**Бой петухов**

"Бой петухов" - игра, развивающая ловкость и прыжковую выносливость.

*Место проведения.* Открытая площадка (спортивный зал, коридор, игровая комната).

*Подготовка.* В игре участвуют две команды, которые выстраиваются лицом друг к другу в две шеренги.

*Описание игры.* По команде тренера игроки начинают прыгать на одной ноге, заложив руки за спину. Задача игры – толкая плечом игрока противоположной команды вывести его из равновесия и заставить коснуться пола второй ногой. Кто коснулся пола – из игры выбывает. Проигрывает та команда, в которой не останется ни одного игрока. В следующем поединке участники передвигаются на другой ноге.

*Правило.* Во время боя запрещается менять толчковую ногу и убирать руки из-за спины.

*Вариант игры.* В эту игру можно играть и "один на один". В этом случае игра идет, как говорят, «на победителя». То есть, проигравший выбывает, а следующий игрок встречается с победителем предыдущего боя. И так – до выявления окончательного победителя. С целью сокращения времени поединка, этот вариант игры целесообразно проводить в круге, диаметром 4-5 метров. В этом случае проигрывает игрок, который коснулся пола второй ногой, или вышел за границу круга.

*Методическое указание. Надо сказать, что вариант игры*"один на один" имеет очень низкую моторную плотность. Поэтому, рекомендуется проводить его в заключительной части занятия, когда вариант игры «команда на команду» был уже проведен несколько раз.

**Игра «Падающая палка»**

"Падающая палка" - подвижная игра на развитие внимания и ловкости.

*Место и инвентарь*. Площадка (спортзал, коридор, игровая комната), гимнастическая палка.

*Подготовка*. Занимающиеся рассчитываются по порядку и становятся в круг. Выбирается водящий, берет в руки гимнастическую палку и становится в середину круга. Если играющих много, то образуют 2-3 круга. Соответственно, увеличивается количество водящих и гимнастических палок. Водящий получает палку, ставит ее одним концом на пол, вертикально, а другой конец придерживает сверху рукой.

*Описание игры*. Водящий, придерживая рукой палку, громко называет номер игрока и отпускает палку. Названный игрок должен быстро подбежать к палке и схватить ее, пока она не упала. Если ему удается это сделать, он возвращается в строй, а водящим остается прежний игрок. Если он не успевает и палка падает на пол, то этот игрок становится водящим. Прежний водящий занимает место в строю под своим номером.

*Правило*. Сначала водящий называет чей-либо номер, а только потом отпускает палку. Если он сделает наоборот, то должен переиграть этот розыгрыш.

*Методическое указание*. Расстояние от игрока в центре круга до остальных (диаметр круга) зависит от подготовленности играющих и их возраста.

**Игра «Кто дальше»**

"Кто дальше" - игра на развитие прыгучести.

*Место проведения и инвентарь.* Зал (площадка), мел.

*Описание игры.* Играют две равные команды. На площадке рисуется линия. Игрок первой команды прыгает в длину от линии. На месте приземления (по пяткам) проводят черту. Другой игрок этой же команды становится у вновь отмеченной черты и также прыгает с места вперед. Его приземление отмечается по пяткам, чертой. Так прыгают все игроки команды. Затем игру начинает другая команда, начиная прыжки от той же линии старта, но немного в стороне, чтобы не запутаться. Результат соревнования выясняется, когда прыгнет последний игрок второй команды. Если он продвинется дальше, чем последний игрок первой команды, то побеждает вторая команда. Иначе - вторая команда считается проигравшей.

*Правила.*

1. Прыгать нужно, не заступая за линию.
2. Если играющий после прыжка упал, чертой отмечается то место, где он прикоснулся к площадке какой-либо частью тела, ближайшей к линии старта.

**Игра «Прыжок за прыжком»**

"Прыжок за прыжком" **-**детская подвижная игра на развитие прыгучести, ловкости и координации.

*Место и инвентарь.* Зал (площадка, коридор), скакалки.

*Подготовка.* В игре участвуют две команды с четным количеством игроков в каждой. Каждая команда выстраивается в колонну по два. Каждая пара колонны держит скакалку на высоте 50-60 см от пола.

*Описание игры.* По сигналу преподавателя игроки первой пары в каждой команде кладут скакалку на пол и бегут в хвост колонны. Далее, последовательно перепрыгивают через скакалки всех пар, стоящих в колонне. Допрыгав до своей скакалки, берут ее в руки и держат на высоте 50-60 см от пола. Затем, игроки второй пары кладут скакалку, перепрыгивают через скакалку первой пары, бегут в хвост колонны и перепрыгивают через все скакалки, до своей. Таким образом прыгают все игроки каждой команды. Выигрывает команда, первой закончившая прыжки.

*Правила.*

1. Очередная пара начинает прыжки после того, как игроки впереди стоящей пары взяли скакалку в руки.
2. Игроки каждой пары прыгают толчком с двух ног.
3. Пара, стоящая последней в колонне, возвратившись на свое место, поднимает скакалку вверх, показывая этим, что команда закончила игру.

**Игра «Через палку»**

"Через палку" - детская игра на развитие ловкости.

*Место и инвентарь.* Зал, площадка, гимнастические палки.

*Подготовка к игре.* Играющие делятся на две равные команды, выстраиваются в колонну по одному. Расстояние между колоннами 8-14 м. Дистанция между играющими в колоннах - вытянутые руки вперед. Два игрока каждой команды становятся перед своей колонной лицом к ней, держа в руках гимнастическую палку.

*Описание игры.* По сигналу преподавателя два первых игрока (с палкой) проносят палку вдоль своей колонны, а все стоящие в колонне поочередно перепрыгивают через палку. Добежав до конца колонны, один из пары (по договоренности между собой) становится в ее конец, а второй возвращается в начало колонны и вместе с направляющим проносит палку вдоль колонны. Пробежавший дважды остается в конце колонны, а второй бежит к ее началу и составляет новую пару с впереди стоящим игроком. Выигрывает команда, участники которой первыми закончат перебежку и вернутся в исходное положение.

*Вариант игры.* Построение и система зачета та же самая, но по сигналу тренера первый в колонне один проносит гимнастическую палку, через которую перепрыгивает вся колонна. Оказавшись в конце колонны, палка передается с правой стороны впередистоящему в колонне.