



СКАКАЛКА

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в прыжках на двух ногах, умению играть в коллективе.

Описание: Один из играющих берет веревку и раскручивает ее. Низко от земли. Остальные прыгают через веревку: чем выше, тем больше будет доход и богатство.

Перед началом игры говорят следующие слова:

Чтоб был долог колосок,
Чтобы вырос лен высок,
Прыгайте как можно выше.
Можно прыгать выше крыши.

Правила игры :
Кто задел за скакалку, выбывает из игры.

ПИРОГ

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге, умению играть в коллективе.

Описание: Играющие делятся на две команды. Команды становятся друг против друга. Между ними садится «пирог» (на него надета шапочка). **Все дружно начинают расхваливать «пирог»:**

**Вот он какой высоконький,
Вот он какой мякошенький,
Вот он какой широконький.
Режь его да ешь!**

После этих слов играющие по одному из каждой команды бегут к «пирогу». Кто быстрее добежит до цели и дотронется до «пирого», тот и уводит его с собой. На место «пирого» садится ребенок из проигравшей команды. Так происходит до тех пор, пока не проиграют все в одной из команд.

РУЧЕЁК

Задачи: Обучение в игровой манере ходьбе, внимательности, игре в коллективе.

Описание: Дети становятся парами, взявшись за руки. Руки надо поднять кверху таким образом, чтобы получился «домик». Пары детей становятся друг за другом, постепенно передвигаясь вперед. Формируется что-то вроде «ручейка», который постоянно течет.

Один человек заходит в начало этого ручейка, проходит под поднятыми руками игроков и выхватывает из основной массы одного из игроков за руку, уводя его с собой в конец ручейка, вставая последним его звеном. На освободившееся место встает следующая пара игроков, а освободившийся игрок идет в начало ручейка и проделывает то же самое – идет под руками игроков, выхватывая из ручейка понравившегося человека за руку и уводя его в самый конец ручейка.

Варианты:

В зависимости от размеров игровой площадки играющие пары идут ровным уверенным шагом прямо или по кругу. По сигналу воспитателя (хлопок в ладоши, свисток) первая пара, пригнувшись, входит в «коридор» из рук

У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ

Задачи: Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу, навык коллективного движения. Упражнять в беге по определенному направлению, с увертыванием, развивать речь.

Описание: Из всех участников игры выбирают одного водящего, которого назначают "медведем". На площадке для игры очерчивают 2-ва круга. 1-ый круг – это берлога "медведя", 2-ой – это дом, для всех остальных участников игры. Начинается игра, и дети выходят из дома **со словами:**

**У медведя во бору
Грибы, ягоды беру.
А медведь не спит,
И на нас рычит.**

После того, как дети произносят эти слова, "медведь" выбегает из берлоги и старается поймать кого-либо из деток. Если кто-то не успевает убежать в дом и "медведь" ловит его, то уже сам становится "медведем" и идет в берлогу.

Правила: Медведь имеет право вставать и ловить, а играющие – убежать домой только после слова «рычит!».

Медведь не может ловить детей за линией дома.

В НОГУ

Задачи: Развивать, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять метании.

Описание: Дети делятся на 2-ве равные по числу команды. Вдоль одной из линий чертятся круги диаметром около 30-ти сантиметров, согласно количеству игроков одной команды. После этого, игроки одной команды строятся шеренгой по линии, поставив одну ногу в нарисованный круг. Игроки противоположной команды стоят напротив, на определенном, заранее установленном расстоянии. Их задача попасть мягкими мячами в игроков команды-соперницы. Игра длится по количеству установленных бросков (например, по 5), после чего команды меняются местами. За каждое попадание можно начислять баллы. Побеждает команда, набравшая большее количество баллов.

Правила: Во время игры запрещается бросать мяч в лицо, а игрокам, находящимся в кругах, отрывать ногу, находящуюся в кругу от земли.

ГУСИ

Задачи: Развивать, силовую выносливость, мускулатуру рук и ног, ловкость, чувство спортивного соперничества.

Описание: Дети делятся на 2-ве команды. В центре площадки чертится круг. Игроки, по одному от команды, выходят в круг, поднимают левую ногу назад, берутся за нее рукой, а правую руку вытягивают вперед. По сигналу игроки начинают толкаться ладонями вытянутых рук. Побеждает игрок, которому удастся вытолкнуть соперника за пределы круга или же если соперник встанет на обе ноги. Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.

Варианты: БОЙ ПЕТУХОВ

Игра проводится практически по тем же правилам, что и игра «Гуси». Основное отличие заключается в том, что игроки, прыгая на одной ноге, закладывают руки за спину и толкаются не ладонками, а плечо в плечо. Побеждает игрок, которому удастся вытолкнуть соперника за пределы круга или же если соперник встанет на обе ноги. Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.

КРУЖЕВА

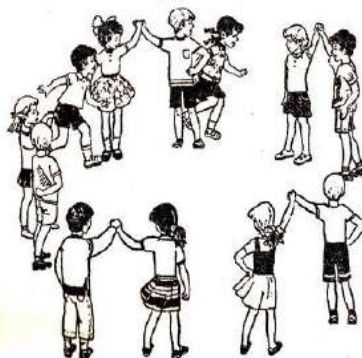
Задачи: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, подлезание; совершенствовать ориентировку в пространстве.

Описание: Из играющих детей выбирают двоих: один «челнок», другой — «ткач». Остальные дети становятся парами, лицом друг к другу, образуя полукруг. Расстояние между парами 1—1,5 м. Каждая пара берется за руки и поднимает их вверх, образуя «ворота». Перед началом игры «ткач» становится у первой пары, а «челнок» — у второй и т. д. По сигналу учителя (хлопок, свисток) или по его команде «челнок» начинает бежать «змейкой», не пропуская ни одних ворот, а «ткач», следуя его путем, пытается догнать его.

Если «челнок» успеет добежать до последней пары полукруга и не будет пойман, то он вместе с «ткачом» становится последней парой, а игру начинает первая пара, распределив роли «челнока» и «ткача».

Если «ткач» догоняет «челнок» и успевает «запятнать» его прежде, чем он достигнет последней пары, то сам становится «челноком», а игрок, бывший «челноком», идет к первой паре и выбирает из двоих себе пару. С этим игроком он образует пару в конце полукруга, а оставшийся без пары становится «ткачом».

Правила игры: игра заканчивается, когда пробегут все пары.



КУМУШКИ

(Уголки)

Задачи: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в беге.

Описание: Для этой игры нужно нарисовать четырехугольник. Участников 5 человек, один из них водящий, а четверо занимают уголки. Водящий подходит к одному из игроков и **говорит:** «Кумушка, дай ключи!» Стоящий в углу **отвечает:** «Иди, вон там постучи!» В это время остальные игроки перебегают из угла в угол. Если водящий успеет занять угол, то на его место встает игрок, который остался без угла.

Вариант: Играющие встают в круг, каждый свое место отмечает камешком или очерчивает маленький кружок. В центре большого круга стоит водящий. Он подходит к одному из играющих и говорит: «Кумушка, дай ключи!» Ему отвечают: «Иди, вот там постучи!» Пока водящий идет к следующему игроку, дети меняются местами. Водящий должен не зевать и постараться занять кружок. Игрок, оставшийся без места, становится водящим.

Указания к проведению: Вначале уголки следует располагать близко один от другого, тогда и водящему легче занять уголок. Затем расстояние можно увеличить. Если на участке есть деревья, расположенные недалеко друг от друга, то играющие встают около деревьев. Водящий может **говорить и такие слова:**

*Мышка, мышка, продай уголок!
За шильце, за мыльце,
за белое полотенце,
За зеркальце.*

ХЛОП! ХЛОП! УБЕГАЙ!

Задачи: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в беге.

Описание: Играющие ходят по игровой площадке — собирают на лугу цветы, плетут венки, ловят бабочек и т. д. Несколько детей выполняют роль лошадок, которые в стороне щиплют травку. После

слов ведущего:

**«Хлоп, хлоп, убегай,
Тебя кони стопчут»**

несколько игроков произносят:

**«А я коней не боюсь,
По дороге прокачусь!»**

и начинают скакать на палочках, подражая лошадкам и стараясь поймать детей, гуляющих на лугу.



Правила игры: Убегать можно лишь после слова «прокачусь»; тот ребенок, которого настигнет лошадка, на время выбывает из игры.



ДЕДУШКА РОЖОК

Задачи: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в беге.

Описание: Дети по считалке выбирают Дедушку.

По божьей росе,
По поповой полосе
Там шишки, орешки,
Медок, сахарок

Поди вон, дедушка Рожок!

Выбранному игроку-Дедушке отводится «дом». Остальные игроки отходят на 15-20 шагов от «дома» этого - у них свой «дом».

Дети: Ах ты, дедушка Рожок,
На плече дыру прожёт!

Дедушка: Кто меня боится? **Дети:** Никто!

Кого он осалил, вместе с ним ловит играющих. Как только играющие перебегут из дома в дом и водящий вместе с помощником займут свое место, игра возобновляется.

Правила игры: игра продолжается до тех пор, пока не останется три-четыре не пойманных играющих.



ЗОЛОТЫЕ ВОРОТА

Задачи: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в ходьбе цепочкой.

Описание: Пара игроков встают лицом друг к другу и поднимают вверх руки – это ворота. Остальные игроки берутся друг за друга так, что получается цепочка. **Все дети говорят:**

**Ай, люди, ай, люди,
Наши руки мы сплели.
Мы их подняли повыше,
Получилась красота!
Получились не простые,
Золотые ворота!**

Игроки-ворота говорят стишок, а цепочка должна быстро пройти между ними. **Дети – «ворота» говорят:**

**Золотые ворота
Пропускают не всегда.
Первый раз прощается,
Второй - запрещается.
А на третий раз
Не пропустим вас!**

С этими словами руки опускаются, ворота захлопываются. Те, которые оказались пойманными, становятся дополнительными воротами. "Ворота" побеждают, если им удалось поймать всех игроков.

Правила игры: Игра продолжается до тех пор, пока не останется три-четыре не пойманных играющих, опускать руки надо быстро, но аккуратно.

МАЛЕЧИНА-КАЛЕЧИНА

Задачи: Развивать, ловкость, выдержку, координацию движений, чувство спортивного соперничества.

Описание: Играющие выбирают водящего. Все берут в руки по палочке и произносят:

**Малечина-калечина,
Сколько часов
Осталось до вечера,
До летнего?**

После этих слов ставят палочку вертикально на ладонь или на кончик пальцев. Водящий считает: «Раз, два, три ... десять!» Когда палка падает, ее следует подхватить второй рукой, не допуская полного падения на землю. Счет ведется только до подхвата второй рукой, а не до падения на землю. Выигрывает тот, кто дольше продержит палочку.

Варианты: Палку можно держать по-разному:

1. На тыльной стороне ладони, на локте, на плече, на голове.
2. Удерживая палку, приседают, встают на скамейку, идут или бегут к начерченной линии.
3. Держат одновременно две палки, одну на ладони, другую на голове.

Правила игры: Пальцами другой руки (палочку) малечину-калечину поддерживать нельзя.

ТКАЧИХА

Задачи: Развивать, ловкость, выдержку, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе, беге.

Описание: Две шеренги, плотно переплетаясь руками стоят напротив друг к другу лицом. Посередине коридора будут бегать 2 «челнока» навстречу друг другу по правой стороне коридора каждый. По команде **все начинают петь речитатив:**

**Я весёлая ткачиха,
Ткать умею лихо, лихо.
Ай, лю-ли, ай, лю-ли,
Ткать умею лихо, лихо!**

Шеренги ровными стенками сближаются и расходятся, ткут, в это время "челноки" должны проскочить. Если не успевают, то "заткали ниточку" (плохо ткут). Когда «челноки» пробежали присоединяются к «деревне» встают в шеренгу.

Правила игры: «Челноки» не должны наталкиваться друг на друга.



ЛЕТИТ – НЕ ЛЕТИТ

Задачи: Развивать, выдержку. Упражнять детей в прыжках на двух ногах, беге в различных направлениях.

Описание: Все становятся в круг.

Тара – бара,
Домой пора —
Ребят кормить,
Телят поить,
Коров доить,
Тебе водить!

Выбирается ведущий.

Ведущий называет птиц, зверей, насекомых, цветы и т. д. и при назывании летающего объекта все игроки подпрыгивают. Если назван объект нелетающий, они стоят на месте.

Правила игры: Прыгать можно только если назван летающий объект.

Варианты: вместо прыжков можно использовать бег. А можно чередовать.

ВЫБЕЙ МЯЧ ИЗ КРУГА

Задачи: Развивать, выдержку. Упражнять детей в способах передачи мяча друг другу.

Описание: Участники игры встают в круг на расстоянии двух шагов друг от друга, руки держат за спиной. Водящий встает в центр, кладет мяч на землю и, ударяя ногой по нему, старается выкатить из круга. Играющие не пропускают мяч, отбивают его ногами водящему. Кто пропустит мяч, тот идет водить.

Правила: 1. Играющие не должны касаться мяча руками. 2. Мяч игрокам разрешается отбивать так, чтобы он катился по земле. 3. Водящему не разрешается отходить от центра круга дальше чем на два шага.

Указания к проведению: В игре принимают участие не более 10 человек. Участникам нужно помнить, что мяч нужно подталкивать внутренней стороной стопы или носком. Нельзя сильно ударять по мячу. Если играющие хотят остановить мяч, прежде чем его передать водящему, лучше это сделать внутренней стороной стопы или подошвой, приподняв носок.

Вариант игры: Участники так же, как и в предыдущей игре, встают в круг, но спиной к центру. Водящих должно быть несколько человек, но не более 4. Цель игры — не пропустить мяч в круг.

ГОНКА МЯЧЕЙ

Задачи: Развивать умение действовать по сигналу. Упражнять детей в бросании и ловле мяча,

Описание: Дети встают по кругу на расстоянии одного шага друг от друга лицом в центр, рассчитываются на первые и вторые номера. Так они делятся на две группы. В каждой группе играющие выбирают ведущих. Они должны стоять на противоположных сторонах круга. По сигналу ведущие начинают перебрасывать мяч только игрокам своей группы, в одном направлении. Выигрывает группа, в которой мяч раньше вернулся к ведущему.

Дети выбирают другого водящего. Игра повторяется, но мячи перебрасываются в обратном направлении.

По договоренности игру можно повторить от 4 до 6 раз. **Правила:** 1. Начинать игру ведущим нужно одновременно по сигналу. 2. Мяч разрешается только перебрасывать. 3. Если мяч упал, то игрок, уронивший его, поднимает и продолжает игру.

Указания к проведению. Для игры необходимо два мяча разного цвета. Чтобы дети поняли правила игры, сначала надо провести ее с небольшой группой (8—10 человек). Играющие должны точно перебрасывать мяч, быть внимательными при приеме мяча: тот, кто ловит, не должен стоять неподвижно и ждать, когда мяч попадет в руки. Нужно следить за направлением летящего мяча, а если потребуется — сделать шаг вперед или присесть.



МОЛЧАНКА

Задачи: Развивать умение действовать на сигнал, выдержку, творческий подход к игре. Упражнять в основных видах движений.

Описание: Перед началом игры **все играющие произносят** певалку:

**Первенчики, червенчики,
Летали голубенчики
По свежей росе,
По чужой полосе,
Там чашки, орешки,
Медок, сахарок -
Молчок!**

Как скажут последнее слово, все должны замолчать. Ведущий старается рассмешить играющих движениями, смешными словами и потешками, шуточными стихотворениями. Если кто-то засмеётся или скажет слово, он отдаёт ведущему фант. В конце игры дети свои фанты выкупают: по желанию играющих поют песенки, читают стихи, танцуют, выполняют различные движения. Разыгрывать фант можно и сразу, как проштрафился.

Правила игры. Ведущему не разрешается дотрагиваться руками до играющих. Фанты у всех играющих должны быть разные.

РАСТЕРЯХИ

Задачи: Развитие координации движений, силы; воспитание сплоченности, товарищества.

Описание: Игроки становятся в ряд, держа друг друга за руки и образуя таким образом цепь. Один из них — стоящий в конце ряда и более сильный «вожак» начинает бежать, увлекая за собой других, при этом постоянно и неожиданно поворачивает то в одну, то в другую сторону. Такие же движения приходится делать и всем остальным игрокам. Те, кому это не удастся, отрываются от цепи и выбывают из игры.

Правила игры. Вожаку можно начинать бежать только по сигналу педагога.

ГОРШКИ

Задачи: Развивать у детей умение действовать по сигналу, упражнять в беге по разным направлениям.

Описание: Играющие изображают горшки, все садятся в круг. Позади каждого сидящего («горшка») становится другой игрок - хозяин («торговец»). Водящий, выбранный по жребию, находится вне круга. Обходя круг, водящий поочередно подходит к каждому «торговцу», кладет руки на голову «горшка».

Водящий: Нет ли продажных горшков?

Хозяин: Нет продажных.

Водящий идет к другим хозяевам с тем же вопросом, пока не услышит утвердительный ответ.

Хозяин: Купи, что дашь?

Водящий: Шильце, мыльце, белое белильце, белое полотенце.

Хозяин: Ладно, по рукам.

Оба ударяют по рукам и затем бегут в разные стороны вокруг круга. Кто первый прибежит к сидящему («горшку»), тот и становится хозяином, а опоздавший - водящий.

).

Правила: нельзя мешать бегающим играющим. Игра продолжается до тех пор, пока вызывает интерес.

МОЛЧАНКА

Задачи: Развивать умение действовать на сигнал, выдержку, творческий подход к игре. Упражнять в основных видах движений.

Описание: Перед началом игры **все играющие произносят** певалку:

**Первенчики, червенчики,
Летали голубенчики
По свежей росе,
По чужой полосе,
Там чашки, орешки,
Медок, сахарок -
Молчок!**

Как скажут последнее слово, все должны замолчать. Ведущий старается рассмешить играющих движениями, смешными словами и потешками, шуточными стихотворениями. Если кто-то засмеётся или скажет слово, он отдаёт ведущему фант. В конце игры дети свои фанты выкупают: по желанию играющих поют песенки, читают стихи, танцуют, выполняют различные движения. Разыгрывать фант можно и сразу, как проштрафился.

Правила игры. Ведущему не разрешается дотрагиваться руками до играющих. Фанты у всех играющих должны быть разные.