Подвижные игры моих родителей

Резиночка

Аксессуаром данной игры для девочек является бельевая резинка. В игре участвуют 3 или 4 человека. Каждая из участниц совершает прыжки, через натянутую резинку на различной высоте. Первый уровень начинается с щиколоток и заканчивается на уровне шеи.

Классики

- Игра «Классики» происходит на асфальте. Для этого необходимы небольшой камень и мелки. Мелком расчерчивают клеточки с цифрами в определённом порядке. Главное правило в этой игре — кинуть камень в клеточку, после чего на одной или двух ногах необходимо допрыгать до неё и таким же способом вернуться.

Тише едешь, дальше будешь – стоп!

- На черте финиша водящий поворачивается спиной к участникам и проговаривает: «Тише едешь, дальше будешь — стоп!». Пока водящий говорит, участникам необходимо подбежать ближе к финишу. Как только водящий прекращает говорить, участники должны застыть на месте. В этой игре победа достанется тому, кто первым добежит до финиша и прикоснётся до водящего.

Море волнуется раз …

Ведущий отвернувшись от участников проговаривает считалку:
Море волнуется раз,
Море волнуется два,
Море волнуется три
Морская фигура замри!
Во время считалки участники начинают совершать движения, изображая руками всевозможные фигуры. В то время, когда водящий заканчивает говорить, игрокам нужно застыть в какой-либо позе. После чего ведущий дотронувшись до одного из участников, должен угадать изображаемую фигуру игрока.

Вышибалы

В данной игре два участника должны встать с двух сторон площадки, оставшиеся участники должны находиться в центре. Главная цель «вышибал», перебрасывая мяч друг другу, попасть в одного из участников, находящихся в центре. Когда в команде с основными игроками останется один человек, он должен уклониться от мяча такое количество раз, сколько ему лет.

Колечко, колечко, выйди на крылечко

Участники этой игры садятся в ряд и соединяют свои ладони лодочкой. У водящего игры в кулаке должен находится мелкий предмет: пуговица, монета, колечко. Цель водящего обойдя каждого игрока, незаметно вложить ему «колечко», произнося при этом «Колечко-колечко, выйди на крылечко». Тот участник у которого оказался предмет поднимается и старается убежать. Задача всех других игроков поймать убегающего.

Съедобное - несъедобное

Все участвующие в игре садятся в ряд. Водящий подкидывает мяч любому игроку, произнося при этом какой-либо предмет. Участник должен словить мяч, если предмет окажется «съедобным», если нет, то должен отбить его. Цель ведущего запутать игрока. Чем быстрее он будет кидать мяч, тем увлекательнее будет игра.

Ножички

Участники чертят на земле круг. После чего, каждый один за другим бросает ножичек на территорию соперника, отвоёвывая при этом у него максимально больше земли. Ножик можно бросать в песок, землю, а также в деревянные скамьи. Если ножек при броске не встрял в землю, а упал, другой игрок кидает ножик.

Слон

В эту игру играли дети и подростки в каждом дворе СССР. Её правила достаточно просты. Игроки условно разбиваются на две команды: «слонов» и «всадников». Участники первой команды встают друг за другом, согнувшись пополам и обхватив друг друга. Получается своеобразный плотный строй, который именовался «слоном». Участники второй команды выстраиваются в неподалеку от «слона». Каждый из «всадников» разбегается, опирается на последнего «слона» и пролетает дальше, стараясь «оседлать слона» ближе к голове, чтобы поместились все оставшиеся «всадники». Задача «слона» в том, чтобы не упасть под тяжестью «всадников». Задача «всадников» в том, чтобы не упасть со «слона».

12 палочек

Дощечку или толстую палку кладут на камень так, чтобы один конец ее был на земле, а другой приподнят. На конец дощечки, лежащий на земле, кладут 12 палочек. Выбранный водящий или один из игроков ударяет ногой по свободному концу дощечки, и палочки разлетаются в разные стороны. Водящий начинает собирать палочки, а игроки разбегаются и прячутся. Когда палочки собраны и уложены на дощечку, водящий начинает искать спрятавшихся. Найденный игрок выбывает из игры. Спрятавшийся игрок может незаметно от водящего подбежать к дощечке, ударить по ней ногой со словами: «12 палочек летят». Палочки разлетаются, водящий снова их собирает, а все играющие снова прячутся.

Банки (клёк)

Играют от 3 до 10 человек. Выбирается ровная площадка не менее 20Х10 м. Для игры нужна палка (бита) длиной 1 м и 5 банок (консервных или из-под краски).

В 5—7 м от края площадки чертят круг диаметром около 1 м, в центре которого ставят друг на друга столбиком 5 банок. Каждый по очереди берет палку и от линии кона бросает ее в банки. Если он попадет и собьет только одну банку, то повторяет удар. И так до тех пор, пока не выбьет все банки. Если же игрок с первого удара собьет все банки, то удар ему не засчитывается, и он передает биту следующему. Победителем является тот, кто первым собьет по очереди одну за другой пять банок.

Нельзя заступать за линию кона, с которой договорились бросать палку. Устанавливает банки и подбирает палку следующий по очереди игрок.

Чай – Чай - Выручай!

В начале определяют границу игровой зоны, за которую нельзя забегать и водящего. Водящий догоняет игроков и тот кого он догнал должен замереть на месте и кричать: «Чай-чай-выручай!» до тех пор, пока его не выручат. Выручить его может любой из участников, кроме, конечно, водящего, просто дотронувшись до него. При этом задача водящего становится очень непростой, так как он сможет передать свою роль другому только тогда, когда догонит всех остальных игроков, и при условии, что их никто не выручит. В противном случае игра может никогда не закончиться.

Казаки - разбойники

Участники разбиваются на две команды: «казаки» и «разбойники». Действие игры может происходить в подъезде, во дворе, на улице. «Разбойники» загадывая кодовое слово убегают, рисуя при этом на асфальте стрелки своего движения. Цель «казаков» найти по этим стрелкам «разбойников» и узнать их секретное слово.

Вы поедете на бал?

Водящий игры читает речёвку:
«Да и нет не говорите,
Черный и белый не берите,
Вы поедете на бал?».
Его цель сбить с толку участников. Задача участника отвечать на вопросы не применяя слова «чёрный», «белый», «да», «нет».