и убегает. «Собака» бежит за ними и старается догнать. Если ей удалось это до того, как «врун» добежит до своего дома, она возвращает «овцу» в отару.

**Особые замечания**: «собака» бежит за «овцой» тогда, когда «врун» схватил ее.