

П о д в и ж н ы е

и г р ы

"Мяч среднему"

(игра средней подвижности).

Дети, разделившись на группы, образуют три или четыре круга. В каждом кругу игроки становятся на некотором расстоянии (длина вытянутых в стороны рук), перед их носками проводится черта. В середину каждого круга, отмеченную кружком, выходит водящий с мячом. По сигналу руководителя водящие начинают поочередно бросать мяч игрокам и ловить его. Получив мяч от последнего по порядку игрока в круге, водящий поднимает мяч вверх, показывая, что переброска закончена.

При перебрасывании мяча водящий не должен выходить из своего кружка, а стоящие по кругу не имеют права заступать за его черту. Игрок, уронивший мяч, должен поднять его и перебросить в

установленном порядке соседу по кругу.

П о д в и ж н ы е и г р ы

"Кто быстрее"

(игра большой подвижности).

Играющие становятся в две или три колонны по одному. Перед носками первых чертится общая черта. В 10—15 шагах от черты обозначаются два или три (по числу колонн) кружочка. В каждый кружочек кладется по палочке или чурке. По команде руководителя ("Внимание! Марш!") головные игроки в колоннах бегут до своих кружочков, три раза ударяют палочками о землю и возвращаются обратно, стараясь быстрее занять свои места в колоннах. Прибежавший первым выигрывает. Затем так же бегут вторые, третьи и остальные игроки.

Выбегая из колонны и спокойно вставая на свое место,

нельзя задевать других игроков. Постучав палочкой, надо ее оставить в кружочке.

П о д в и ж н ы е и г р ы

Волк во рву

Поперёк площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий - волк. Остальные дети - козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова воспитателя "Козы, в поле, волк, во рву!" дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге через ров. Волк бежит во рву, стараясь осадить прыгающих коз. Осаленный отходит в сторону. Воспитатель говорит: "Козы, домой!" Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2-3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.

Указания. Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков.

П о д в и ж н ы е и г р ы

Горелки

Играющие (11-13 детей) становятся в колонну парами. Впереди колонны (в 2-3 шагах) стоит ловящий, он смотрит вперед. Играющие хором произносят:

**Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло,
Глянь на небо -
Птички летят,
Колокольчики звенят !
Раз, два, три - беги !**

После слова "беги" дети, стоящие в колонне в последней паре, отпускают руки и бегут вперед вдоль колонны: один слева, а другой справа от нее. Они выбегают вперед и стараются снова взяться за руки и стать впереди ловящего. Ловящий старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и взяться за руки. Если ловящему удастся это сделать, он с пойманным образует новую пару, которая становится впереди колонны. Оставшийся без

пары будет ловящим. Если ловящему не удалось поймать никого из пары, он продолжает выполнять свою роль. Игра заканчивается, когда все пары пробегут по одному разу. После этого выбирается новый водящий. Игра возобновляется.

Указания. Воспитатель следит, чтобы дети не выбегали из колонны раньше времени.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Два Мороза

На противоположных сторонах площадки линиями обозначаются два дома. Играющие располагаются в одном из домов. Двое водящих, два Мороза (Мороз - красный нос и Мороз - синий нос) становятся посередине площадки лицом к детям:

**Мы два брата молодые,
Два Мороза удалые
Я Мороз - красный нос,
Я Мороз - синий нос, ,
Кто из вас решится
В дороженьку пуститься ?**

Все играющие хором отвечают:

**Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз !**

После этого они перебегают в другой дом, а Морозы стараются их заморозить

(коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз. Они стоят так до окончания перебежки. Морозы подсчитывают, сколько играющих им удалось заморозить. После 2-3 перебежек выбирают новых Морозов. В конце игры подводится итог: какие Морозы заморозили больше играющих.

Указания. Игрок, который выбежит из дома до сигнала или остается в доме после него, тоже считается замороженным.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Ловишка, бери ленту

Играющие стоят по кругу. У каждого из них цветная ленточка, которая закладывается сзади за пояс или ворот. В центре круга стоит ловишка. По сигналу воспитателя "беги" дети разбегаются по площадке. Ловишка бежит за играющими, стремясь взять у кого-нибудь из них ленточку. Лишившийся ленточки временно отходит в сторону. На слова воспитателя "Раз, два, три - в круг скорей

беги!" дети строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество взятых лент и возвращает их детям. Игра продолжается с новым ловишкой.

Указания. Один и тот же ловишка может водить 2-3 раза. Усложняется игровое задание за счет уменьшения длины ленточки.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Ловишки в звеньях

Дети делятся на два звена. Звенья становятся друг против друга. Запоминают каждый свой номер.

Первое звено держит руки ладошками вверх. У второго звена руки опущены. По сигналу водящего: Первый номер из второго звена бежит к первому номеру первого звена, хлопает о ладоши его 3 раза и быстро бежит обратно на свое

место, его старается догнать первый номер, если догоняет, то идет в его звено. Выигрывает то звено, дети которого засалили больше игроков из другого звена. Переманит к себе.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е и г р ы

Ловля обезьян

Изображающие обезьян дети располагаются на пособиях для лазанья по одну сторону площадки. В противоположной стороне находятся ловцы обезьян (4-6 детей). Они хотят сманить обезьян с деревьев и поймать их. Ловцы договариваются, какие движения они будут делать. Они выходят на середину площадки и показывают задуманные движения. Обезьяны в это время быстро влезают на стенку и наблюдают оттуда за движениями ловцов. Прodelав

движения, ловцы уходят в конец площадки, а обезьяны слезают с деревьев, приближаются к тому месту, где были ловцы, и подражают их движениям. По сигналу воспитателя "ловцы" обезьяны бегут к деревьям и влезают на них. Ловцы ловят тех обезьян, которые не успели влезть на дерево. Пойманных они уводят к себе. После 2-3 повторений дети меняются ролями.
Указания. Надо следить, чтобы дети не спрыгивали со стены, а спускались вниз до последней перекладины. При повторении игры движения ловцов должны быть новыми.

П о д в и ж н ы е и г р ы

Отгадай, чей голосок?

Подготовка. Все играющие образуют круг. Один из играющих становится в середине круга с закрытыми глазами. Руководитель указывает на того, кто будет говорить или петь: "Скок, скок, скок".

Описание игры. Все играющие идут по кругу вправо и поют или говорят: "Мы составили все в круг, повернемся разом вдруг! На эти слова все поворачиваются на 360°" и продолжают далее: "А как скажешь

- скок, скок, скок" (слова "скок, скок, скок" поет или говорит выбранный ребенок. Все останавливаются и заканчивают песню-речитатив словами: "Отгадай, чей голосок". Стоящий в центре с закрытыми глазами открывает их, и должен отгадать - кто сказал слова "скок, скок, скок" или показывает - откуда слышал голос. Узнавший идет в середину, а водящий в круг. Если водящий не угадывает, он продолжает стоять в середине круга.
Правила: 1. Слова "скок, скок, скок" поет или говорит только тот, на кого указал руководитель.

2. Водящий не имеет права открывать глаза до тех пор, пока не закончится речитатив.
3. Если водящий не угадал два раза, он сменяется.

П о д в и ж н ы е и г р ы Перебежки в парах

На земле чертят два круга диаметром по 1,5 м каждый и на расстоянии 3-4 м один от другого. В каждый кружок встают по одному участнику игры, в руках у которого теннисный мяч. По сигналу надо подбросить мячи вверх, а затем быстро поменяться

местами с партнером, стараясь поймать брошенный им мяч. Можно провести эту игру и с гимнастическими палками. Каждый ставит палку вертикально в центре своего кружка, поддерживая сверху рукой. По сигналу руководителя надо перебежать в соседний кружок и успеть поймать палку партнера, пока она не упала. Можно устроить соревнования между двумя или несколькими командами.

ööööö

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Скачет зайчик

**Скачет зайчик по дороге,
Скачет зайчик быстроногий,
Раз, два, три, четыре, пять -
Как же зайку нам поймать.
Вот свернул в песочек зайка,
Поднял ушки: догоняй-ка!
Эй, ребята, не зевай.**

Быстро зайку догоняй !

Играющие образуют круг. Выбирают зайку. Он становится в середине круга. С началом стихотворения дети идут по кругу, а зайка прыгает внутри круга в сторону, противоположную общему движению. На строчку 4 все поворачиваются спиной в круг, а зайка в это время слегка, дотрагивается до кого-либо из детей. На 5 строчку играющие поворачиваются лицом в круг. А зайка выходит из круга. На строчки 6-8 зайка скачет за кругом. С окончанием текста ребенка, которого осалили, старается его догнать. Если это ему удастся, то он становится новым зайкой.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Совушка

В одном из углов площадки обозначается гнездо совы. В гнезде находится водящий - сова. Остальные играющие бегают по площадке, изображая жуков, бабочек и других насекомых. Через некоторое время воспитатель говорит: "Ночь!" Играющие замирают на месте в той позе, в какой их застала ночь. Сова вылетает из своего гнезда. Медленно летит, машет крыльями и смотрит, не пошевелился ли кто. Того, кто пошевелится, сова уводит к себе в гнездо. А воспитатель говорит: "День!" Бабочки, жуки и другие опять начинают летать, кружиться, жужжать. После 2-3 вылетов совы на охоту подсчитывается число пойманных. Выбирается другая сова.

Указания. До начала игры воспитатель рассказывает о повадках совы, о том, что она хорошо видит ночью. Предупреждает, что сова должна следить одновременно за всеми насекомыми.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Солнышко

П о д в и ж н ы е
и г р ы
Шишки, желуди, орехи

В середине круга водящий, а остальные, разбившись по тройкам, становятся один за другим лицом к центру (первый номер - в трех-четырех шагах от входящего. Ведущий дает всем играющим названия: первые в тройках - шишки, вторые - желуди, третьи - орехи. По сигналу водящий громко говорит, например: "Орехи!" Все играющие, названные орехами, должны поменяться местами, а водящий стремится стать на любое освободившееся место. Если ему это удастся, то игрок, оставшийся без места, становится водящим. Если водящий скажет: "Желуди!" - меняются местами стоящие вторыми в тройках, если: "Шишки!" - меняются местами стоящие в тройках первыми. Когда игра освоена, водящему можно вызывать двух или трех игроков в тройках, например: "Шишки! Орехи!" Вызванные также должны поменяться местами. Побеждают игроки, которые ни разу не были водящими. Правила игры запрещают вызванным оставаться на месте, не перебегая в какую-нибудь другую тройку. Такой игрок идет водить. При повторении игры каждую тройку можно построить не в колонну, а в

кружок.

П о д в и ж н ы е
и г р ы
Щука

Дети становятся в круг, в центр водящий с мячом, он садится на корточки и все дети начинают катать друг другу мяч со словами:

**Мимо леса, мимо дач,
Плыл по речке красный мяч,
Увидала щука, -
Что это за штука ?**

После слов ведущий встает и выполняет ведение мяча на месте: Хватъ, хватъ, не поймать, Мячик вынырнул опять. Водящий бросает мяч любому ребенку, который становится водящим.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е и г р ы Веночек

Дети становятся в шеренгу на одной стороне площадки: это цветы в саду. Выбирается водящий - садовник. Становится напротив детей на расстоянии 3-4 м. Садовник произносит слова:

**Я иду сорвать цветок,
Из цветов сплести венок.**

Дети:

**Не хотим чтоб нас
срывали –**

(махи руками перед собой).

И венки из нас сплетали –

("вертушка" руками).

Мы хотим в саду остаться

–

(встать на носки, руки вверх).
Будут нами любоваться –
(кружение на носках, руки вверх с наклоном головы).

Дети перебегают на другую сторону.
Водящий ловит. Пойманный - водит !

П о д в и ж н ы е и г р ы Гуси-лебеди

На одном краю площадки чертой обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположном краю стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором находится волк. Остальное место - луг. Дети, исполняющие роли волка и пастуха, назначаются воспитателем, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся на лага, летают.

Пастух: **Гуси, гуси !**

Гуси (останавливаются и отвечают хором):

Га, га, га!

Пастух: **Есть хотите ?**

Гуси: **Да, да, да !**

Пастух: **Так летите !**

Гуси: **Нам нельзя,
Серый волк под горой**

**Не пускает нас домой.
Пастух: Так летите, как хотите,
Только крылья берегите !**

Гуси, расправив крылья (вытянув в сторону руки), летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (коснуться рукой). Пойманные гуси идут в логово. После нескольких перебежек (по условию игры) подсчитывают пойманных волком гусей. Затем назначаются новые волк и пастух. Игра повторяется 3-4 раза.

П о д в и ж н ы е и г р ы Затейники

Одного из играющих выбирают затейником, он становится в середину круга. Остальные дети, взявшись за руки, идут по кругу (вправо или влево по указанию воспитателя) и произносят:

**Ровным кругом,
Друг за другом,
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте
Дружно, вместе
Сделаем ... вот так.**

Дети останавливаются, опускают руки. Затейник показывает какое-нибудь движение, а все дети повторяют его. После 2-3 повторений игры (согласно условию) затейник выбирает кого-нибудь из играющих на свое место, и игра продолжается. Повторяется игра 3-4 раза.
Указания. Затейники придумывают разнообразные движения, не повторяя показанных.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Зверолов

Дети идут по кругу, зверолов идет противоходом в другую сторону.

**В лесу, в лесочке
Средь зеленых дубочков,
Звери гуляли,
Опасности не знали,
Ой ! Зверолов идет !
Он в неволю нас возьмет
Звери убегайте !**

Дети разбегаются в разные стороны. Зверолов догоняет.
Примечание: 5 стр. - полуприсед, на каждое слово хлопок по коленям.
6 стр. - три хлопка в ладоши на каждое слово.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Золотые ворота

В игре участвуют 10-20 человек. Выбирают двух игроков, те отходят в сторону и договариваются, кто из них будет солнцем, а кто луной. Затем они становятся лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают их, образуя ворота. Остальные дети берутся за руки и вереницей идут через ворота. При этом они говорят (или поют):

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

Ворота закрываются при последних словах и ловят того, кто не успел пройти. Задержанного тихонько спрашивают, на чью сторону он хотел бы встать: луны или солнца. Он выбирает и встает позади соответствующего игрока. Остальные снова идут через ворота, и снова один из участников попадает в группу луны или солнца. Когда все игроки распределены, то устраивается перетягивание каната между двумя группами. При этом используется канат, веревка, палка или дети берут друг друга за пояс.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Караси и щука

Половина играющих, становясь друг от друга на расстоянии 3 шагов, образует круг. Это пруд, на берегу которого лежат камешки. Один из играющих, назначенный воспитателем, изображает щуку, он находится вне

круга. Остальные играющие - караси, они плавают (бегают) внутри круга, в пруду. По сигналу воспитателя "щука" щука быстро выплывает в пруд, стараясь поймать карасей. Караси спешат спрятаться за кем-нибудь из играющих, стоящих по кругу и изображающих камешки. Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться за камешки, и уводит их к себе в дом. Игра проводится 2-3 раза, после чего подсчитывается число пойманных щукой карасей. Затем на роль щуки назначается другой играющий. Игра повторяется 3-4 раза.

Указания. При повторении игры, когда выбирают новую щуку, дети, изображающие карасей и камешки, меняются ролями.

П о д в и ж н ы е и г р ы Конь-огонь

Играющие стоят по кругу, один в центре (ведущий) с флажком.

Дети в кругу прыгают подскоками по кругу со словами: "У меня есть конь, этот конь-огонь!" Ведущий выполняет подскоки на месте. На слова: "Но-но-но-но, но-но-но-но!" Останавливаются на месте, делают движение согнутой ногой - конь бьет копытом. Ведущий делает тоже. "Я скачу на нём, на коне своём. Дети движутся по кругу, бегом лошадки", ведущий противоходом в другую сторону. На слова: Но-но-но-но, но-но-но-но! - внешний круг остается, выполняет движение согнутой ногой. Ведущий продолжает движение. С окончанием слов он останавливается и протягивает флажок между двумя играющими. Один играющий бежит в правую сторону, другой в левую, стараясь быстрее добежать и взять флажок. Тот кому удалось - водящий.

П о д в и ж н ы е и г р ы Медведи и пчелы

Улей (гимнастическая стенка или вышка) находится на одной стороне площадки. На противоположной стороне - луг. В стороне - медвежья берлога. Одновременно в игре участвует не более 12-15 человек. Играющие делятся на 2 неравные группы. Большинство из них пчелы, которые живут в улье. Медведи - в берлоге. По условному сиг-налу пчелы вылетают из улья (слезают с гимнастической стенки), летят на луг за медом и жужжат. Как только пчелы улетят, медведи выбегают из берлоги и забираются в улей (влезают на стенку) и лакомятся медом. Как только воспитатель подает сигнал "медведи", пчелы летят к ульям, а медведи убегают в берлогу. Не успевших спрятаться пчелы жальят (дотрагиваются рукой). Потом игра возобновляется. Ужаленные медведи не участвуют в очередной игре. **Указания.** После двух повторений дети меняются ролями, воспитатель следит, чтобы дети не спрыгивали, а

слезали с лестницы; если нужно, оказывают помощь.

П о д в и ж н ы е и г р ы Мы, веселые ребята

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки также проведена черта. Сбоку от детей, примерно на середине между двумя линиями, находится ловишка. Ловишка назначается воспитателем или выбирается детьми. Дети хором произносят:

**Мы, веселые
ребята,
Любим бегать и скакать.
Ну, попробуй нас догнать.
Раз, два, три - лови !**

После слова "лови" дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка до-гоняет бегущих, ловит их. Тот, до кого ловишка сумеет дотронуться, прежде чем убегающий пересечет черту, считается пойманным. Он отходит в сторону. После 2-3 перебежек производится подсчет пойманных и выбирается новый ловишка. Игра повторяется 4-5 раз.

Указания. Если после 2-3 перебежек ловишка никого не поймает, все равно выби-рается новый ловишка.

П о д в и ж н ы е и г р ы Мышеловка

Играющие делятся на 2 неравные по составу группы. Меньшая группа, взявшись за руки, образует круг. Они изображают мышеловку. Остальные дети (мыши) находятся вне круга. Изображающие мышеловку начинают ходить по кругу, приговаривая:

**Ах, как мыши надоели,
Все погрызли, все
поели,
Берегитесь же плутовки
Доберемся мы до вас.
Вот поставим мышеловки.
Переловим всех сейчас !**

Дети останавливаются, поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее. По сигналу воспитателя "хлоп" стоящие по кругу дети опускают руки, приседают - мышеловка захлопывается. Мыши, не успевшие выбежать из круга (мышеловки), считаются пойманными. Пойманные становятся в круг, мышеловка увеличивается. Когда большая часть детей будет поймана, дети меняются ролями - игра возобновляется. Игра повторяется 4-5 раз.

Указания. После того как мышеловка захлопнулась, мышам нельзя подлезать под руки стоящих по кругу или пытаться разорвать сцепленные руки. Наиболее ловких детей, которые ни разу не попались в мышеловку, следует отметить.

П о д в и ж н ы е и г р ы Охотник и зайцы

На одной стороне площадки очерчивают место для охотников. На другой стороне обозначают домики для зайцев. В каждом домике находятся 2-3 зайца. Охотник обходит площадку, делая вид, что он разыскивает следы зайцев, а затем возвращается к себе. По сигналу зайцы выбегают из своих домиков на полянку и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед. По слову воспитателя "**Охотник!**" зайцы бегут в домики, а ребенок, изображающий охотника, бросает в них мяч. Заяц, в которого попали мячом, считается подстреленным. Охотник уводит его к себе. Игра повторяется несколько раз, после чего выбирают другого

охотника.

Указания. У охотника в руках может быть несколько мячей. Стрелять в зайцев, находящихся в домиках, нельзя.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Передал - садись

Эта игра появилась в России еще в начале XX века. Дети делятся на две команды и выстраиваются в колонны одна параллельно другой. Каждая команда выбирает капитана, который встает напротив своей команды на расстоянии 3-4 м. У капитанов в руках по мячу. По сигналу ведущего капитан бросает мяч (любым или заранее установленным способом - от груди, от плеча, снизу, двумя руками из-за головы и т.п.) первому игроку в своей команде. Тот ловит, возвращает капитану и сразу приседает. Затем капитан обменивается передачами со

вторым, третьим и остальными игроками команды. Каждый игрок, вернув мяч капитану, приседает. Когда последний в колонне игрок отдает мяч капитану, тот поднимает его вверх, и вся команда быстро встает.

Чья команда быстрее и точнее выполнит передачи мяча от капитана к игрокам и обратно, та и считается победительницей.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Перемены предмет

На одной стороне площадки за линией становятся играющие, образуя 4-5 колонн (расстояние между колоннами примерно 1,5 м). На противоположной стороне площадки напротив каждой колонны очерчены круги диаметром 60-80 см. Каждый первый в колонне держит в руках мешочек с песком, кубик или другой предмет. В центр каждого кружка кладется такой же предмет. По сигналу играющие бегут к кружкам, кладут предмет и берут другой, затем возвращаются бегом на свое место и

поднимают принесенный предмет над головой. Тот, кто сделает это первым, считается выигравшим. Прибежавшие передают предметы стоящим сзади них, а сами бегут в конец колонны. Когда все выполняют задание, отмечается колонна, набравшая больше выигрышей.

Указания. Поднимать предмет вверх ребенок может только после того, как встанет в колонну. Воспитатель следит, чтобы дети не подходили к черте, оставляли свободное место для возвращающегося игрока.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Пожарные на учениях

Дети становятся лицом к гимнастической стенке в 3-4 колонны (по числу пролетов). Первые в колоннах стоят на черте. На каждом пролете гимнастической стенки на одинаковой высоте на рейке подвешивают колокольчики. По сигналу воспитателя "**раз, два, три - беги**" все дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к гимнастической стенке, влезают на нее и звонят в

колокольчики. Затем они спускаются и возвращаются в конец своей колонны. Воспитатель отмечает того, кто первый позвонил. Игра продолжается. Задание должны выполнить все дети. Выигрывает та колонна, в которой больше играющих, сумевших позвонить первыми.

Указания. Воспитатель следит, чтобы дети слезали, а не спрыгивали с реек, если нужно, помогает. Нарушившему правилу выигрыш не засчитывается.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Цыплята и ястреб

Один ребенок - ястреб. Цыплята гуляют. Неожиданно ведущий говорит: "**Ястреб!**". Ястреб бросается на цыплят, те замирают, кто шевельнулся, того

забирает ястреб.
Играем 3-4 раза. Выбираем самого проворного цыпленка. Меняем ястреба.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

"Нитка и иголка".

Все становятся в колонну и берут друг друга за талию - это "нитка". Впереди

становится "иголка" бежит и ведет за собой "нитку". Задача "иголки" порвать или запутать "нитку".

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Мячик кверху.

Участники игры встают в круг, водящий идёт в середину круга и бросает мяч со словами: "Мячик кверху!" Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: "Стой!" Все

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.

П о д в и ж н ы е и г р ы

Кто дальше бросит?

Играющие выстраиваются в две шеренги по обе стороны площадки. В центре площадки находится флажок на расстоянии не менее 8 - 10 м от каждой команды.

По сигналу игроки каждой шеренги бросают мешочки вдаль, стараясь добросить до флажка. То же делают игроки второй шеренги. Из каждой шеренги выявляется лучший метатель, а также шеренга-победительница, в чьей команде большее число участников добросят мешочки до флажка.

Правила игры. Бросать все должны по сигналу. Счет ведут ведущие команд.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е и г р ы

Сосед, подними руку.

Играющие, стоя или сидя (в зависимости от уговора), образуют круг. По жребию выбирают водящего, который встает внутри круга. Он спокойно ходит по кругу, затем останавливается напротив одного из игроков и громко произносит: "Руки!" тот игрок, к кому обратился водящий, продолжает сидеть (стоять), не меняя положения. А оба его соседа должны поднять вверх одну руку: сосед справа - левую, сосед слева - правую, т.е. ту руку, находится ближе к игроку, стоящему (сидящему) между ними. Если кто-то из ребят ошибся, т.е. поднял не ту руку или вообще забыл ее поднять, то он меняется с водящим ролями.

Играют установленное время. Выигрывает тот ребенок, кто ни разу не был водящим.

Правила игры. Игрок считается проигравшим даже тогда, когда он только пытался поднять не ту руку. Водящий должен останавливаться точно напротив игрока, к которому он обращается. В противном случае его команда на выполняется.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е и г р ы

"Гуси"

Для игры нужен рисунок на асфальте, где изображаются гусиный дом, извилистая тропинка, пруд.

Все дети - гуси. Один из них - вожак. Он поведет гусей из дома на пруд. Все движения, которые делает гусь-вожак, повторяют гуси. Гуси идут друг за другом, на цыпочках, поджимают то одну, то другую ногу, машут крыльями, поворачивают голову в разные стороны. Но при этом никто не должен сойти с тропинки, оступиться. Все повторяют за вожаком: "Га-га-га!"

Когда вожак скажет: "И скорей бегом на пруд!", гуси на перегонки бегут к пруду.

Друг за дружкой гуськом

Ходят гуси бережком.

Впереди идёт вожак,

Он шагает важно так -

Га-га-га!

Гуси все за вожаком

Вперевалочку, шажком.

Шаг шагнут, другой шагнут,

Низко головы нагнут.

Га-га-га!

Гуси крыльями взмахнут,

И скорей бегом на пруд!

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Горелки.

Играющие становятся в две колонны (парами, впереди - водящий). Все хором произносят:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо -

Птички летят.

Колокольчики звенят!

Раз, два, три - беги.

С последним словом дети, стоящие в последней паре, отпускают руки и бегут в начало колонны: один - слева, другой - справа. Водящий пытается поймать одного из них, прежде чем дети успевают встретиться и взяться за руки. Если

водящему удастся это сделать, то одного из детей он берет за руку и встает с ним в пару.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Мороз-Красный нос

На противоположных сторонах площадки обозначают два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки встает водящий - Мороз-Красный нос. Он говорит:

Я Мороз-Красный нос.

Кто из вас решится

**В путь-дороженьку
пуститься?**

Играющие отвечают:

Не боимся мы угроз

И не страшен нам мороз.

После этого дети перебегают через площадку в другой дом. Мороз догоняет их и старается

заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз, и стоят до окончания перебежки. После нескольких перебежек выбирают другого водящего.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Лягушки в болоте.

С двух сторон очерчивают берега, в середине - болото. На одном из берегов находится журавль (за чертой). лягушки располагаются на кочках (кружки на расстоянии 50 см) и говорят:

**Вот с намокнувшей
гнилушки**

**В воду прыгают
лягушки.**

Стали квакать из воды:

Ква-ке-ке, ква-ке-ке

Будет дождик на реке.

С окончанием слов лягушки прыгают с кочки в болото. Журавль ловит тех лягушек, которые находятся на кочке. Пойманная лягушка идет в гнездо журавля. После того, как журавль поймает несколько лягушек, выбирают нового журавля из тех, кто ни разу не был пойман. Игра возобновляется.

последним. Лиса ловит тех кур, которые не успели быстро подняться на насест и удержаться на нём. После двух-трёх кратного проведения игры выбирают других детей на роль петуха и лисы.

õ õ õ õ õ

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Лиса и куры

Дети изображают кур. Один из играющих - петух, другой - лиса. Куры ходят по площадке, ищут корм. Лиса внимательно следит за ними. По указанию педагога (незаметно для всех) выходит лиса и тихонько подкрадывается к курам. Петух громко кричит: **"КУ-КА-РЕ-КУ!"** Куры убегают, взлетают на насест (бревно, скамейку). Петух должен убежать

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Лошадки.

Играющие разбегаются по всей площадке и на сигнал воспитателя "Лошадки" бегут, высоко поднимая колени. На сигнал **"Кучер"** - обычная ходьба. Ходьба и бег чередуются. Воспитатель может повторить один и тот же сигнал подряд.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Воробушки и кот.

Дети-воробушки прячутся в свои гнёздышки (за линию, в кружки, нарисованные на земле) на одной стороне площадки. На другой стороне площадки греется на солнышке кот. Как только кот задремлет, воробушки вылетают на дорогу,

перелетают с места на место, ищут крошки, зёрнышки (дети приседают, стучат пальцами по коленям, как будто клюют). Но вот просыпается кот, мяукает и бежит за воробушками, которые улетают в свои гнёзда.

õ õ õ õ õ

цыплятами гулять. Воспитатель говорит:

*Вышла курочка-хохлатка,
С нею жёлтые цыплятки.*

*Квохчет курочка: "Ко-ко,
Не ходите далеко".*

Приближаясь к кошке он говорит:

*На скамейке у дорожки
Улеглась и дремлет кошка...*

*Кошка глазки открывает
И цыпляток догоняет.*

Кошка открывает глаза, мяукает и бежит за цыплятами, которые вместе с курицей убегают.

птички, их больше, чем домиков. Птички летают. «Закапал дождик», птички занимают домики. Кому не хватило домика, выбывают из игры, а потом меняются с детьми - «домиками».

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Курочка-хохлатка.

Воспитатель изображает курицу, дети - цыплят. Один ребёнок сидит на скамейке, вдали от остальных детей. Это кошка дремлет на солнышке. Курица-мама выходит с

П о д в и ж н ы е

и г р ы

ЗАЙМИ ДОМИК!

Дети разбиваются на пары, берутся за руки — это домики. Группа детей —

П о д в и ж н ы е

и г р ы

КОШКА И СКВОРЦЫ

Один ребенок “кошка”, 6 — 8 детей - “скворцы”. На всех надеты соответствующие шапочки. Остальные дети по 5 — 6 человек берутся за руки и образуют кружки — “скворечники”. В каждом размещается по 2 “скворца”. “Кошка” находится в стороне. Под легкую веселую музыку “скворцы” летают по комнате врассыпную. С окончанием музыки появляется “кошка” и старается поймать “скворцов”. “Скворцы” прячутся в “скворечнике”. В одном скворечнике могут находиться только два “скворца”. Пойманного “скворца” “кошка” уводит в свой дом. Игра повторяется сначала.

П о д в и ж н ы е
и г р ы
ПОЖАРНАЯ КОМАНДА

Играют 10 и более человек. Стулья по числу игроков устанавливаются по кругу, спинками внутрь. Играющие (пожарные) прохаживаются вокруг этих стульев под звуки музыки (удары бубна, барабана). Как только музыка замолкает, игроки должны положить на стул, около которого остановились, предмет одежды. Игра продолжается. Когда каждый участник снимет 3 предмета (они оказываются на разных стульях), звучит сигнал тревоги: «Пожар!». Игроки должны быстро отыскать свои вещи и надеть их. Кто быстрее всех оденется, становится победителем.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е
и г р ы
ПОЕЗДА

Играют 7 и более человек.

Инвентарь: свисток. Каждый игрок строит себе депо: очерчивает небольшой круг. В середине площадки стоит водящий – паровоз. У него нет своего депо. Водящий идёт от одного вагона к другому. К кому он подходит, тот следует за ним. Так собираются все вагоны. Паровоз неожиданно свистит, и все бегут к депо, паровоз тоже. Игрок, оставшийся без места, становится водящим – паровозом.

õ õ õ õ õ

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е
и г р ы
БОЛЬНАЯ КОШКА

Играют более пяти человек.
Ход игры. Один игрок – это здоровая кошка, которая старается поймать всех остальных. Каждый игрок, которого запятнали, должен положить руку точно на то место, где его запятнали. Он становится тоже кошкой, но больной и помогает здоровой кошке при ловле. Больная кошка может пятнать только здоровой рукой. Игрок, которого не запятнали, побеждает. Он становится здоровой кошкой на следующий круг.

П о д в и ж н ы е
и г р ы
СКУЧНО ТАК СИДЕТЬ.

Вдоль противоположных стен зала стоят стулья. Дети садятся на стулья около одной стены. Читают стишок:

***Скучно, скучно так сидеть,
Друг на друга все глядеть.
Не пора ли пробежаться
И местами поменяться?***

Как только стишок прочитан, все дети бегут к противоположной стене и стараются занять свободные стулья, которых на один меньше, чем участников игры. Тот, кто остается без стула,

выбывает. Потом убирают два стула. Все повторяется до тех пор, пока победитель не займет последний оставшийся стул.

П о д в и ж н ы е
и г р ы
ЛИСА И ЗАЙЧИК.

Дети стоят в кругу. Двум из них, стоящим напротив, дают игрушки: одному — **лису**, другому — **зайца**. По сигналу дети начинают передавать эти игрушки по кругу. Заяц «убегает», а лиса его «догоняет».

õ õ õ õ õ

больше "колосков". В качестве "колосков" используются кегли, которые собираются в небольшого размера пластмассовое ведро.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

МИШКИ И ШИШКИ.

По полу рассыпают шишки. Двум игрокам предлагают их собрать лапами больших игрушечных мишек. Выигрывает тот, кто соберет больше.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

СОБЕРИ КОЛОСКИ.

**Чтобы новый хлеб
Испечь, пышен и
высок,
Надо в поле убересть
Каждый колосок!**

Участники игры с завязанными глазами должны за определенное время (одну минуту) собрать как можно

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Гуси-лебеди

Участники игры выбирают волка и хозяина, все остальные — гуси-лебеди. На одной стороне площадки дом, где живут хозяин и гуси, на другой — волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зеленой травки пощипать. Гуси уходят от дома далеко. Через некоторое время хозяин зовет гусей: «Гуси-лебеди, домой!» Гуси отвечают: «Старый волк под

горой!» - «Что он там делает?» - «Сереньких, беленьких рябчиков щиплет». — «Ну, бегите же домой!» Гуси бегут домой, а волк их ловит. Пойманный выходит из игры. Игра кончается, когда все гуси пойманы.

Правила. 1. Гуси могут лететь домой, а волк ловить их только после слов: «Ну, бегите же домой!» 2. Гуси, выходя в поле, должны разойтись по всей площадке.

Правила. 1. Во время игры нельзя пробегать через круг.

2. Убегающему нельзя пробегать более двух кругов.

3. Как только он вбегает в круг, он должен сразу встать впереди какой-нибудь пары. Нарушивший это правило становится водящим.

Указания к проведению. Если водящему удалось осалить убегающего и они поменялись ролями, то убегающий может встать впереди одной из пар после кратковременного бега.

Иногда водящему долго не удается догнать убегающих от него игроков, так как они сильнее его и быстрее бегут. В этом случае нужно заменить его, но не упрекать, а положительно оценить его усилия.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Много троих, хватит двоих

Дети встают парами друг за другом, лицом в центр круга. Игру начинают двое, один из них — водящий, он стоит на 3—4 шага сзади того, кто убегает от него.

Убегающий хлопает три раза в ладоши, после третьего хлопка бежит от водящего. Чтобы не быть осаленным, он встает впереди какой-нибудь пары. Прежде чем встать, на бегу кричит: «Много троих, хватит двоих». Тот, кто в этой игре стоит последним, убегает от водящего.

Если водящему удалось осалить убегающего, то они меняются ролями.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Палочка - выручалочка

Дети по считалке выбирают водящего. Он отбегает от них и встает лицом к стене. У стены лежит палочка - выручалочка. Водящий берет палочку, стучит по стене и говорит: «Палочка пришла, никого не нашла. Кого первого найдет, тот за палочкой пойдет». После этих слов он ставит палочку у стены и идет искать. Заметив одного из играющих, громко называет его по имени, быстро подбегает к стене, берет палочку, стучит ею по стене и кричит: «Палочка - выручалочка нашла...» (называет по имени играющего). Так водящий находит всех детей. При повторении игры должен водить тот, кто был найден первым. Если игрок, которого нашли, добежит до

палочки - выручалочки раньше водящего, он быстро берет палочку и со словами: «Палочка, выручи меня!» — стучит ею по стене, затем бросает ее как можно дальше и, пока ее ищет водящий, прячется. Водящий находит палочку, возвращается к условленному месту, стучит ею и громко говорит: «Палочка пришла, никого не нашла, кого первого найдет, тот за палочкой пойдет!»

Правила. 1. Водящий не должен подсматривать, когда дети прячутся.

2. Водящий говорит слова медленно, чтобы все дети могли спрятаться.

3. Он должен искать по всей площадке, не стоять возле палочки - выручалочки.

4. Дети могут перебежать с одного места укрытия в другое, пока водящий ищет палочку-выручалочку и ставит ее на место.

Указания к проведению. Эту игру хорошо проводить на лесной опушке. Обязательно нужно ограничить игровую площадку и показать детям несколько мест, где они смогут спрятаться (за кусты, деревья, пеньки, в канавку, в высокую траву).

Для проведения игры нужно сделать палочку - выручалочку из дерева длиной 50—60 см, покрасить в яркий цвет, чтобы ее хорошо было видно в зеленой траве.

Усложнение к игре. Можно выручить игрока, которого нашел водящий. Если кто-то из играющих незаметно выйдет из укрытия, быстро подбежит к палочке-выручалочке, постучит ею по стене со словами: «Палочка - выручалочка, выручи...» — и назовет по имени выручаемого. Палочку бросает как можно дальше, и, пока водящий ищет ее, дети вновь прячутся.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Горячее место

На площадке проводят линию, за которой находится горячее место. В 3—4 шагах от него встает водящий. Дети расходятся по игровому полю.

Играющим нужно перебежать с игрового поля в горячее место и

равные группы и занимают дома. В середине площадки стоит водящий. Игрокам нужно из одного дома перейти в другой. Водящий их не пропускает, он старается осалить перебегающих. Осаленный выходит из игры. Побеждает та группа, в которой оказывается большее число игроков в конце игры.

õ õ õ õ õ

Перебежки с выручалкой

Игра проходит как простые перебежки, только на площадке недалеко от линий домов очерчивают два круга. Игроки, осаленные водящими, не выходят из игры, а встают в один из кругов. Их могут выручить игроки той же команды. Пробегая мимо, игрок берет осаленного, который стоит в круге, за руку и вместе с ним бежит в дом своей команды.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е
и г р ы

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Стоп!

На одной стороне площадки очерчивается круг (диаметром около 1 м) — место для водящего. На расстоянии 20—30 шагов от круга, на противоположном конце площадки, проводится линия кона, за ней стоят играющие.

Водящий, стоя спиной к полю, громко говорит: «Быстро шагай, смотри не зевай... Стоп!» Когда он говорит эти слова, дети быстро идут к нему, но на слове «Стоп!» замирают на месте. Водящий быстро оглядывается и, заметив того, кто вовремя не успел остановиться и сделал после слова «Стоп!» движение, возвращает его за линию кона. Водящий снова поворачивается спиной и говорит слова, а дети начинают свое движение с того места, где их застал сигнал.

Игра продолжается до тех пор, пока кто-то из участников игры не встанет двумя ногами в круг, раньше чем водящий произнесет слово «Стоп!». Тот, кто это сделал, становится водящим, и игра повторяется.

Правила. 1. Водящему не разрешается оглядываться назад до слова «Стоп!».

2. Он может говорить фразу: «Быстро шагай, смотри, не зевай... Стоп!» — в любом темпе, но громко.

3. Играющие начинают движение одновременно со словами водящего. Разрешается передвигаться только шагом.

Указания к проведению. Чтобы занять круг водящего, нужно быть внимательным, обладать выдержкой и уметь быстро реагировать на сигнал. Это одна из немногих игр, где ребенок выигрывает право быть водящим.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Кружева

Дети выбирают двух водящих, один из них — челночок, другой — ткач. Остальные встают парами в круг или полукругом лицом к центру. Дети в парах берут друг друга за руки и делают ворота. Челночок встает у второй пары, а ткач — у первой. По сигналу ткача челночок начинает бегать змейкой, не пропуская ворота, а ткач его догоняет. Если ткач догонит челночок прежде, чем он добежит до конца полукруга, то он становится челночком. Ребенок, бывший челночком, идет к началу полукруга, выбирает игрока первой пары и встает с ним на противоположном конце полукруга, игрок, оставшийся без пары, становится ткачом.

Если же челночок добежит до последних ворот и не будет пойман, то они с ткачом встают последними, а первая пара начинает игру. Один из игроков первой пары выполняет роль челночка, а второй — ткача.

Правила. 1. Челночок начинает игру только по сигналу ткача.

2. Ткач и челночок, пробегая под воротами, не должны трогать руками игроков, стоящих в парах.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Кошка и мышка

Играющие перед началом игры выбирают кошку и мышку, берут друг друга за руки и встают в круг. Кошка стоит за кругом, мышка — в круге. Кошка старается войти в круг и поймать мышку, но играющие закрывают входы перед ней. Она старается подлезть под ворота, играющие приседают и не пропускают ее в круг.

Когда, наконец, кошка проберется в круг, дети сразу же открывают ворота и мышка выбегает из круга. А кошку они стараются из круга не выпускать. Если же кошка поймает мышку, то они встают в круг, а играющие выбирают новых кошку и мышку.

Правила. 1. Кошка может поймать мышку как в круге, так и за кругом.

2. Играющие открывают ворота только для мышки.

Указания к проведению. Если кошка долго не может поймать мышку, выбирается новая пара.

Усложнения. 1. Во время игры дети по кругу медленно передвигаются то в одну, то в другую сторону, руки у всех опущены. Кошка и мышка бегают свободно, дети ворот не закрывают.

2. Одновременно могут играть две пары, но в этом случае кошка бежит только за одной мышкой.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Море волнуется

Участники игры разбегаются по площадке, останавливаются друг от друга на расстоянии 1м, и каждый свое место обозначает кружком. Водящий ходит между играющими, выполняя разные движения. Он подходит к играющим и со словами «Море волнуется» кладет руку на плечо игрока. Все, до кого дотрагивается водящий, идут за ним, выполняя те же движения. Так играющие все уходят со своих мест. Водящий уводит их как можно дальше от кружков. Затем неожиданно останавливается, поворачивается к играющим и быстро говорит: «Море спокойно». Водящий и играющие бегут занимать кружки. Тот, кто не успел занять кружок, становится ведущим.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Щука и караси

На противоположных сторонах площадки отмечают место норы, где от щуки прячутся караси. Щука живет в камышах. Перед началом игры все караси собираются в одной норе. По сигналу они выплывают из укрытия и стараются перебраться на противоположную сторону реки. Щука выходит на охоту. Пойманные караси из игры не выходят, они берут друг друга за руки и встают на середину игровой площадки, образуют сеть. Оставшиеся караси, переплывая с одной стороны площадки на другую, проходят через сеть. Пойманных становится все больше, сеть — все длиннее. Тогда из сети делают корзинку, играющие встают в круг. Участники игры при перебежке обязательно забегают в корзину. Игра заканчивается, когда щука переловит всех карасей.

Правило. Щука не должна заплывать в сеть и в корзину за карасями.

Указания к проведению. Чем больше играющих, тем интереснее проходит игра. Норы для карасей можно выделить простой чертой, но лучше натянуть шнур, под который караси подплывают.

Места, где прячется щука (их может быть 3—4), нужно сделать по краям площадки.

Осаленные игроки могут сделать сеть, когда их не менее 3—4. Если щука в начале игры осалила, например, только одного игрока, то он стоит в стороне и ждет, когда их будет больше. Игроков, изображающих сеть, можно поставить в два ряда.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Зайцы в лесу

Для игры выбирают зайцев и лису, остальные дети — деревья. На противоположных сторонах площадки проводят линии — это поля. На одном из них перед началом игры собираются зайцы.

Дети, изображающие деревья, встают друг от друга на расстоянии, позволяющем им взяться за руки. Лиса живет в норе на краю леса (нору обозначают кружком).

Зайцы вбегают в лес, им нужно перейти с одного поля на другое, но за ними охотится лиса. Она старается поймать зайцев, пойманных уводит в свой дом.

Лисе по лесу мешают бежать деревья: дети берут друг друга за руки, приседают, наклоняются, машут руками. Зайцы между деревьями проходят свободно. Игра заканчивается, когда все зайцы перейдут на противоположную сторону. Начиная игру повторно, дети выбирают снова зайцев и лису.

Правило. Пойманные зайцы до конца игры находятся в норе у лисы.

Указания к проведению. В этой игре количество зайцев и лис может быть

условливаются, чтобы пойманные разбойники становились казаками. Чтобы отличить разбойников от казаков, можно повязать косынки на шею или приколоть отличительный знак на рукав. Если игра проходит на опушке леса, то нужно ограничивать место, где должны прятаться разбойники.

П о д в и ж н ы е и г р ы **Шарильщик**

На земле чертят два круга на расстоянии 10—15 м один от другого. В одном круге стоят все играющие, а шарильщик - водящий находится в поле. Один из игроков подходит к границе круга, с силой ударяет мячом о землю так, чтобы он отскочил как можно выше, и быстро бежит в соседний круг. Шарильщик ловит мяч на лету или с отскока о землю и старается осалить бегущего. Если он осалил игрока, то встает в первый круг к играющим, а осаленный становится шарильщиком. Если же мяч пролетел мимо бегущего, то водящий - шарильщик по-прежнему остается в поле. Он поднимает мяч, передает его в круг, где стоят все играющие, игра продолжается. Заканчивается игра, когда все дети из первого круга перебегают во второй. **Правила.** 1. *Вместе с игроком, бросившим мяч в поле, могут перебежать и*

другие дети, но их должно быть не более трех.

2. *Шарильщик бросает мяч в убегающих с того места, где он его поймал.*

3. *Играющие остаются во втором круге до конца игры.*

Указания к проведению. В этой игре принимают участие не более 10—15 человек. Успех игры зависит от того, насколько дети хорошо владеют мячом. Играющим нужно сильнее ударять мячом о землю: от сильного удара он высоко подскакивает и шарильщику мяч труднее поймать.

П о д в и ж н ы е и г р ы

Летучий мяч

Играющие встают в круг, водящий находится в середине круга. По сигналу дети начинают перебрасывать мяч друг другу через центр круга. Водящий старается задержать мяч, поймать или коснуться его рукой. Если ему это удалось, то он встает в круг, а тот, кому был брошен мяч, становится водящим.

Правила. 1. *Играющим разрешается при ловле, мяча сходить с места.*

Правила. 1. При ловле мяча играющий не должен заходить за черту.

2. Игрок выходит из игры, если он не поймал мяч.

3. Не разрешается долго задерживать мяч в руках; если это правило играющий нарушил, мяч передают другой группе.

Указания к проведению. Если в игре принимает участие более 20 человек, нужно несколько мячей. Интересно проходит игра, когда при ловле или перебрасывании мяча дети по договоренности выполняют разные задания, например: прежде чем поймать мяч, ударить в ладоши над головой, за спиной, перед грудью; ударить в ладоши 1 — 2 — 3 раза; бросить мяч от плеча, из-под ноги или руки.

П о д в и ж н ы е и г р ы **Зевака**

Дети встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга и начинают перебрасывать мяч, называя по имени того, кто должен его ловить. Мяч перебрасывают, пока кто-то из игроков его не уронит. Тот, кто уронил мяч, встает в центр круга и

по заданию играющих выполняет 1—2 упражнения с мячом.

Правила. 1. Если играющий при выполнении упражнения уронит мяч, ему дается дополнительное задание.

2. Мяч разрешается перебрасывать друг другу только через центр круга.

Указания к проведению. Эту игру лучше проводить с небольшим количеством детей. Мяч для игры можно взять любой величины, в зависимости от умений детей: чем меньше мяч, тем труднее его ловить и выполнять упражнения.

П о д в и ж н ы е и г р ы **Мяч с топотом**

Участники игры делятся на две группы и встают друг против друга на расстоянии 4-6 м. На середину поля кладут любой предмет. Игру начинает по жребии первый игрок одной

другу мяч, называя по имени того, кто должен его ловить. Водящий стоит в середине круга и старается ударить рукой по летящему над ним мячу. Как только задержанный таким образом мяч упадет на землю, играющие разбегаются, а водящий быстро поднимает мяч и, крикнув «Стой!», старается запятнать кого-нибудь из игроков. Запятнанный становится водящим. Если же водящий промахнется, то снова идет в круг водить.

Правила. *1.Играющие должны быстро и точно передавать мяч друг другу.*

2.Водящий задерживает только летящий мяч.

3.Водящий пятнает детей с того места, где поднял мяч.

Указания к проведению. Проводить игру желательно с подгруппами по 10—12 человек. Водящий должен внимательно следить за направлением летящего мяча и действовать уверенно и ловко, чтобы его задержать. Быть активным водящим нужно научить каждого ребенка.

Если играет большая группа детей, то их лучше разделить на 2—3 круга и в каждой выбрать водящего.

чей мяч был пойман, встает в круг и выполняет роль зайчика.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Зайчик

На площадке чертят большой круг. Одного из детей выбирают зайчиком, он идет в круг, а все участники игры стоят за кругом. Они бросают мяч друг другу, но так, чтобы он задел зайчика. Зайчик бегаёт по кругу, увертывается от мяча. Тот, кто запятнает его, встает на место зайчика в круг.

Правила. 1. *Участники игры не должны заходить за границы круга.*

2. *Прежде чем передать мяч, нужно назвать по имени того, кто его должен поймать.*

3. *Передавать мяч нужно быстро, нельзя задерживать его в руках.*

Указания к проведению. Игроков должно быть не более 10 человек; встают они по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Чем быстрее участники игры передают мяч, тем игра проходит интереснее и больше возможностей запятнать зайчика. Зайчик, по его желанию, может и поймать мячик. В этом случае игрок,

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Лепта

На земле чертят круг — это город. Дети делятся на две равные группы: игроки одной идут в город, а другой — остаются в поле. Полевые игроки — водящие. Они с мячом отходят от города, и один из них его прячет. Затем они возвращаются к городу, держа руки, кто за спиной, кто в карманах, кто под рубашкой, чтобы нельзя было догадаться, у кого мяч. Все они бегут вокруг города и приговаривают: «Я кого-то ударю, я кого-то ожгу!» Или: «Жигало, Жигало!» Тот, у кого мяч, ждет удобного момента, чтобы осалить одного из играющих города. Если он бросил мяч и промахнулся, играющие города кричат: «Сгорел, сгорел!» — и он выходит из игры.

Если удар удачный, то полевые игроки разбегаются, запятнанный берет мяч и бросает его в убегающих. Ему нужно отыграться, запятнать одного из полевых игроков, чтобы игроки города остались на месте. Если он не отыгрывается, играющие меняются местами. Полевые игроки вновь прячут мяч.

Игра продолжается до тех пор, пока одна группа не потеряет всех игроков.

Правила. 1. Игрок города бросает мяч в убегающих, не выходя из круга.

2. Играющие не должны заходить за границу города; тот, кто переступил черту, выходит из игры.

3. Игроки водящей команды не должны задерживать мяч.

П о д в и ж н ы е и г р ы

Самые ловкие

Участники игры делятся на две группы и встают друг против друга. Посередине площадки, между играющими, проводят линию. Водящий встает на линию, по его сигналу дети начинают перебрасывать мяч друг другу. Тот, кто поймал мяч, быстро бросает его в водящего. Если промахнется, то встает на линию и начинает водить. Если мяч попадет в водящего, то все играющие разбегаются, а водящий старается запятнать убегающих. Тот, кого он запятнал, встает на место водящего. Если же водящий промахнулся, то встает на линию и продолжает водить.

Правила. 1. Водящему разрешается бегать по линии из одного конца в другой.

2. Водящему разрешается ловить мяч, тогда он меняется местами с игроком, который его посылал.

Указания к проведению. В зависимости от умений играющих расстояние между командами может быть от 3 до 6 м. Лучше играть мячом средних размеров. Тот, кто ловит мяч, не должен стоять неподвижно, ему нужно внимательно следить за направлением летящего мяча.

П о д в и ж н ы е и г р ы

Попрыгунчики

На земле чертят круг. Один из играющих встает в середину круга — он пятнашка. По сигналу дети перепрыгивают через черту круга и, если не грозит опасность быть осаленным, некоторое время остаются внутри круга. Продолжают прыгать на двух ногах на месте или продвигаясь вперед к центру круга. Участники игры стараются увернуться от пятнашки и вовремя выпрыгнуть из круга. Осаленный становится пятнашкой.

Правила. 1. Играющим из круга разрешается только выпрыгивать. Тот, кто из круга выбегает, выходит из игры.

2. Пятнашка преследует играющих, также прыгая на двух ногах.

Указания к проведению. Величина круга зависит от числа играющих.

Перед началом игры нужно договориться, как дети будут перепрыгивать через черту круга: на одной ноге (правой или левой), прямо или боком на двух ногах.

Вариант. Игра начинается так же, но осаленный из круга не выходит, а становится помощником пятнашки. Как только число пятнашек увеличится до 5, четверо уходят за круг, а тот, кого осалили последним, остается пятнашкой. Игра повторяется.

П о д в и ж н ы е и г р ы

Краски

Дети выбирают хозяина и двух покупателей, все остальные игроки - краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали цвет, хозяин приглашает одного из покупателей.

Покупатель стучится: «Тук-тук!» - «Кто там?» - «Покупатель». - «Зачем пришел?» - «За краской». - «За какой?» - «За голубой». Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси да назад принеси». Если же покупатель цвет краски угадал, то краску забирает себе. Идет второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они проходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который угадал больше красок. При повторении игры он

Правила. 1. Игроющие должны одновременно приближаться друг к другу.

2. Руками толкать друг друга нельзя.

Указания к проведению. Чаще всего в паре один играющий выходит из игры, один остается победителем. Победители из разных пар могут объединиться и продолжать игру.

Бой петухов может проходить и в другой позе, например, в присяде, руки играющие держат на коленях

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Фанты

Ведущий обходит играющих и говорит: «Нам прислали сто рублей. Что хотите, то купите, черный, белый не берите, да и нет не говорите!»

После этого он задает детям разные вопросы, а сам старается, чтобы кто-то в разговоре произнес одно из запрещенных слов: черный, белый, да, нет. Ведущий ведет примерно такой разговор: «Что продается в булочной?» - «Хлеб». - «Какой?» Чуть-чуть не ответил игрок: «Черный и белый», да вовремя вспомнил запрещенные слова и сказал: «Мягкий». «А какой хлеб ты больше любишь, черный или белый?» - «Всякий». «Из какой муки пекут булки?» «Из пшеничной». И т. д. Тот, кто произнес запрещенное слово, отдает водящему

фант. В конце игры все, кто остался без фанта, выкупают его.

Правила. 1. На вопросы играющие должны отвечать быстро, ответ исправлять нельзя.

2. За каждое запрещенное слово играющий платит водящему фант.

3. Ведущий может вести разговор одновременно с двумя играющими.

4. При выкупе фанта ведущий не показывает его участникам игры.

Указания к проведению. Игру можно провести на лесной полянке или в тенистом уголке игровой площадки. В игре принимают участие не более 10 человек, все дети имеют по несколько фантов. Они должны внимательно слушать вопросы водящего и, прежде чем ответить, подумать.

При выкупе фантов участники игры придумывают для хозяина фанта интересные задания: спеть песню, загадать загадку, прочитать стихи, рассказать короткую смешную историю, вспомнить пословицу и поговорку и т. д. Самой трудной в этой игре является роль ведущего, поэтому вначале эту роль выполняет воспитательница. Фанты могут выкупаться после того, как проиграет 5 человек.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Солнце и месяц

Все дети собираются на площадке, выбирают двух ведущих. Те отходят в сторону и тихо, чтобы никто не услышал, сговариваются, кто из них будет месяц, а кто солнце.

Участники игры встают друг за другом, кладут руку на плечо впереди

стоящего или берут его за пояс. Солнце и месяц подходят к играющим, берутся за руки и высоко их поднимают, получают ворота. Играющие поют песенку:

**Шла, шла тетеря,
Шла, шла рябая,
Шла она лугом,
Вела детей кругом:
Старшего, меньшого,
Среднего, большого.**

С этой песенкой они проходят через ворота. Солнце и месяц останавливают последнего и тихо спрашивают: «К кому хочешь - к солнцу или к месяцу?» Играющий так же тихо отвечает, к кому он пойдет, и встает рядом или с солнцем, или с месяцем. Игра продолжается. В конце игры нужно пересчитать, к кому перешло больше игроков.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Удочка

Дети становятся по кругу, взрослый в центре. В руках у него шнур длиной около метра с привязанным на конце мягким мячиком или набивным мешочком.

По сигналу: «Ловлю!» - взрослый вращает шнур, постепенно его удлиняя так, чтобы мешочек попал под ноги играющим. При приближении мешочка дети должны подпрыгнуть. Если мешочек коснулся ног играющего, значит, он попался на удочку и должен идти в середину круга вращать шнур до тех пор, пока кого-нибудь не поймает.

õ õ õ õ õ

Играют 15-20 человек. Выбирается Коршун. Все, остальные - цыплята, которые становятся в колонну по одному. Все держатся за пояс впереди стоящего. Первый игрок в колонне - наседка.

Задача коршуна схватить последнего цыпленка. Наседка, может мешать ему руками, двигаться в разные стороны, а вместе с ней вся колонна. Когда коршун поймает цыпленка стоящего последним, то становится наседкой, а цыпленок коршуном.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Коршун

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Охотники и утки (перестрелка)

Играющие делятся поровну на две команды — «охотники» и «утки». Если участников много — больше десяти человек, чертится большой круг диаметром 6—10 метров, и внутри него располагаются «утки», а за кругом — «охотники». У одного из «охотников» в руках мяч. Не входя в круг, «охотнику» нужно «подстрелить» «утку», т.е. осалить её мячом. «Охотники» могут перебрасывать мяч друг другу, дожидаясь удобного момента для броска. Игра продолжается до тех пор, пока не будут «подстрелены» все «утки». После этого команды меняются местами.

В игре «Охотники и утки» можно вводить и новые правила. Например, не считается осаленным игрок, если мяч попал в него, отскочив от земли. Или еще: чтобы усложнить игру, вводят такое правило - осалить игрока можно только в ноги. Есть еще одно правило, которое усиливает динамику игры: последняя оставшаяся «утка» имеет шанс спасти свою команду, если ей удастся вернуться от десяти бросков

«охотников» или поймать мяч. Тогда вся стая «уток» возвращается в круг.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Перебежки под обстрелом

Игра проводится на снеговой площадке размером 10x20 м. На одной короткой стороне отмечают линию города, а на другой - линию кона. Играющие делятся на две команды: первая, перебегающая, располагается за лицевой линией, вторая, обстреливающая, вдоль боковой линии. Каждый игрок этой команды готовит по 3 снежка,

По сигналу игроки первой команды пытаются по одному перебежать за противоположную линию площадки, а игроки второй команды, бросая снежки, пытаются попасть в них.

Играющий, в которого попали снежком, выходит за пределы площадки. После того, как все участники закончили перебежку, подсчитывают число игроков, вышедших из игры, а оставшиеся перебегают по одному обратно, стараясь увернуться от снежков. Судья устанавливает, сколько человек вернулось обратно. После этого игроки

меняются местами. Выигрывает команда, в которой большее число игроков вернулось к себе за линию.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Белые медведи

Площадка представляет собой море. В стороне очерчивается небольшое место - льдина. На ней располагается водящий - белый медведь, остальные - медвежата. Они размещаются произвольно по всей площадке.

Медведь кричит: «Выхожу на ловлю!» - и устремляется ловить медвежат. Поймав одного медвежонка, он отводит его к себе на льдину. Поймав еще медвежонка, медведь остается на льдине. А пара медвежат, соединив руки, стараются поймать других медвежат. Как только медвежонок оказался между руками, медвежата кричат: «Медведь, на помощь!» Медведь подбегает и осаливает пойманного, который также идет на льдину. Когда на льдине окажутся двое пойманных, они тоже

берутся за руки и ловят оставшихся медвежат. Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все медвежата. Последний пойманный становится белым медведем.

устремляются к предмету, а через несколько секунд определяется победитель.

õ õ õ õ õ

Если убегающий первым встанет в круг, то ведущим остается игрок с платком. Он идет по кругу, и игра снова продолжается.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Последний выбывает

Несколько игроков (6—8) бежит по кругу мимо положенных на землю предметов (кубиков, городков, мячей и т.д.). Предметов должно быть меньше на один, чем игроков. По сигналу каждый старается схватить находящийся ближе к нему предмет. Кто не успел этого сделать - выбывает из игры. Убирают из круга и один из предметов. Игроки бегут в другую сторону и по сигналу стараются овладеть предметами. Снова один из игроков оказывается вне игры. Наконец, остаются два самых ловких игрока, которые встают в 10 шагах от лежащего предмета и выполняют по указанию взрослого различные движения. По сигналу они

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Платок

Все участники игры встают в круг. Водящий с платочком идет за кругом, кладет кому-нибудь из игроков платок на плечо и быстро бежит по кругу. Тот, которому положили платок, берет его и бежит за водящим. И тот и другой стараются занять свободное место. Если игрок с платком догонит водящего и сможет положить на плечо платок, прежде чем он займет свободное место в круге, тот вновь становится водящим, а игрок, отдавший платок, занимает свободное место.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Колдуны

Число игроков не ограничено. Выбирают 2—3-х водящих, которые, бегая, стараются осалить всех игроков. Осаленные игроки останавливаются на месте, держа руки в стороны. Остальные игроки Могут выручить «заколдованных» игроков касанием руки.

Игра проводится на время или до того момента когда все игроки

будут осалены. Затем выбирают других водящих.

Можно играть и так: все осаленные игроки собираются в одном месте (круг, квадрат).

õ õ õ õ õ

стороны и кричат: «Чай - чай выручай!»

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Хитрая лиса

Дети стоят по кругу, руки за спиной. Один ребенок выходит из круга. Ему дают лисичку. Обежав круг с внешней стороны, он незаметно кладет игрушку кому-нибудь в руки и становится в центр круга, говоря вместе с играющими: «Хитрая лиса, где ты?» Лиса молчит, но после трехкратного повторения выбегает в центр и кричит: «Вот я!» Дети разбегаются по площадке. Кого лиса коснется, тот считается пойманным.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Чай - чай выручай

Игра проводится, как «Колдуны», только осаленные игроки останавливаются, разводят руки в

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Лунки

По кругу, в снегу, вырываются лунки (ямки) по количеству играющих детей (расстояние между лунками 60—80 см). Сбоку от лунок располагаются дети с клюшками. В середине круга находится водящий с небольшим мячом или льдинкой и клюшкой в руках.

По условному знаку водящий гонит клюшкой мяч, стараясь занять какую-нибудь лунку. Дети защищают свои лунки, отбивая клюшкой мяч. Если водящий попадает мячом в лунку, то он меняется местом с ребенком, у которого занял лунку.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Совушка - сова

Один из играющих - «совушка» - находится в небольшом кругу (в «гнезде»). Остальные свободно бегают и прыгают, изображая жучков, бабочек лягушек. По сигналу взрослого: «Ночь наступает!» - все останавливаются, а совушка вылетает на охоту. Все играющие замирают на месте. Заметив пошевелившегося игрока, совушка берет его за руку и уводит в гнездо. Когда играющие услышат: «День!» - все снова начинают двигаться. После двух-трех повторений выбирают новую

совушку. Наиболее ловкими и осторожными считаются игроки, ни разу не попавшиеся в гнездо.

Правила: 1) Совушка не имеет права долго наблюдать за одним и тем же игроком.

2) Вырываться от совушки нельзя.

3) Если совушка не заметит пошевелившихся игроков, а звучит сигнал «День», то она улетает в гнездо одна, без добычи.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Ловишка с колокольчиком

Дети становятся в круг и выбирают ловишку, которому дают колокольчик. Ловишка находится в центре круга. Дети говорят:

**«Здесь веселые ребята
Любят бегать и скакать
Ты попробуй их догнать!
Приготовься, посмотри
И кому-то позвони!»**

На последних словах дети разбегаются и стараются найти

Дети делятся на две команды волки и козлята. Волки ложатся спать, а козлята выходят на поляну гулять. Козлята спрашивают: «Волк, волк ты спишь?» Волк говорит: «Сплю еще». Так несколько раз, затем волки просыпаются и догоняют козлят. Это должно быть неожиданно.

Волк может быть один ребенок.

ööööö

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Будь ловким

Дети стоят лицом в круг, у ног каждого мешочек с песком. Водящий в центре круга. По сигналу дети прыгают в круг и обратно через мешочки, отталкиваясь двумя ногами. Водящий старается осалить детей, пока они не выпрыгнули из круга. Осаленные дети выходят из игры. Нового водящего выбирают из тех, кого ни разу не коснулся предыдущий водящий.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Кого назвали, тот лови

Дети ходят, бегают, прыгают и т. д. по площадке. Взрослый находится среди детей, он держит в руке большой мяч. Затем он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Названный подбегает, ловит мяч и бросает его вверх, называя по имени кого-нибудь из играющих, который в свою очередь подбегает, ловит мяч и т. д.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Загони льдинку

На снегу цветной краской нарисован большой круг, от него в разные стороны 8-10 цветных линий - лучей, их длина 2,5-3 м. В конце этих линий стоят дети. У носка правой ноги каждого играющего лежит льдинка. По сигналу, подпрыгивая на правой ноге, все стараются быстрее загнать свою льдинку в круг. Здесь

перепрыгивая веревку, стараясь не задеть. Кто задел, тот выходит из игры.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е
и г р ы
Запятнай последнего

Участники команды становятся друг за другом и крепко берутся за

руки. Одна колонна стоит напротив другой.

По сигналу первый игрок каждой колонны стремится запятнать последнего игрока другой команды. Касание считается правильным, если играющие его команды не расцепили руки. Игроки каждой колонны должны быть очень подвижными и внимательно следить за передвижением противников, которые пытаются нанести ответный удар. За каждое правильное касание команде начисляется 1 очко.

Игра продолжается 4-5 минут, победителем становится команда, набравшая больше очков.

П о д в и ж н ы е
и г р ы
Кто больше?

К суку дерева или какой-то перекладине подвешивается на веревке мяч так, чтобы он почти касался земли. Под ним надо положить несколько мелких предметов. Участник игры отводит мяч до уровня головы, затем отпускает его и, двигаясь вслед за ним, подбегает к разложенным предметам. Его задача собрать как можно больше предметов и вернуться в исходное положение так, чтобы его не задел качающийся мяч.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е и г р ы

Борющаяся цепь

Команды становятся на линии (между линиями -10 шагов) лицом друг к другу, затем сходятся на средней черте так, чтобы каждый соревнующийся из одной команды занял место между двумя игроками другой. Все берутся за руки. Получается своего рода цепь, где каждая команда смотрит в противоположную сторону от другой команды. По сигналу команды стараются оттеснить противника за линию, на которой они стояли перед тем, как сойтись на середине. Игроки, допустившие разрыв цепи, выбывают из игры.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е и г р ы

Змейка

Играющие становятся друг за другом и берутся за руки. Встать надо одинаково, так, чтобы все были лицом в одну сторону. Держаться за руки надо крепко.

Одного из крайних в цепочке выбирают ведущим. Он бежит, увлекая за собой всех играющих, на бегу описывая разнообразные фигуры: по кругу, вокруг деревьев, делая резкие повороты, закручиваясь вокруг крайнего игрока и т.д. Здесь ведущий должен проявить свою фантазию. Если в змейку играют младшие ребята, то они не должны бегать быстро. Цель ведущего - как можно больше укоротить змейку, а остальные игроки должны постараться продержаться в змейке до конца игры.

Те игроки, которые не удержались и расцепили змейку, из игры выбывают.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Кому на ком?

Слепить из снега большой ком. Игроки становятся вокруг него, взявшись за руки. По команде «Раз, два, три!» играющие тянут приятеля к снежному кому, а сами упираются. Тот, кто упадет на ком или хотя бы ступит на него ногой, выходит из игры.

õ õ õ õ õ

момент мышь может спрятаться в норке, образованной сцепленными руками играющих. Коту в норку забегать запрещается. Если кот поймал мышь, они встают в ряд, а вторая пара продолжает игру. Игра продолжается до тех нор, пока коты не переловят всех мышей.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Кот и мышь

Участники игры встают в два ряда лицом друг к другу, берутся за руки, образуя небольшой проход - нору. В одном ряду стоят мыши, в другом - коты.

Затем первая пара начинает игру: кот ловит мышь, а та бежит вокруг играющих. Но они не должны убегать далеко от норы. В самый опасный

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Сколько вратарей?

Участники игры становятся в круг - примерно в метре один от другого. В середине круга - тот, кто оказался

водящим. У ног его - льдинка, которую он, не сходя с места, должен постараться выбить за пределы круга. Но сторожа - то льдинку не пускают, задерживают ее ногами и отправляют назад водящему. А вот тот, кто зазеваётся и пропустит льдинку справа от себя, должен будет занять место водящего.

õ õ õ õ õ

Водящий (пятнашка) ловит остальных играющих, которые разбегаются по всей площадке. Если игрок присел на корточки или взялся за руки с другим играющим, пятнашка не должен их ловить, они в "домике".

Тот, кого пятнашка поймал (коснулся рукой) становится водящим, а пятнашка присоединяется к игрокам. **Но есть и другое правило:** кого поймал пятнашка, тот вместе с ним ловит остальных.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е и г р ы

Не только метко, но и сильно!

Участники игры состязаются не только в меткости, но и в силе бросков. Играющие по очереди метают снежки в мишень до тех пор, пока она не повернется. Тот, кому понадобится меньше снежков, чтобы заставить мишень повернуться боком, получает 1 очко, а если удастся даже обратной стороной - сразу два очка. Победителем становится тот игрок, который наберет большее количество очков.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е и г р ы **Пятнашки**

Когда уже некому бежать, можно посчитать, скольких эта пара Морозов заморозила.

А потом Морозами пусть станут другие.

В конце концов, выяснится, какая же пара морозила крепче.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Два Мороза

Играющие расходятся по разным сторонам снежной площадки. Игроки по одному с каждой стороны бегут навстречу друг другу, чтобы поменяться местами. Но они должны быть очень осторожны - посреди площадки стоят два Мороза. Они хотят заморозить играющих: в кого попадут снежком - того заморозили. Один подстерегает тех, кто бежит справа налево, другой - тех, кто бежит слева направо. Так что уворачиваться приходится только от «своего» Мороза. Но если снежок попал в игрока, тот должен остановиться, его «заморозили». Как только бегущего «заморозят» (или как только он все-таки добежит до цели), начинается бег следующий игрок (с той же стороны).

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Медведь, что ешь?

Играют 15-20 человек.

Выбирается медведь, все остальные пчелы. Определяется, где у пчел "домик" - черта, за которой медведь не имеет права их ловить.

По сигналу ведущего пчелы подходят к медведю и спрашивают: «Медведь, что ешь?» Медведь отвечает: «Малину», «Шишку», «Рыбу»... Но как только медведь скажет: «Мёд!» он бросается на пчел и

начинает их ловить. Те, спасаясь, бегут в "домик". Кого медведь коснулся рукой, считаются пойманными. Каждый раз водящие - медведи - меняются.

Побеждают те участники, кто за время игры поймал пчел больше других.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Догони мяч

Играющие образуют круг. Выбирается водящий, он находится вне круга. По сигналу ведущего игроки передают мяч друг другу, задача водящего догнать мяч и выбить его из рук передающих или дотронуться до него. Играющим запрещается перебрасывать мяч через участников. Если водящему удалось выбить мяч, он становится в круг на место того, у кого был мяч. Игрок же, допустивший потерю мяча становится водящим.

õ õ õ õ õ

освободить его. Кого Птицелов осалит, тот считается пойманным и садится в клетку. Если Птицелову долго не удастся никого осалить, то выбирают нового водящего.

õ õ õ õ õ

участников. Водящий громко называет любой цвет и быстро поворачивается. Те, игроки, у которых есть одежда такого цвета, берутся за цвет так, чтобы водящий видел. Те, у кого нет, спасаются бегством.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Птицы и клетка

Играют 15-20 человек. Обозначается круг диаметром 1 метр. Выбирают Птицелова и Воробья, все остальные участники птицы: голуби, синицы, утки и т. д. Воробей садится в центр круга, в клетку. Птицелов ходит около нее, охраняя пленника от нападения птиц, которые стараются коснуться воробья руками, чтобы

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Цвет

Участники встают в линию. Водящий встает спиной в 5-6 м от

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Ручеек

Играющие встают друг за другом парами, берутся за руки и поднимают их высоко. Игрок, кому пара не досталась, идет к истоку «ручейка», и ищет себе пару. Взявшись за руки, новая пара идет в конец «ручейка», а тот, кто остался без пары, идет в начало.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Золотые ворота

Играют 15-20 человек. 6 игроков образуют пары, становятся лицом к лицу на расстоянии шага и берутся за руки, поднимают их вверх, образуя ворота. Остальные участники берутся за руки, так что составляется цепочка. Игроки-ворота говорят считалку, а цепочка быстро старается пройти между ними.

Тра-та-та, тра-та-та,

Отворяем ворота.

Золотые ворота,

Поспешите все сюда

Пропускаем вас,

Пропускаем раз,

Пропускаем два,

А на третий раз

Не пропустим вас.

Игроки опускают руки вниз, ворота захлопываются. Те участники,

которые оказались пойманными, становятся воротами. Игра продолжается до тех пор, пока не будет пойман последний игрок.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Корзинки

Играющие делятся на пары и расходятся по площадке. Они берутся за руки, образуя кружки - корзинки. Водящие становятся на небольшом расстоянии друг от друга, пятнашка гонится за вторым игроком. Убегающий бежит между парами, и чтобы его не запятали, быстро называет игрока по имени любой пары. Тот играющий, чье имя было названо, убегает, на его место встает игрок водящей пары. А если пятнашке удалось осалить убегающего, то они берут друг друга за руки и образуют корзинку. А дети очередной корзинки становятся водящими

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е
и г р ы в
п о м е щ е н и и

Верёвочка

Берут длинную веревку, концы ее связывают. Участники игры встают в круг и берут веревку в руки. В середине стоит водящий. Он ходит по кругу и старается коснуться рук одного из играющих. Но дети внимательны,

они опускают веревку и быстро прячут руки. Как только водящий отходит, они сразу же берут веревку. Кого водящий ударит по руке, тот идет водить.

Правила. 1. *Играющие должны веревку держать двумя руками.*

2. *По ходу игры веревка не должна падать на землю.*

П о д в и ж н ы е
и г р ы в
п о м е щ е н и и

Телефон

Все дети садятся в ряд: кто сидит первым, тот телефон. Ведущий на ухо быстро ему говорит какое-то слово или короткое предложение. То, что он

услышал, передает своему соседу, тот в свою очередь передает это слово следующему игроку и так до последнего играющего.

После этого все говорят, что они слышали. Первый, кто перепутал сказанное, садится в конец, играющие передвигаются ближе к телефону. Каждый ребенок может выполнять роль телефона один раз, после чего садится в конце ряда.

П о д в и ж н ы е
и г р ы в
п о м е щ е н и и

Летит — не летит

Эта игра проходит за столом. Играющие кладут на стол пальцы, ведущий называет птиц, зверей,

Дети сидят на скамейке или стульях, ладони у всех сложены вместе и лежат на коленях. Ведущий с камешком в руках обходит участников игры и делает движение, точно кладет камешек каждому из них в руки. Одному из играющих он действительно незаметно кладет камешек, затем отходит от скамейки и зовет: «Камешек, ко мне!» Тот, у кого камешек, подбегает и показывает его. Теперь он будет ведущим. Но если играющие заметили, кому положен камешек, они могут этого игрока задержать. В этом случае ведущим остается прежний.

Правила. 1. Камешек нужно стараться положить незаметно, чтобы никто не знал, у кого он.

2. Игрок с камешком не должен выходить раньше слов: «Камешек, ко мне!»

П о д в и ж н ы е

и г р ы в

п о м е щ е н и и

Мережа

Выбирают двух рыбаков, остальные играющие садятся в кружок, сложив кисти рук вместе. Они изображают берег реки, а сложенные на коленях руки — мережи. Один из рыбаков ходит вдоль берега, в руках у него маленькая рыбка. Он опускает свои руки с рыбкой в мережи и незаметно кладет ее кому-то из играющих. Второй рыбак должен угадать, у кого рыбка. Если он не угадал сразу, то ему разрешается назвать имена - еще 2—3 детей. Первый рыбак садится на место, второй опускает рыбку в мережу, а тот, у кого нашли рыбку, идет угадывать.

2. Занимать свободное место можно только после слов: «Море утихло».

П о д в и ж н ы е

и г р ы в

п о м е щ е н и и

Море волнуется

По числу играющих ставятся стулья в два ряда так, чтобы спинка одного стула соприкасалась со спинкой другого. Все участники игры садятся на стулья. Водящий говорит: «Море волнуется». Играющие встают и бегают вокруг стульев. «Море утихло», - говорит водящий, и дети занимают свободные места. Кто-то останется без места, так как один стул занимает водящий. Тот, кто прозевал, идет водить.

Правила. 1.Играющим не разрешается бегать близко около стульев.

П о д в и ж н ы е

и г р ы в

п о м е щ е н и и

Морская фигура

Это очень известная и популярная игра. Участники становятся по всей площадке. Вместе с ведущим поднимают руки вверх, плавно водят ими влево - вправо, изображая волны и произносят считалку:

*Море волнуется раз,
Море волнуется два,
Море волнуется три,
Морская фигура
На месте замри!*

Играющие останавливаются и замирают в позе изображая какую-либо фигуру. Ведущий объявляет победителем участника, который придумал самую красивую позицию.

П о д в и ж н ы е

и г р ы в

п о м е щ е н и и

Хитрая лиса

Играющие идут по кругу и произносят:

*«Мы по кругу идем,
Мы лисичку зовем,
Пусть глаз не открывает,
Нас по голосу узнает!»*

Затем дети останавливаются, и тот, на кого укажет взрослый, спрашивает: «Хитрая лиса, где я?» Стоящий в центре должен, не открывая глаз, подойти к тому, кто задал вопрос, дотронуться и сказать: «Здесь ты!».

Вариант. Лисичка по голосу узнает ребенка и называет его имя. Если дети хорошо знают друг друга, то они могут менять голос.

Кто дальше прыгнет

Играют команды по 5-8 человек. Первые участники прыгают от стартовой линии с места, толкаясь двумя ногами. С места приземления прыгают вторые номера. Затем третьи и т. д.

Побеждает команда, которая преодолеет большее расстояние.

П о д в и ж н ы е

и г р ы в

п о м е щ е н и и

Вслепую между линиями

На доске проводится две параллельные линии на расстоянии 3 см друг от друга, длиной 1 м. Нужно с завязанными глазами провести линию мелом между этими линиями, ни разу не прикоснувшись, ни к одной из них.

Нарисовать снеговика без глаз и носа. Дети с закрытыми глазами дорисовывают его.

На полу разложить кубики. Дети с закрытыми глазами проходят

П о д в и ж н ы е

и г р ы в

п о м е щ е н и и

между ними или перешагивая через них.

П о д в и ж н ы е
и г р ы в
п о м е щ е н и и
Охотники

Дети стоят в шеренге, в нескольких шагах от условного леса. По-очереди говорят: «Я иду в лес, буду охотиться на (животное)» и делает шаг. Выигрывает тот, кто первый доходит до леса. Можно ходить за ягодой, грибами, цветами, рыбой и т.д.

П о д в и ж н ы е
и г р ы в
п о м е щ е н и и
Шишки, желуди, орехи

Дети делятся на тройки и встают по кругу лицом к центру. В центре стоит ведущий. Ближайший к центру игрок в каждой тройке становится «шишкой», средний -

«желудем», а дальний - «орехом». По команде ведущего, например: «Шишки!» все «шишки» обязаны поменяться местами, а ведущий старается в это время занять место одной из «шишек». Тот, кто остался без места, становится ведущим.

П о д в и ж н ы е
и г р ы
Иди на колокольчик

Вызываются двое играющих. Одному дают колокольчик, другому завязывают глаза. Тот, у кого

колокольчик, стоит на одном месте и звонит, но звонит всего три раза, тогда, когда игрок с завязанными глазами поднимает правую руку вверх. Игрок с завязанными глазами должен найти игрока с колокольчиком.

Где звенит колокольчик?

Одному ребенку завязывают глаза. Второй ходит по комнате с колокольчиком и позванивает им в разных местах. Первый отгадывает, где позвонили, называя место звука по отношению к себе: «позвонили справа от меня», и т.д.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е
и г р ы

П о д в и ж н ы е

и г р ы в

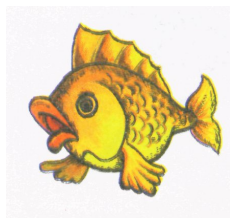
п о м е щ е н и и

Нитка и иголка

Все становятся в колонну и берут друг друга за талию - это "нитка". Впереди становится "иголка" бежит и ведет за собой "нитку". Задача "иголки" порвать или запутать "нитку".

õ õ õ õ õ

õ õ õ õ õ



П о д в и ж н ы е

и г р ы

Ловись, рыбка!

Играющие привязывают к поясу нитку длиной в 1,5 м с короткой палочкой на конце (рыбкой). Задача – как можно больше наловить рыбок (то есть наступить на волочащуюся по земле палочку и оборвать её). Игрок, потерявший рыбку, выбывает из игры. Побеждает тот, кто больше всех оборвёт палочек и, ловко уворачиваясь, сохранит свою.

П о д в и ж н ы е

и г р ы в

п о м е щ е н и и **Земля, вода, воздух**

Играющие образуют круг, а водящий становится посередине с мячом. Ведущий говорит одно из трёх слов: «ЗЕМЛЯ»,

«ВОЗДУХ», «ВОДА» - и бросает кому-нибудь мяч. Поймавший возвращает мяч и называет животное, птицу или рыбу в соответствии с заданием. Игрок, который нарушил условия игры (неправильно ответил или не поймал мяч), получает штрафное очко.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Карусель

Все участники становятся в общий круг, рассчитываются на первый-второй. Ведущий, стоя в

центре круга, вращает скакалку, а играющие, двигаясь по кругу, перепрыгивают через неё. Игрок, задевший скакалку, выбывает. Выигрывает команда, у которой к концу игры останется больше игроков. Игра продолжается 3 минуты.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е
и г р ы
Быстрые пингвины.

Играющие делятся на равные команды и строятся в 2 шеренги. Первые участники игры зажимают между ногами (выше колен) мяч. По сигналу они начинают двигаться вперёд и, достигнув противоположной линии старта, передают мячи направляющим встречных колонн. Если мяч упал, его нужно подобрать и продолжить эстафету. Выигрывает команда, игроки которой закончили эстафету быстрее.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е
и г р ы
Огород

Каждый из играющих называет себя каким-нибудь овощем, фруктом, ягодой: луком, малиной, яблоком и т.д... Все становятся в круг. Один из играющих – «огородник» - выходит на середину круга. Его спрашивают:

-Кто там?

-Огородник!

-За чем пришёл?

-За луком!

«Огородник» должен угадать, кто из ребят назвал себя, например, луком если он угадывает верно, «лук» должен убежать, иначе «огородник» поймает его.

õ õ õ õ õ

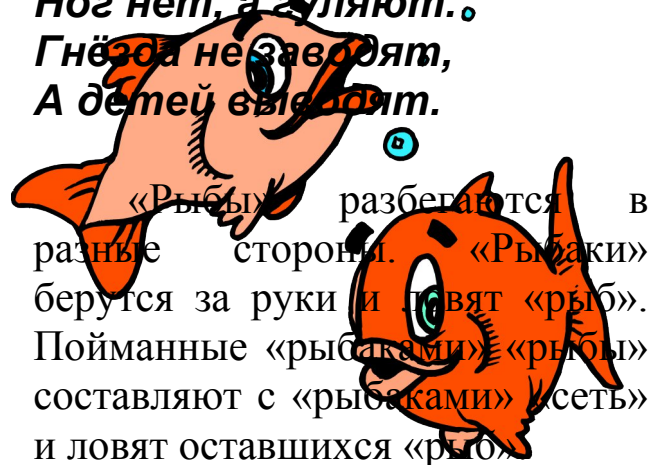
П о д в и ж н ы е

и г р ы

Рыбаки и рыбы.

Дети становятся в круг. По считалке выбираются двое ребят – «рыбаки», остальные – «рыбы». Они ведут хоровод и приговаривают:

**В воде рыбки плывут,
Нет клюва, а клюют.
Есть крылья – не летают,
Ног нет, а гуляют..
Гнёзда не заводят,
А детей выводят.**



õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы в

п о м е щ е н и и **Дождик**

Играющие читают
стихотворение:

*Дождик, дождик, капелька
Водяная сабелька,
Лужу резал, лужу резал,
Резал, резал, не разрезал.
И устал, и перестал!*

Пока читается текст, все играющие исполняют произвольные движения. С последним словом «перестал» все движения прекращаются, участники как бы застывают. Ведущий должен заметить, кто пошевелился. Он выбывает из игры.

õ õ õ õ õ

П о д в и ж н ы е

и г р ы в

п о м е щ е н и и **Не зевай!!!**

Дети идут по кругу, взявшись за руки. По сигналу ведущего «стоп!» игроки останавливаются, делают три хлопка, поворот вокруг своей оси и начинают движение в другую сторону. Если ребёнок запутался и ошибся, он выходит из игры.

Игра может закончиться, когда
останется двое-трое детей.

õ õ õ õ õ

*Мы тебя поили,
Мы тебя кормили.
Ты нас не бодай!
С нами поиграй!
Скорее догоняй!*

По окончании слов все
игроки разбегаются, а
«барашек» должен их поймать.

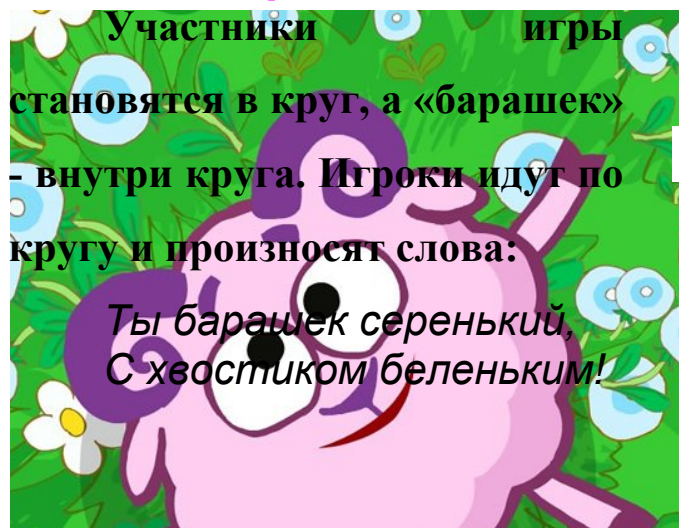
õ õ õ õ õ

Мороз старается дотронуться
до любого игрока и заморозить
его. В момент заморозки
можно принять любую позу.
Выигрывает тот, кто ни разу не
попался Деду Морозу.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Барашек



*Ты барашек серенький,
С хвостиком беленьким!*

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Дед Мороз

С помощью считалки
выбирается Дед Мороз. Все
игроки разбегаются, а Дед

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Море-берег

Игроки встают в круг. Когда ведущий говорит: «Море», все игроки прыгают вперёд на шаг, двумя ногами сразу. А если «Берег», все игроки отпрыгивают обратно. Ведущий может путать игроков. Те, кто ошибся, садятся на корточки в середине круга.

П о д в и ж н ы е и г р ы

Весёлые хлопушки

Играют две команды. Ведущий говорит: «Это команда правой руки. А это команда левой руки. На движение моей правой руки правая команда должна хлопнуть в ладоши 2 раза. Под левую руку дважды хлопает левая команда. Я буду вас путать». За ошибки команды получают штрафные очки.

П о д в и ж н ы е и г р ы

Лиса Патрикеевна

Ведущего выбирают с помощью считалки. Его дразнят: «Лиса, лиса, хвост домой!» Лиса бросается ловить игроков, и тот, кого она поймает, помогает ей ловить остальных.

Чем больше игроков, тем интереснее.

Цапля многократно поднимает и опускает руки в стороны, как будто машет крыльями, и приговаривает:

*Сколько можно их считать,
На одной ноге стоять,
Лягушонком подкреплюсь.
Крыльями захлопаю,
Всех квакушек слопаю.*

После этих слов «цапля» ловит «лягушек», не успевших выпрыгнуть из болота.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Цапля на работе

На игровом поле обозначается «болото». Один ребёнок выбирается «цаплей», другие дети «лягушки». «Цапля» стоит в болоте, а «лягушки» прыгают по болоту и «квакают»:

*На одной ноге в болоте
Стоит цапля на работе
Всех лягушек пересчёт
Целый день она ведёт.
Но лягушкам-веселушкам
Нет нужды считаться.
Нам бы только на болоте
Квакать, баловаться.*

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Ў Игры зимой Ў Снежный ком

Участники распределяются на группы по 2-5 человек. Каждая группа должна в течение 8-10 минут скатать снежный ком большой величины. Выигрывает группа, которая скатает самый большой ком.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Ў Игры зимой Ў Ледяной снайпер

Играющие делятся на равные команды. Напротив каждой команды на заборе (стене) чертится круг

диаметром 0,5 метра. Несколько минут игрокам отводится для подготовки снежков. По сигналу ведущего каждая команда начинает бросать снежки, стараясь как можно скорее залепить ими свой круг. Побеждает команда, игроки которой быстрее это сделают.

Перед участниками соревнования стоят снежные комья. По сигналу игроки начинают катить ком по направлению к финишу. Выигрывает тот, кто первым доберётся до финиша.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Баба Яга

Дети создают круг, в нём стоит «Баба Яга», у неё помело (веточка). Дети двигаются по кругу и приговаривают:

**Бабка Ёжка, костяная
ножка,
С печки упала, ножку
сломала!**

**А потом и говорит:
«У меня нога болит!»**

**Пошла на улицу-
Раздавила курицу.**

**Пошла на базар-
Раздавила самовар,
Пошла на лужайку-
Раздавила зайку.**

Дети разбегаются, а Баба-Яга прыгает на одной ноге, пытается осалить детей своим помелом, не выбегая за круг.

П о д в и ж н ы е

и г р ы

Ў Игры зимой Ў **Снежные обгонялки**



«Бабой Ягой» становится тот,
кого ведущий осалит.