**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «ЛЕДОВЫЙ ДВОРЕЦ» УСМАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ»**

**ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

 **НА ЛЬДУ**

**Подготовила педагог дополнительного образования**

 **Ложкина Вероника Валерьевна**

**2015 год**

**Круговые змейки**

Оборудование. Коньки у каждого участника игры, десять городков или кеглей.

Описание. По кругу радиусом примерно 15 м расставляют десять городков или кеглей на равном расстоянии один от другого. Конькобежцы, передвигаясь по кругу один за другим, должны объезжать городки змейкой, огибая один с правой, а другой с левой стороны. Через некоторое время по сигналу руководителя все останавливаются, поворачиваются кругом и передвигаются в обратном направлении, соблюдая те же правила.

Победителями считаются те, кто на протяжении игры ни разу не заденет городок и не пропустит очередной поворот.

**Собери скорее**

Оборудование. Коньки у каждого участника игры.

Описание. У стартовой черты встают три-четыре конькобежца. Перед каждым на расстоянии 10-15 м кладут снежок и за ним через каждые 3-4 м еще два-три снежка. По команде руководителя играющие бегут по направлению к первому снежку, наклоняются, берут его в руки, потом бегут ко второму, третьему, поднимают их и бегут обратно.

Побеждает тот, кто вернется первым, подобрав все снежки.

**Набрасывание колец**

Оборудование. Коньки у каждого участника игры, десять городков, пять пластмассовых колец диаметров 19-22 см.

Описание. Вдоль дорожки устанавливаются десять городков на расстоянии 4-5 м друг от друга. Конькобежцы должны по очереди, взяв в руки пять колец, пробежать вдоль дорожки и набросить кольца на любые городки. Затем вернуться, собрать кольца и передать их следующему игроку.

За каждое наброшенное на городок кольцо игрок получает одно очко. Игра может быть повторена несколько раз.

Побеждают те, кто набрал наибольшее количество очков.

**Кто дальше?**

Оборудование. 2 флажка

Описание. На линии старта ставится 2 флажка, возле каждого находится участник игры. По сигналу они одновременно начинают движение вперед. При этом каждый должен отталкнуться правой (левой) 3 раза подряд, после чего скользить по инерции до полной остановки. Побеждает тот, кому удалось дальше проскользить.

**Карусель.**

Эта игра поможет хорошо бегать на поворотах. Самый опытный из играющих конькобежец становится в центре площадки. Он закладывает руки за спину, а кисти рук закрывает на «замок». Остальные ребята разбиваются на две группы. Взявшись за руки, они выстраиваются в шеренгу с одной и с другой стороны ведущего, лицом в противоположные стороны. Ребята, которые стоят рядом с ведущим, берут его под руки. После этого обе шеренги постепенно, как карусель, начинают движение вперед и делают на повороте перебежку — переставляют ноги так, как мы рекомендовали выше.

**Салочки.**

Один из играющих водит, то есть догоняет других участников игры, которые убегают от него. Правила здесь такие же, как в аналогичной игре на земле. Задача догоняющего дотронуться, осалить кого-нибудь из беглецов. Осаленный начинает водить. В этой игре, которая научит вас ловко управлять коньками и устойчиво держаться на льду, могут участвовать все ребята, собравшиеся на катке. Варианты игры в салочки самые разнообразные.

**Змейка.**

Игра поможет вам выработать равномерный четкий шаг. Станьте в затылок друг другу. Первый конькобежец — ведущий — скользит сначала прямо, а затем начинает делать повороты в разные стороны. По его команде эти же движения выполняет и вся «змейка». При этом запомните: надо строго выдерживать расстояние между собой и идти только по следу ведущего.

**Пистолет.**

Здесь вас ждут уже более серьезные испытания. По нескольку человек становитесь друг за другом в колонну, берите впереди стоящего за талию. Постепенно начинайте скользить, а затем по команде ведущего приседайте одновременно, вытягивая вперед и чуть в сторону одну ногу. Не делайте резких движений — можете упасть.

**Воробьи и вороны.**

Каток разделен на два поля средней линией. По краям прямыми линиями обозначены два «города». Можно использовать разметку хоккейного поля. Обе команды получают условные обозначения — «воробьи» и «вороны».

Играющие становятся вдоль средней линии в две шеренги. Размыкаются на вытянутые руки и поворачиваются спиной друг к другу. По команде судьи: «Во-ро-бьи!» — те бегут к своему «городу», а «вороны» пытаются их догнать и осалить. Добежав до своего «города», осаленные поднимают руки вверх. Судьи считают их количество. Выигрывает команда, в которой меньше пострадавших.

Лучше всего проводить эту игру по нескольку раз, вразнобой меняя команды: «Во-ро-ны!», «Во-ро-бьи!».

 **«He проскочи мимо».**

Положите на лед монету. Начните разбег метров за 25 до цели. Постарайтесь, набрав скорость, на полном ходу поднять монету.

**«Будем играть в хоккей».**

 Соревнующиеся разбиваются на две команды. На расстоянии 25 м от стартовой линии ставятся два поворотных флажка в 5 м один за другого.

Команды выстраиваются в затылок за стартовой линией также в 5 м одна от другой. Первые и вторые номера обеих команд держат в руках по хоккейной клюшке, а первый номер еще и хоккейный мяч (или шайбу).

По сигналу судьи первые номера с места ведут мяч, огибают поворотный флажок и гонят мяч обратно к стартовой линии. Но надо, чтобы участник вел мяч, а не посылал его ударом клюшки вперед.

Когда мяч коснется стартовой линии, эстафету принимает второй номер. А в это время первый номер передает клюшку третьему номеру. Так, ведя мяч и передавая клюшки, вся команда пробегает маршрут эстафеты.

Побеждают те, последний номер которых, возвращаясь от флажка, пересечет линию старта раньше соперника.

Вот такие веселые командные игры-развлечения на льду помогут новичкам освоиться на катке, почувствовать себя на коньках так же уверенно, как и на земле. Все эти игры рассчитаны на то, чтобы без всякой подготовки можно было организовать их, объединив ребят, пришедших на лед.

Эти игры можно проводить на любом катке — во дворе, на школьной площадке, на большом стадионе. Важно лишь кому-то бросить клич.