

**Картотека**  
**подвижных игр**  
**для детей**  
**старшей группы**

**Составила старший воспитатель: Обойщикова А.В.**



## Спящая лиса

**Ход игры:** Выбирают лису. Она уходит в угол площадки (нору) и крепко засыпает (закрывает глаза). На противоположной стороне площадки, за чертой — дом зайцев. Они резвятся на площадке, бегая в разных направлениях. Через некоторое время воспитатель говорит: «Лиса проснулась!» Все дети, спасаясь от лисы, бегут в свой дом. Лиса догоняет их, стараясь дотронуться рукой. Пойманных лиса отводит в нору. Когда в норе окажется 2—3 ребенка, выбирается новая лиса. Игра повторяется со всеми детьми. В конце воспитатель отмечает самую ловкую лису.

## Найди свое место

**Ход игры:** Воспитатель распределяет детей на три подгруппы. Каждая строится у какого-либо физкультурного пособия (или дерева). Воспитатель предлагает детям назвать предмет и запомнить его. По сигналу дети разбегаются по площадке и бегают 0,5—1 мин. По команде «Найди свое место!» они должны построиться в прежнем месте. Подгруппа, построившаяся первой, выигрывает. Игра повторяется 3—4 раза.

## Застука

**Ход игры.** На площадке роют лунку, водящий кладет в лунку шар. На расстоянии 3 - 6 м проводят черту, откуда играющие поочередно бросают битой в шар. Около лунки кладут застуку - небольшую доску. Как только один из играющих попадет в шар, все, кто бросил биты, бегут за ними, быстро возвращаются на свои места, постучав по пути битой в застуку. Водящий бежит в поле за шаром вместе со всеми и, прежде чем положить его в лунку, также стучит о доску. Тот из играющих, кто постучал о застуку сразу же после водящего, встает у ямки с шаром, а водящий идет в поле.



## Ямки

**Ход игры.** На площадке в один ряд выкапывают несколько ямок, но не больше 10



и отмечают их номерами. На расстоянии 3 м от них проводят черту, с которой играющие прокатывают шары в ямки поочередно, начиная с первой. Игру начинает первый играющий, он прокатывает шар, пока не промахнется. За ним продолжает игру второй, затем третий и т. д. Когда очередь вновь дойдет до первого игрока, он начинает игру с той ямки, в которую не попал.

Кто первым попадет во все ямки, тот выигрывает.

**Указания к проведению.** В игре принимают участие не более 10 человек. Ямок может быть разное количество, не обязательно по числу играющих. Дети могут не прокатывать, а бросать шары в ямки.

## Молчанка

**Ход игры.** Перед началом игры играющие хором произносят:

«Первенчики, червенчики,

Зазвенели бубенчики.

По чужой полосе.

По свежей росе,

Там чашки, орешки,

Медок, сахарок.

Молчок!»



После слова «Молчок!» все должны замолчать. Ведущий старается играющих рассмешить движениями, смешными словами и потешками, шуточным стихотворением. Если кто-то засмеется или скажет одно слово, он отдает ведущему фант. В конце игры дети свои фанты выкупают: по желанию играющих поют песни, читают стихи, танцуют, выполняют интересные движения.

**Правила.** 1. Ведущий играющих не должен трогать руками.

2. Фанты для играющих должны быть разными по цвету, форме.

**Указания к проведению.** Игру можно проводить в разных условиях.



Разыгрывать фант можно и сразу, как только кто-то из играющих рассмеется, улыбнется или заговорит. Это снимает напряжение, которое создается у детей в игре.

### Найди себе пару

**Ход игры:** Дети встают в пары, взявшись за руки, и идут по площадке. По сигналу воспитателя дети разбегаются по всей площадке. По другому сигналу они должны быстро найти своего товарища. Воспитатель отмечает наиболее быстрых. Игра повторяется 3—4 раза.

### Стойки

**Ход игры.** Дети встают у стены на расстоянии 4 - 5 шагов, у одного из них мяч. По сигналу он бросает мяч о стену и называет по имени одного из игроков. Тот, кого назвали, ловит мяч и бросает его о стену, называя нового игрока, и т. д. Если игрок не поймал мяч, то он становится салкой. Ему нужно быстро поднять мяч и крикнуть: «Стой!» Так как дети в это время все разбегаются в разные стороны, на сигнал «Стой!» они останавливаются. Салка пятнает ближайшего игрока, запятнанный выходит из игры. Играющие идут к стене, салка начинает игру. Если же салка промахнулся, то, пока он бежит за мячом, играющие стараются убежать как можно дальше. Салка берет мяч, кричит: «Стой!» — и вновь пятнает играющих.



Игра продолжается, пока не будет осалена половина играющих.

**Правила.** 1. Играющим разрешается ловить мяч с отскоком от земли.

2. Салка не должен сходить с места, когда он пятнает игрока.

## Не задень!

*Ход игры:* Дети произвольно располагают на площадке различные предметы: мячи, кегли, кубики, чурбачки и т. п. По условиям игры они могут бегать по площадке в любом направлении, но не сталкиваться и не задевать предметы.



Ребенок, задевший предмет, ставит его на место и продолжает играть.

Через 2 мин дети по сигналу воспитателя останавливаются. Воспитатель называет победителей (кто ни разу не нарушил правила). Игра повторяется. Ее можно усложнить, увеличивая число предметов и уменьшая площадку.

## Фанты

*Ход игры.* Игра начинается так. 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 фанты 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.

### Сокол и голуби

**Ход игры:** На противоположных сторонах площадки линиями обозначают домики голубей. Между домиками находится сокол (водящий). Все дети — голуби. Они стоят за линией на одной стороне площадки. Сокол кричит: «Голуби, летите!» Голуби перелетают (перебегают) из одного домика в другой, стараясь не попасться соколу. Тот, до кого сокол дотронулся рукой, отходит в сторону. Когда будет поймано 3 голубя, выбирают нового сокола.

### Синие, красные, желтые

**Ход игры:** Дети берут ленты трех (или двух) цветов, повязывают их друг другу на руку (или заправляют конец ленты сзади под резинку спортивных брюк). Затем все выстраиваются вдоль линии по одной стороне площадки. Воспитатель говорит: «Приготовились!», и все принимают положение



высокого старта. Сигналом для начала бега является название цвета ленты, например «Желтые!» По этому сигналу бегут дети только с желтой лентой, остальные должны остаться на месте. Добежав до противоположной стороны



площадки, дети остаются там. Затем воспитатель называет другой цвет, потом третий. При повторении дети бегут в противоположном направлении. И так меняются 3—4 раза.

### Лиса в курятнике

**Ход игры:** На одной стороне площадки ставят гимнастические скамейки — это насест для кур. На противоположной стороне находится нора лисы. Один из играющих назначается лисой, остальные — куры. По сигналу воспитателя куры спрыгивают с насеста, ходят и бегают по площадке (двору), клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу воспитателя «Лиса!» куры убегают в курятник и взбираются на насест, а лиса старается поймать курицу, не успевшую спастись, и уводит ее в свою нору. Остальные куры снова спрыгивают с насеста, и игра возобновляется. Игра заканчивается, когда лиса поймает двух-трех кур. Можно ее повторить с другой лисой.



### На одной ножке по дорожке

**Ход игры:** Дети встают по краю площадки. Воспитатель предлагает им допрыгать до середины площадки на правой ноге (3—4 м). Обрато дети бегут. Затем прыгают на другой ноге.

### Зайцы и волк

**Ход игры:** Одного из играющих выбирают волком. Остальные — зайцы. На одной стороне площадки зайцы устраивают домики (чертят кружки). В начале

игры зайцы стоят в своих домиках, волк — на другом конце площадки (в овраге). По сигналу воспитателя зайцы выпрыгивают из домиков и разбегаются по площадке. Они то прыгают на двух ногах, то присаживаются, щиплют травку. По сигналу «Волк!», волк выбегает из оврага и ловит зайцев (стараясь коснуться их).



Зайцы убегают каждый в свой домик. Пойманных зайцев волк отводит в овраг. Игра возобновляется. После того, как поймано 2—3 зайца, выбирается другой волк.

### Ловишки

**Цель:** Развивать увертливость, ловкость, быстроту.

**Ход игры:** дети выстраиваются за чертой на одной стороне площадки. Они должны добежать до противоположной стороны так, чтобы ловишка, стоящий посередине, их не поймал. Кого осалят, считается пойманным. После 2-3 пробежек пойманные дети подсчитываются. Выбирают нового ловишку.

### Ловишки парами

**Цель:** Развивать увертливость, ловкость, быстроту.

**Ход игры:** Выбирают водящего. По сигналу воспитателя дети разбегаются. Водящий ловит, дотрагиваясь рукой до убегающего. Пойманный становится в пару с водящим. Они берутся за руки и ловят других детей. Пойманные также образуют пару и участвуют в ловле. Игра заканчивается, когда все дети будут пойманы. Ребенок, пойманный последним, становится водящим.

### Свечи ставить

**Ход игры.** В земле делают небольшую ямку, опускают в нее одним концом дощечку так, чтобы другой ее конец был приподнят над землей. В ямку на доску кладут мяч, водящий бьет ногой по выступающему концу доски, мяч летит вверх, играющие бегут за ним. Тот, кто мяч поймал или взял его





первым с земли, идет к ямке, кладет его на доску и бьет по доске. Игра продолжается.

**Правила.** 1. Играющие должны стоять на удобном расстоянии от доски с мячом.

2. Во время игры не разрешается отбирать мяч друг у друга.

**Вариант.** Небольшую доску, на одном конце которой закреплена корзиночка



или коробочка, кладут на невысокую перекладину. В корзиночку кладут шарики по числу играющих. Играющие стоят полукругом на некотором расстоянии от доски.

Водящий ударяет ногой по свободному концу доски, шарики разлетаются в разные стороны. Каждый ребенок старается поймать или найти шарик и положить его в корзинку. Тот, кто прибежал с шариком последним, становится водящим.

### Ловишки - перебежки

**Цель:** Развивать увертливость, ловкость, быстроту.

**Ход игры:** Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На середине площадки находится ловишка. После слов: «Раз, два, три. Беги!» — дети перебегают на другую сторону площадки. Тот, до кого ловишка дотронулся, считается пойманным и отходит в сторону. После 2—3 перебежек подсчитывает число пойманных. Выбирают нового ловишку, и игра продолжается.



### Солнце и месяц

**Ход игры.** 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.

### Ловишка, бери ленту

**Цель:** Развивать увертливость, ловкость, быстроту.



**Ход игры:** Играющие встают в круг, выбирают ловишку. Все, кроме ловишки, берут цветную ленту и закладывают сзади за пояс или за ворот. Ловишка встает в центр круга. По сигналу воспитателя «Беги!» дети разбегаются по площадке. Ловишка догоняет их, стараясь вытянуть у кого-нибудь ленточку. Лишившийся ленточки временно отходит в сторону. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три. В круг скорей беги!» дети собираются в круг. Ловишка подсчитывает количество лент и возвращает их детям. Игра возобновляется с новым ловишкой.

### Быстро в домик

**Ход игры:** Гимнастические скамейки — домики — расположены на одной стороне площадки. Воспитатель говорит: «Идите гулять». Дети спрыгивают со скамеек и разбегаются по площадке. По сигналу воспитателя «Быстро в домик!» они должны быстро встать на скамейку. Игра повторяется 4—5 раз.

## Котлы. Классы

*Ход игры.* На земле чертят фигуру. Каждый квадрат фигуры называется классом. Играющие устанавливают очередь: кто начнет игру первым, кто будет вторым, третьим и т. д.

Первый из игроков бросает камешек в первый класс, встает на одну ногу, перепрыгивает через черту в тот же класс. Носком ноги выбивает камешек из



первого класса и выпрыгивает сам. Снова бросает камешек, но уже во второй класс. Прыгает на одной ноге в первый, затем во второй класс и вновь выбивает камешек носком ноги и т. д.

В четвертом классе камешек нужно взять в руку и встать так, чтобы одна нога была в четвертом классе, а другая — в седьмом. Подпрыгнуть и переставить ноги так, чтобы одна была в шестом, а другая в пятом классе. Дальше играющий на одной ноге выпрыгивает в восьмой класс, а затем в полукруг, где некоторое время отдыхает.

Стоя в полукруге, играющий бросает камешек в восьмой класс. На одной ноге перепрыгивает в этот же класс и передвигает камешек носком ноги в седьмой класс. Вновь подпрыгивает, во время прыжка поворачивается вправо и ставит ноги в седьмой и четвертый классы. Передвигает камешек в шестой класс, подпрыгивает и встает ногами в шестой и пятый классы. Дальше, одной ногой в шестом классе, передвигает камешек в пятый класс, подпрыгивает и встает опять в седьмой и четвертый классы. Камешек передвигает в четвертый класс и, стоя на четвертом классе, передвигает его в третий, затем во второй, затем в первый. После этого выталкивает камешек из классов и выпрыгивает сам.



стоя на  
пятый класс,  
классы.  
одной ногой в  
второй и

Если играющий прошел через все классы, его ждет экзамен. Он кладет камешек на носок ноги и идет на каблучке через все классы. Нужно пройти осторожно, чтобы

не уронить камешек и не наступить на черту. Только после экзамена каждый участник заканчивает игру.

**Правила.** 1. Игру начинает очередной игрок, если камешек предыдущего попал на черту или не в тот класс или игрок встал ногой на черту.

2. Игрок, допустивший ошибку, вновь начинает игру с того класса, где он ошибся.

**Указания к проведению.** В этой игре дети самостоятельно контролируют



выполнение правил. Им нужно подсказать, что прыгать они могут как на правой, так и на левой ноге. Выбивать и передвигать камешек ребенок должен свободной ногой: если стоит на правой ноге, то передвигает камешек левой, наоборот.

Игру можно закончить, когда один из игроков с наименьшим количеством ошибок пройдет все классы и сдаст экзамен.

## Сети

**Цель:** развивать ловкость, пространство, умение соблюдать

смекалку, ориентировку в правила игры.

**Ход игры:** одни дети встают по



кругу и держат обручи. Другие -

«рыбки» - снуют туда-сюда через обручи. Далее возможны варианты:



1. Щука гоняется за рыбками.

2. Дети с обручами медленно двигаются, по сигналу бегут по кругу, и тогда из него невозможно выбраться.

3. Дети с обручами стоят неподвижно и только по сигналу начинают двигаться.

Ведется подсчет улова.



## Здравствуй, сосед!

**Ход игры.** Играющие делятся на равные группы и встают в два ряда лицом друг к другу на расстоянии вытянутых рук. Первые игроки — ведущие, они начинают игру: встают на одну ногу и скачут в направлении другой команды. Не останавливаясь, они обращаются к игроку: «Здравствуй, сосед!» Тот, к кому обращаются, отвечает: «Здравствуй!» — и прыгает за ведущим. Игра заканчивается, когда все дети образуют одну цепь прыгающих за ведущими.

**Правила.** 1. Дети должны повторять движения ведущего.

2. Тот, кто неточно выполняет движения, выходит из игры.

**Указания к проведению.** По ходу игры ведущий выполняет разнообразные



упражнения, а играющие их повторяют.

Они прыгают на левой ноге, на двух ногах, на правой, на двух ногах боком, выполняют подскоки и т. д.

## Купи бычка

**Ход игры.** На ровной площадке дети чертят круг, встают за его чертой на расстоянии шага друг от друга. Водящий — хозяин встает в центр круга. На земле перед ним лежит маленький мяч или шар.

Водящий прыгает на одной ноге по кругу, свободной прокатывая мячик, приговаривает, обращаясь к детям: «Купи бычка!» или «Купи корову!» Он старается мячом осалить кого-то из играющих. Тот, кого осалили, берет мяч, встает в центр круга на место водящего. Если мяч выкатывается за круг, никого не задев, водящий приносит его, встает в круг и продолжает водить.



**Правила.** 1. Играющие не должны заходить за круг.

2. Водящий может бить мячом с любого расстояния, не выходя за пределы круга.

3. Водящему разрешается во время прыжка менять ноги, прыгать то на правой, то на левой ноге или на двух ногах.

**Указания к проведению.** Зимой можно играть на хорошо утоптанной снежной площадке, прокатывая льдинку, шар, шайбу или какой-либо другой предмет. Интересно проходит игра, когда удары мячом водящий проводит внезапно. Он прыгает по кругу то быстро, то замедляя прыжки, внезапно останавливаясь, делает обманные движения, словно бьет по мячу. Такое поведение водящего заставляет играющих подпрыгивать, отступать назад или делать шаг в сторону.



### Жмурки на местах

**Ход игры.** Жмурку ставят на середину игровой площадки, завязывают глаза, и он повертывается несколько раз вокруг себя. Играющие его спрашивают: «Где стоишь?» — «На мосту». — «Что продаешь?» — «Квас». — «Ищи три года нас!» После слов участники расходятся по площадке, жмурка идет их искать. Дети, пока их ищет жмурка, не сходят со своих мест, но они могут присесть, вставать на колени или четвереньки. Найденный игрок становится жмуркой только в том случае, если водящий его узнает и назовет по имени.

### Выбей шар

**Ход игры.** На земле чертят клетки, на расстоянии 2 м по ту и другую сторону от них проводят линии кона. В каждой клетке лежит по 3 - 4 шара. Участники игры делятся на две команды и встают за линиями напротив клеток своего противника.

Игру начинают одновременно все игроки одной из команд. Они по сигналу прокатывают шары, забирают выбитые. Затем прокатывают шары игроки другой команды. Выигрывает та команда, игроки которой выбили больше шаров.

**Правила.** 1. Прокатывая шары, играющие стоят за линией кона.

2. Участники игры выбивают шары поочередно.

**Указания к проведению.** У каждой команды шары своего цвета. Они могут быть деревянными, полиэтиленовыми. Можно игру проводить и с мячами. В клетках шары нужно располагать одинаково. Размеры клеток



50x50 см, располагают их на одной линии в шахматном порядке на расстоянии 30 см друг от друга.



### **Воздушный футбол**

**Цель:** совершенствовать ловкость, силу, смекалку; развивать координацию движений.

**Ход игры:** дети из положения сидя, зажимая ногами брусок, перекачиваются на спину и бросают брусок через сетку, в ворота или вдаль. Вместо бруска можно использовать мяч.



### **Летает, не летает**

**Цель:** закреплять знания детей о летающих и не летающих объектах; воспитывать выдержку, терпение.

**Ход игры:** дети стоят или сидят по кругу, в центре – воспитатель. Он называет одушевленные и не одушевленные предметы, которые летают и не летают.

Называя предмет, воспитатель поднимает руки вверх. Дети должны поднять руки вверх, если предмет летает

Возможен вариант с мячом.

### **Палочка-выручалочка**

**Ход игры:** Дети выбирают водящего считалочкой:

«Я куплю себе дуду

И на улицу пойду!

Громче, дудочка, дуди,

Мы играем, ты води!»

Водящий закрывает глаза и встает лицом к стене. У стены рядом с ним помещают палочку – выручалочку. Водящий берет палочку, стучит ею по стене и говорит:

Палочка, пришла, никого не нашла. Кого первым найдет, тот за палочкой пойдет.

После этих слов он идет искать. Заметив кого-то из играющих, водящий громко



называет его по имени и бежит к палочке, стучит по стене, кричит:

Палочка-выручалочка нашла ... (имя игрока). Так водящий находит всех детей.

Игра повторяется. Первый найденный при повторении игры должен водить.

## Ярмарка

**Ход игры:** Дети стоят в кругу. Это - "продавцы". Руки держат за спиной, в руках мелкие предметы разных цветов - красный, оранжевый, зеленый, синий, желтый, фиолетовый и т.д. Можно использовать кубики, шарики или заготовленные заранее картонные кружки. В центре круга находится ребенок. Он - покупатель. Дети все вместе произносят слова, под которые ребёнок-покупатель поворачивается вокруг себя, вытянув вперед руку, наподобие стрелки:

«Ваня, Ваня, покружись,

Всем ребятам покажись,

И какой тебе милей,

Укажи нам поскорей! Стоп!»





На последнем слове ребёнок останавливается. Тот, на которого указала "стрелка", спрашивает "покупателя":

«Что угодно для души? Все товары хороши!»

Ведущий "делает заказ":

«Хочу фрукт!» (или овощ, ягоду, цветок)

Теперь ребёнок, "принявший заказ", должен предложить фрукт, цвет которого совпадает с игрушкой, спрятанной у него за спиной.

«На тебе грушу», - говорит продавец и протягивает жёлтый кубик.

Ход игры может быть разным - смена покупателя через определённое количество покупок или начисление очков за каждый правильный ответ (детям до 6 лет не рекомендуется). Играть можно и вдвоём с ребёнком, по очереди изображая покупателя и продавца.



### Салка на одной ноге

**Ход игры.** Дети расходятся по площадке, закрывают глаза, руки у всех за спиной.

Ведущий проходит среди них и незаметно одному в руки кладет платочек. На

слово «Раз, два, три, смотри!» дети открывают глаза. Стоя на месте, они

внимательно смотрят друг на друга: «Кто же салка?» Ребенок с платком

неожиданно поднимает его вверх и говорит: «Я салка!» Участники игры, прыгая на

одной ноге, стараются уйти

рукой, идет водить. Он

вверх, быстро говорит

повторяется.

**Правила.** 1. Если ребенок

поочередно то на правой, то

2. Когда меняются салки, играющим разрешается вставать на обе ноги.

3. Салка тоже должен прыгать, как все играющие, на одной ноге.



## Море волнуется

**Цель:** дать знания о различных парходах, старинных парусниках, предметах такелажа.

**Ход игры:** играющие сидят на стульях, каждому присваивается определенное название. Затем капитан начинает двигаться по внешнему кругу, называя предметы, необходимые для плавания. Все названные предметы встают. На слова «Море волнуется раз» дети начинают двигаться под музыку, изображая движения волн. Команда капитана «Море утихни!» служит сигналом к тому, что нужно как можно скорее занять места на стульях. Оставшийся без стула становится капитаном.

## Камешек

**Ход игры.** 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!»

## Мережа

**Ход игры.** 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.

## Почта

**Цель:** развивать игровую фантазию, умение соблюдать правила игры.

**Ход игры:** игра начинается с переключки игроков и водящего:

- Динь, динь, динь!
- Кто там?
- Почта!



- Откуда?
- Из города...
- А что в том городе делают?

Водящий может сказать, что танцуют, поют, рисуют и т.д. Все играющие должны делать то, что сказал водящий. А тот, кто плохо выполняет задание, отдает фант. Игра заканчивается, как только водящий наберет пять фантов. Потом фанты выкупаются, выполняя различные задания.

## Подстенка

**Ход игры.** Дети (не более 4 человек) встают друг за другом, лицом к стене. Первый игрок бросает мяч в стену, стоящий за ним ловит. Поймав мяч, он бросает его в стену, а ловит первый игрок. Затем первый снова бросает мяч, но так, чтобы, отскочив от стены, он долетел до третьего игрока. Третий ловит его и бросает в стену, первый ловит мяч и снова бросает его так, чтобы, отскочив от стены, он



перелетел через головы всех играющих и достиг четвертого игрока, который должен поймать мяч.

После этого играющие меняются местами, первый встает последним, второй первым и т. д. Игра заканчивается, когда все играющие выполняют роль водящего.

**Правила.** 1. Играющим разрешается при ловле мяча сходить с места, ловить мяч с отскока от земли.

2. Тот, кто мяч не поймал, выходит из игры.

**Вариант.** Две команды играющих (в каждой не более 10 человек) встают у черты на расстоянии 1 м от стены. По сигналу первые игроки в командах



одновременно бросают мяч о стену, быстро отходят и встают за последним в своей команде. Ловят мяч вторые игроки. Они также бросают мяч о стену и быстро уходят. Мяч ловят третьи игроки и т. д. Если играющий уронил мяч, он его поднимает, встает на свое место и продолжает игру. Выигрывает команда, в которой играющие уронили меньше мячей.

**Правила.** 1. При бросании и ловле мяча можно сходить с места, но не переступать черту.

2. Прежде чем ловить мяч, играющий должен быстро подойти к черте.

3. Разрешается ловить мяч с отскока от земли.

**Указания к проведению.** Успех игры зависит от умения детей бросать и ловить мяч, поэтому нужно, чтобы в каждую команду входили игроки примерно с одинаковыми умениями и навыками владения мячом. Игру лучше проводить как соревнование.

По договоренности игроки при ловле мяча могут выполнять разнообразные задания. Они могут быть и простые, и более сложные: 1) ударить мячом о стену и поймать одной рукой, правой или левой; 2) ударить мячом о стену и поймать с отскока от земли одной рукой, правой, левой (все эти упражнения можно выполнять с хлопком); 3) ударить мячом о стену, бросив его из - под ноги, поймать и т. д.

### У деда Мазая

**Цель:** совершенствовать согласованность

движений.

**Ход игры:** участники сидят на стульях, выбирают остальные отходят от него и договариваются, что



деда Мазая. Все будут показывать.

После чего идут и говорят:

-Здравствуй, дедушка Мазай с длинной белой бородой, с карими



глазами, с белыми усами

- Здравствуй, детки! Где вы были, что делали?

- Где мы были - мы не скажем, а что делали - покажем.

Все выполняют движения, о которых договаривались. Когда дед отгадает, играющие разбегаются, а он их ловит.

### Зевака

**Ход игры.** Играют в эту игру втроем: двое встают за линию кона, третий идет в поле ловить из стоящих на кону подбрасывает мяч, второй



игроков мяч. Один отбивает

его в поле. Тот, кто отбил мяч, оставляет лапту и бежит к линии в конце поля, забегает за нее и возвращается на кон. Полевой игрок старается запятнать бегущего. В случае промаха он быстро поднимает мяч и бросает его в бегущего еще раз. Если он запятнает бегущего, то идет на кон отбивать мяч, а запятнанный остается в поле. Если же полевой игрок не успеет запятнать бегущего, то

перебрасывает мяч на кон и игра продолжается. Игроки кона меняются местами: тот, кто отбивал мяч, подает его.

**Правила.** 1. Игрок кона не должен задерживаться за линией в конце поля. Если он не смог вернуться за линию кона, то его место занимает игрок поля, а он остается в поле.

2. Игроки кона меняются местами в случае двух промахов при отбивании мяча.

**Указания к проведению.** Расстояние от кона до линии в конце поля не должно превышать 10 м, иначе бегущий не сможет вернуться на кон.

Играющим на кону нужно постараться отбить мяч как можно дальше, тогда бегущему безопаснее возвращаться к линии кона; во время бега он может резко



менять направление, неожиданно остановиться или присесть.

## Птицелов

**Цель:** учить различать и имитировать крики различных птиц; развивать умение ориентироваться с закрытыми глазами.

**Ход игры:** играющие выбирают себе названия птиц. Встают в круг, в центре птицелов с завязанными глазами. Птицы водят хоровод:

«Во лесу в лесочке,

На зеленом дубочке

Птички весело поют.

Ах, птицелов идет,

Он в неволю нас возьмет.

Птицы, улетайте!»

Птицелов хлопает в ладоши и начинает искать птиц. Кого поймали, кричит, подражая какой-либо птице.



Водящий должен угадать имя игрока и птицу.

### Четыре стихии

**Цель:** развивать внимание, память, ловкость.

**Ход игры:** играющие становятся в круг, в середине – ведущий. Он бросает мяч кому-нибудь из игроков, произнося при этом какое-либо из слов стихии (например - воздух). Тот, кто поймал мяч, должен назвать обитателя воздуха. Если названа земля – животное, если вода – рыбы. При слове огонь все должны несколько раз повернуться кругом, помахивая руками.

### Сокол

**Ход игры:** Дети сидят на стульях по кругу. Выбирается сокол.

«Пролетал высоко сокол.



Уронил перо в осоку.

Соколиного пера

Не найти нам до утра.

Утром солнышко взойдет —

Вова перышко найдет».

С началом стихотворения, которое произносят все дети, сокол пробегает за кругом и роняет перо (бутафорское) за спиной одного из детей. Со словами «Утром солнышко взойдет...» сокол садится на свободный стул в круг с детьми. Последние три слова произносят все дети, называя имя того ребенка, за спиной которого оказалось перо сокола. Он и становится соколом. Игра повторяется.

### Цветы



**Цель:** закреплять знания о цветах (или каких либо других предметах, например спортивный инвентарь), совершенствовать реакцию, скоростные качества.

**Ход игры:** каждый играющий выбирает себе цветок. По жребию выбранный цветок начинает игру. Он вызывает любой другой цветок, например мак. Мак бежит, а роза его догоняет. Потом мак может назвать любой другой цветок. Побеждает тот, кто ни разу не был пойман.

### Подбери пару

**Цель:** развивать логическое мышление, учить играть коллективом.

**Ход игры:** детям предлагается пара слов, находящихся в определенной логической связи. Например: причина-следствие, род-вид. Необходимо к указанному третьему слову подобрать из ряда уже имеющихся, то слово, которое находится с ним в той же логической связи.

Например: школа – обучение, больница – доктор, ворота – футбол и т.д.

И третьи слова: ученик, лечение, больной, мяч, футболка.



### Телефон

**Ход игры.** 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.



### Летит — не летит

**Ход игры.** Эта игра проходит за столом. Играющие кладут на стол пальцы, ведущий называет птиц, зверей, насекомых, цветы и т. д. При назывании летающего предмета все должны поднять пальцы вверх. Кто поднимет пальцы при



назывании нелетающего предмета или же не поднимет при назывании летающего — платит фант.

Иногда играют и так: все становятся в круг и при назывании летающего предмета все игроки подпрыгивают. Если назван предмет нелетающий, они стоят на месте.

### Снежный ком

**Цель:** учить формировать последовательность в словах, запоминать предыдущие слова, согласовывать движения со словами.

**Ход игры:** групповая игра заключается в постепенном формировании последовательности слов, причем каждый следующий участник игры должен воспроизвести все предшествующие слова с сохранением их последовательности, добавив к ним свое слово. Игра проводится с передачей мяча.



### Запретный номер

**Цель:** способствовать развитию внимания.

**Ход игры:** играющие встают в круг. Нужно выбрать цифру, которую нельзя говорить, вместо нее надо хлопнуть в ладоши, молча нужное количество раз.

### Слушай команду

**Цель:** способствовать развитию внимания, совершенствовать умение самостоятельно организовываться, успокаиваться.

**Ход игры:** дети идут под музыку. Когда музыка замолкает все останавливаются и слушают произнесенную шепотом команду и тот час ее выполняют.

### Пирамидка

**Ход игры.** На площадке очерчивают круг диаметром 50 см. Один из играющих выбирается сторожем. Он стоит в середине круга, где из 7



небольших шаров установлена пирамидка. На расстоянии 2 - 3 м от круга проводят черту, от которой играющие поочередно бросают мяч или шар, стараясь сбить пирамидку. Тот, кто попадет в пирамидку и выбьет шары за пределы круга, получает от сторожа фишку. Когда играющие выбьют все шары, сторож строит новую пирамидку. Игра продолжается. Выигрывает тот, кто больше всех выбил шаров.

- Правила.**
1. Играющие не должны заходить за черту.
  2. Каждый бьет по пирамидке один раз, после чего передает очередь следующему.
  3. Играющий получает фишку за каждый выбитый шар.

**Указания к проведению.** Мяч, которым играющие бьют, должен быть больше размером, чем шары в пирамиде. Устанавливают пирамиду по-разному: 5 шаров



лежат на земле, а 2 сверху, или 6 лежат на земле, а седьмой сверху.

### Противоположное слово

**Цель:** учить детей обосновывать свое решение, подбирать слова, противоположные указанному.

**Ход игры:** предложить детям подобрать слова противоположные по смыслу к данным.

Для слов допускающих неоднозначное значение (например - сырой), предлагается найти все возможные слова противоположного смысла и обосновать свое решение.

### Угадай слово



**Цель:** совершенствовать умение соблюдать правила игры, развивать навык классификации, выделение наиболее значимых признаков.

**Ход игры:** детям предлагается угадать названия произвольно выбранных предметов, задавая при этом уточняющие вопросы, на которые можно получить ответ «Да» или «Нет».

### Пора, бабушка, в пир!

**Ход игры.** Все встают в круг, жмурка с завязанными глазами в середине круга. Играющие идут по кругу и говорят слова: «Бабушка, бабушка, пора в пир!» Бабушка - жмурка отвечает: «Не в чем!» - «В рогоже!». — «Негоже» — «В лукошке!» - «Покато». — «На крылышках полетай!»

При последних словах все останавливаются, а жмурка машет руками и идет в сторону играющих. Останавливается перед одним игроком и старается узнать его: руками проводит по платью, волосам (не разрешается трогать лицо). Если узнает, то играющий становится жмуркой и игра начинается сначала.



### Переселение лягушек

**Ход игры.** Играющие перед началом игры выбирают ведущего (старшую лягушку). Все играющие (маленькие лягушки) приседают, опираясь руками о пол или землю. Старшая лягушка переводит их из одного болота в другое, где больше комаров и мошек. Она прыгает впереди. Во время игры водящий изменяет положение рук: руки на колени, на поясе; прыгает короткими прыжками, длинными, перепрыгивает через препятствия (через палки) или запрыгивает на дощечки, кирпичики, прыгает между предметами и т. д. Все лягушки повторяют эти движения.



Прискакав в другое болото, лягушки встают и кричат: «Ква-ква-ква!» При повторении игры выбирают нового ведущего.

### Мешочек

**Ход игры.** Дети встают в круг на небольшом расстоянии друг от друга. В центре стоит водящий, он вращает по кругу шнур с грузом на конце (мешочек с песком).

Играющие внимательно следят за шнуром, при его приближении подпрыгивают на месте вверх, чтобы он не коснулся ног. Тот, кого мешочек задел, становится водящим.

**Варианты.** На площадке нарисован круг, в центре его водящий.

1. Играющие стоят на расстоянии 3 - 4 шагов от круга. Водящий вращает шнур. Как только мешочек доходит до игрока, он подбегает и прыгает через него.

2. Водящий кружит шнур с мешочком, а дети бегут навстречу и перепрыгивают через него.

3. Дети делятся на несколько подгрупп, но не более 5 человек в каждой. Встают друг за другом и по очереди перепрыгивают через веревку с мешком на конце. Тот, кто перепрыгнул, встает последним в своей группе. Если же он за мешочек задел, то выходит из игры. Выигрывает подгруппа, где осталось больше



играющих.

**Правило.** Вращать шнур с грузом нужно так, чтобы он не касался земли.

**Указания к проведению.** Для этой игры нужен шнур длиной 2 - 3 м с грузом на конце около 100 г. Длину шнура можно увеличивать или уменьшать в зависимости от размера площадки и от количества играющих. При вращении шнура водящий может изменять его высоту.



## Птицы

**Цель:** закрепить знания детей о различных птицах; совершенствовать умение соблюдать правила игры.

**Ход игры:** играющие выбирают хозяйку и ястреба. Остальные - птицы. Прилетает ястреб. Хозяйка говорит:

- Зачем пришел?

- За птицей!

- За какой?

Ястреб называет. Если названной птицы нет, хозяйка прогоняет его. Игра продолжается до тех пор, пока ястреб не переловит всех птиц.

### Мяч в лунке



**Ход игры.** Дети встают в круг, по считалке водящего, он стоит вместе с играющими. В центре круга в лунку кладут мяч. Дети, называя по имени водящего, говорят такие слова: «Коля, не спи, мяч быстрее бери!» Водящий бежит к лунке, а играющие в это время разбегаются. Берет мяч и кричит: «Стой!», называет одного из игроков по имени и бросает в него мяч. Если промахнется, то остается вновь королем, если попадет в игрока, то

выбирают  
круга в лунку



запятнанный становится королем. Игра повторяется; мяч кладут в лунку, водящий встает вместе с детьми в круг.

**Правила.** 1. Водящий должен бежать за мячом только после слов: «Быстрее бери!»

2. Ему не разрешается задерживать мяч, сразу же после слова «Стой!» он должен назвать игрока по имени и бросить в него мяч.

### Ловля рыб

**Цель:** закреплять знания детей о различных видах рыб, совершенствовать умение действовать по правилам.

**Ход игры:** игроки делятся на две группы. Одни становятся напротив других на расстоянии нескольких шагов. Одна группа – рыболовы, вторая – рыбы. В начале игры у них происходит разговор:

- Что вы вяжете? (Рыбы)
- Невод. (Рыбаки имитируют движения)
- Что вы будете ловить?
- Рыбу.
- Какую?
- Щуку.
- Ловите.



Рыбы поворачиваются и бегут до черты. Рыбаки стараются выловить как можно больше рыбы.

### Мены

**Ход игры.** Четыре камешка игрок рассыпает на столе, пятый бросает вверх. Нужно быстро взять один из лежащих камешков и успеть поймать брошенный. Один из двух камешков снова бросают вверх, а второй быстро кладут на стол; вместо него нужно взять следующий и поймать брошенный. Игра заканчивается, когда все камешки играющие обменяют.



### Самые ловкие

**Ход игры.** 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.

### Винт

**Цель:** развивать творческую фантазию, воображение, пластику движения.

**Выполнение:** И.П. Основная сойка. Корпус поворачивается вправо и влево. Руки свободно следуют за корпусом.

«Раз, два, три, четыре, пять –

Тебе в космос улетать!»



### Сторож

**Ход игры.** Все, кто принимает участие в игре, берут мячи, встают полукругом, и каждый свое место отмечает кружком. На расстоянии 3 - 6 м, в середине полукруга, лежит большой мяч, его охраняет сторож с палкой. Играющие по очереди стараются сбить его своими мячами, а сторож палкой отбивает их мячи.

Если отбитый сторожем мяч не докатился до игрока, он остается в поле.

Играющий может мяч взять, но так, чтобы сторож его не осалил.

Осаленный игрок становится сторожем.

Когда один из игроков собьет большой мяч, сторож быстро



возвращает его на то же место. Но в это время играющие, чьи мячи лежат на кону, стараются их взять.

**Правила.** 1. Сторож отбивает мячи только палкой.

2. Играющие сбивают мяч, соблюдая очередность. Очередной игрок бросает мяч в цель, как только сторож отобьет брошенный мяч.

3. Сторож может осалить игрока только рукой.

## Шалтай–болтай

**Цель:** развивать творческую фантазию, умение вживаться в образ, передовая характерные движения, выполнять движения одновременно с текстом

**Выполнение:** педагог проговаривает слова:

«Шалтай-болтай сидел на стене

Шалтай-болтай свалился во сне...»

Ребенок поворачивает туловище вправо – влево. На слова «Свалился во сне» резко наклоняет корпус вниз.



## Русская лапта

**Ход игры.** Участники игры делятся на две равные группы, в каждой есть водящий. Посередине площадки отмечают игровое поле. С одной стороны игрового поля на расстоянии от 10 до 20 м находится город, а с другой — отводится место для кона.



По жребию игроки одной группы идут в город, а другой - расходятся по полю. Игру начинает ведущий из группы города. Он лаптой забивает мяч, бежит через поле за линию кона и снова возвращается в город. Во время перебежки игроки водящей команды (поля) стараются запятнать бегущего. Если им удастся, они переходят в город. В противном случае игроки



остаются на своих местах. Игра продолжается, мяч забивает второй игрок и также бежит через поле за линию кона.

Однако не всегда удастся игрокам сразу же вернуться в город. В этом случае они ждут, кто их выручит, а выручить может только тот, кто далеко отобьет мяч.

Может быть и такой вариант: если тот, кто пробил мяч, не смог сразу же перебежать за линию кона, он ждет, когда мяч пробьет следующий игрок; тогда за линию кона бегут одновременно два игрока.

**Правила.** 1. Игроки города подают мяч в поле по очереди; отбивающий мяч не должен переступать черту города; если в городе остался один игрок, а все остальные за чертой кона, то разрешается ему подать мяч 3 раза; ведущему разрешается пробить 3 мяча.

2. Игроки поля пятнают бегущего с того места, где поднят или пойман мяч; чтобы быстрее запятнать бегущего, разрешается мяч передавать игрокам своей партии;

3. Тому, кто не может забить мяч лаптой, разрешается его бросить в поле рукой.



4. Команда города проигрывает и переходит на игровое поле, если все игроки пробили мяч, но никто не перебежал за линию кона; все игроки перебежали за линию кона, но не вернулись в город; во время перебежки игрока города осалили.

**Указания к проведению.** Первое условие этой игры — дружное действие всех игроков, партии и точное выполнение правил. Очень важно также правильно выбрать водящего: он должен хорошо владеть мячом, быть активным, следить за ходом игры, умело расставить игроков с учетом их умений.

Водящему лучше начинать игру первому — это позволит ему в дальнейшем наблюдать за ходом игры, помогать игрокам, а если нужно при случае, и выручить своих товарищей.

Играющие при подаче мяча должны смотреть, куда его направить: туда, где меньше игроков или где их нет совсем. Если игроки бегут в город, то мяч в поле нужно послать дальше к линии-кона; если же они бегут из города, то слабым ударом мяч подать так, чтобы он упал ближе к линии города.



### Колечко

**Ход игры.** На длинный шнур надевают колечко, концы шнура сшивают. Все играющие встают в круг и держат шнур двумя руками сверху. В середине круга стоит водящий, он закрывает глаза и медленно поворачивается 3 - 4 раза, стоя на одном месте. Играющие быстро передвигают кольцо по шнуру. Затем водящий говорит: «Я иду искать». Последнее слово служит сигналом для детей. Кто-либо из них прячет колечко в руке. Водящий открывает глаза и старается отгадать, у кого спрятано кольцо. Тот, кого он называет, снимает руку со шнура. Если водящий отгадал, то он встает в круг, а игрок, у кого нашли кольцо, идет водить.



**Правила.** 1. Кольцо передвигать по шнуру только тогда, когда водящий с закрытыми глазами поворачивается вокруг себя.

2. Водящий говорит слова: «Я иду искать» — с закрытыми глазами.

3. Играющий должен снять руки со шнура, как только водящий назовет его по имени.

**Указания к проведению.** Если желающих играть более 15 человек, то на шнур надевают от 3 до 5 колец и выбирают 2 - 3 водящих.

## Факиры

**Цель:** тренировать отдельные группы мышц, развивать умение передавать характерные признаки образа.

**Ход игры:** дети сидят, ноги скрестно, руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены. Голова опущена, подбородок касается груди. Глаза закрыты. Под соответствующую музыку у детей «оживают» сначала кисти, затем поднимаются руки и голова, корпус вытягивается вперед-вверх.

## Зевака

**Ход игры.** 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.

## Не оставайся на полу

**Ход игры:** Под музыку начинаем движение по кругу, как только музыка заканчивается, участники должны принять такое положение, чтобы ступни ног не касались пола.



## Гонка мячей

**Ход игры.** 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 (первых и вторых номеров). 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. Ему нужно следить за направлением летящего мяча, а если потребуется — сделать шаг вперед или присесть.

**Вариант 1.** Дети встают в круг, рассчитываются на первые и вторые номера. Два игрока, стоящие рядом, — ведущие, они берут мячи и по сигналу бросают их один в правую, другой в левую сторону по кругу игрокам с тем же номером, т. е. через одного. Побеждает команда, у которой мяч быстрее вернется к ведущему.

**Вариант 2.** Участники игры встают по кругу на расстоянии шага один от другого и рассчитываются на первые и вторые номера. Два игрока, стоящие рядом,— ведущие. Они берут мячи и по сигналу бегут в противоположные стороны за кругом. Обежав круг, встают на свое место, быстро передают мяч игрокам с тем же номером, т. е. через одного. Игра продолжается.

Побеждает команда, игроки которой первыми пробегут с мячом по кругу и меньше уронят мячей.

**Правила.** 1. Играющему разрешается передавать мяч игроку своей команды, только когда он встанет на свое место.

2. Мяч игроки друг другу должны перебрасывать.

3. Бежать разрешается только за кругом.



### Уголки

**Ход игры:** Одновременно в игре могут участвовать от 3 до 5 детей. Обозначается игровое поле, в уголках которого занимают место игроки. Ведущий находится в центре площадки. По сигналу взрослого игроки обмениваются местами друг с другом, перебегая с места на место. Ведущий тоже старается занять любое освободившееся место. Если ему это удастся, то опоздавший игрок становится



ведущим.

### Кто лучше прыгнет

**Ход игры:** Играть желательно рядом с какой-нибудь горкой. По очереди все должны с разбега совершить прыжок – вверх, на гору.

Именно в этом заключается сложность. Далеко не всем удастся сделать удачный прыжок, чтобы преодолеть значительное расстояние. Ведущий оценивает прыжки всех и присуждает им очки. В конце игры подводятся итоги. Победителем становится тот, кто набирает максимальную сумму очков.

## Перебрасывание мяча

**Ход игры.** Участники игры делятся на две группы, не более 10 человек в каждой, встают за линиями друг против друга на расстоянии от 3 до 5 м. По жребию право начать игру получает ребенок одной из групп. Он называет по имени одного из игроков и бросает ему мяч. Тот ловит и сразу же перебрасывает мяч игроку на противоположную сторону, назвав его по имени. Если играющий не поймал мяч, он выходит из игры, а право продолжать игру остается за командой, которая подавала мяч. Побеждает та команда, в которой осталось больше игроков.



### **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.

**Вариант.** Дети делятся на две равные группы, встают друг против друга на расстоянии 3—5 м и начинают перебрасывать мяч. Если тот, кому брошен мяч, его не поймал, он переходит из своей команды и встает рядом с игроком, который бросал ему мяч. Побеждает команда, в которой оказывается больше игроков.



## Медведи и пчелы

**Ход игры:** Играющие делятся на две группы: треть из них – медведи, остальные – пчелы. В центре площадки устраивается вышка – это улей. С одной стороны вышки на расстоянии 3-5 м очерчивается место берлоги, с другой – на расстоянии 5-7 м – место луга. Пчелы помещаются на вышке или гимнастической стенке. По сигналу ведущего пчелы опускаются с вышки, летят на луг за медом и жужжат. Медведи влезают на опустевшую вышку-улей и лакомятся медом. По сигналу «Медведи!» все пчелы летят в улей, а медведи слезают с вышки и убегают в берлогу. Не успевших убежать в берлогу пчелы жалят (дотрагиваются рукой). Затем пчелы возвращаются на вышку и игра возобновляется. Ужаленный медведь не выходит за медом, а остается в берлоге.



**Правила игры.** Пчелы не ловят медведей, а дотрагиваются до них рукой. Каждое новое действие начинается по сигналу. Спрыгивать с вышки нельзя, надо слезать.

### Старые лапти

**Ход игры.** На одной стороне площадки проводят черту — это город, где находятся все играющие. Пространство за городом — игровое поле. Дети встают к черте и прокатывают мячи в сторону поля. Чей мяч дальше укатился, тому и водить. Мячи остаются на игровом поле, только водящий берет один мяч. Он ждет, когда за



мячами будут выходить играющие, и всех, кто переходит черту города, старается осалить мячом. Когда водящий промахнется, он догоняет мяч, а играющие стараются взять свои мячи и убежать за черту. Если играющих не осалили, то они еще раз прокатывают мячи, а водящий в этом случае остается прежним. Если же кого - то осалили, то осаленный становится водящим.

**Правила.** 1. Играющие должны брать с игрового поля только по одному мячу.  
2. Водящему разрешается на игровом поле переходить с одного места на другое.



## Охотники и зайцы

**Ход игры:** С помощью считалки выбирают двух "охотников", которые берут у руки по маленькому резиновому мячику. Остальные дети - "зайцы", они сидят в "норке" - на противоположной стороне площадки за начерченной чёрточкой.

Охотники обходят площадку, притворяясь, что ищут добычу, потом прячутся за двумя стульчиками или просто приседают в уголке площадки.

На слова воспитателя "Зайчик прыг-скок в зелёный лесок" зайцы выбегают на середину площадки, начинают прыгать. На сигнал "Охотники!" зайцы убегают в свои убежища, а охотники охотятся на них - целятся мячиками под ноги. В кого попадут - те дети становятся охотниками.

**Примечание.** Игра может длиться при условии, когда один и тот же охотник попадёт в 4-6 зайцев, после чего новых ведущих снова выбирают с помощью считалки.

Надо следить, чтобы охотники бросали мяч как правой, так и левой рукой и лишь под ноги зайцам. Мяч поднимает тот, кто его бросил.

## Эстафета парами

**Ход игры:** Дети становятся в 2 колонны парами за линию на одной стороне



площадки, количество пар в колоннах должно быть одинаковым. На противоположном стороне площадки (на расстоянии 6 - 8 м.) поставлены какие-либо предметы (кубы, деревянные чурбачки). По сигналу взрослого первые пары, взявшись за руки, бегут к кубам, оббегают их и возвращаются в конец своей колонны. Как только они перебегают линию старта, убегают вторые пары, и так до тех пор, пока не пробегут все пары.

Выигрывает та колонна, игроки которой быстрее выполняют задание и во время бега не разъединят руки.



## Болото

**Ход игры.** На земле расчерчивают классы. Участник игры бросает свой камешек в первый класс, на одной ноге прыгает в этот же класс, 13 первого класса толкает его во второй, а затем через болото в третий класс, оставаясь на одной ноге, и так доходит до пятого класса. Из последнего класса он или вышибает камень сразу через все классы в поле, или толкает его, прыгая на одной ноге из класса в класс по порядку, или выносит камень на носке ноги.

**Правило.** Если камешек попал в болото, игру нужно начинать сначала, с первого класса.



## Одиночка

**Ход игры.** Ребенок берет пять камешков в руку. Один из них подбрасывает вверх, а четыре рассыпает на столе. Брошенный камешек ловит и снова бросает его вверх, быстро берет со стола один камешек и ловит брошенный. Игру повторяют несколько раз, пока не соберут со стола все камешки.



## Двойка

**Ход игры.** Ребенок держит пять камешков в руке. Один из них бросает вверх, два камешка быстро кладет на стол и ловит брошенный вверх. В руке осталось три камешка. Еще раз играющий бросает один камешек вверх, два оставшихся камешка кладет на стол и ловит тот, который бросил. В третий раз камешек подбрасывается вверх, а со стола нужно успеть взять третий раз при раз при два камешка и поймать брошенный. В четвертый раз при подбрасывании надо взять остальные два камешка.



## Тройки

*Ход игры.* В правой руке игроки держат по пять камешков, один подбрасывают вверх, а четыре кладут на стол, но так, чтобы три лежали вместе, а один отдельно, и ловят камешек, брошенный вверх. Камешек подбрасывают еще раз вверх. Прежде чем его поймать, нужно успеть взять сначала три камешка со стола. Камешек подбрасывают снова вверх, быстро берут со стола оставшийся камешек и ловят брошенный.

## Парный бег

*Ход игры:* Дети стоят в колоннах парами на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки поставлены предметы (кегли, кубы и т. п.) по числу звеньев. По сигналу взрослого первые пары детей из колонн, взявшись за руки, бегут до стоящих впереди них предметов, огибают их и возвращаются в конец своих колонн. По следующему сигналу бегут вторые пары и т. д. Пара, разъединившая руки, считается проигравшей.

## Из руки в руку

*Ход игры.* Нужно успеть взять со стола как можно больше камешков и,



прежде чем поймать брошенный камешек, переложить их в другую руку.

## Грудка

*Ход игры.* В правую руку дети берут по пять камешков, один бросают вверх, а четыре грудкой кладут на стол и ловят той же рукой брошенный камешек. Камешек подбрасывают вверх еще раз, быстро берут лежащие на столе четыре камешка и ловят брошенный.

Игра заканчивается, когда все играющие выполняют фигуру.

## Удочка

**Цель:** развивать ловкость, внимание, быстроту реакции.



**Ход игры:** Игра проводится в зале или на площадке. Для ее проведения необходима веревочка длиной 3-4 м. с мешочком, наполненным песком. Играющие становятся в круг, в центре стоит водящий с веревочкой в руках. Водящий начинает вращать веревочку так, чтобы мешочек скользил по полу под ногами

подпрыгивающих игроков. Задевший мешочек становится в центр круга и вращает веревочку, а бывший водящий идет на его место. Выигрывает тот, кто ни разу не задел веревочку. При вращении веревочки нельзя отходить со своего места.

### Круговые жмурки (Трубочка)

**Ход игры.** Дети встают в круг и выбирают жмурку. Он выходит на середину, ему завязывают глаза, в руку дают бумажную трубочку и заставляют повернуться три раза. Играющие в это время берутся за руки и обходят вокруг жмурки, чтобы он не знал, где кто стоит. Когда все остановятся, жмурка делает несколько шагов к играющим и дотрагивается до кого-то трубочкой, спрашивая его: «Кто?» Ему отвечают: «Мя-у!», «Ку-ка-ре-ку!» Жмурка должен угадать по голосу того, кто ему ответил. Если не отгадал, то остается водить. Ребенок, которого жмурка узнал, становится жмуркой.



### Брось флажок

**Ход игры:** На расстоянии 3 м от малыша устанавливается обруч. Ребенок бросает флажок, стараясь попасть в цель. При попадании засчитывается очко. Расстояние можно менять в зависимости от успехов ребенка.

### Один в лапту



**Ход игры.** На площадке проводят линию кона. Играют двое. Один ребенок встает за линию кона, он подбрасывает мяч и

отбивает его лаптой. Другой ловит мяч в поле. Если он поймал мяч, то идет за линию кона отбивать мяч.

- Правила.** 1. Игрок кона в случае промаха имеет право отбивать мяч два раза.  
2. После двух промахов игрок кона меняется местом с игроком поля.

## Перебежки

**Ход игры.** Дети делятся на две равные группы, встают друг против друга на расстоянии 3 - 4 м и начинают перебрасывать мяч друг другу. Если ребенок не поймал мяч, он переходит в другую команду и встает за игроком, который бросил ему мяч. Выигрывает та команда, в которую больше перешло игроков.

- Правила.** 1. Мяч игроки перебрасывают друг другу по порядку.  
2. Тот, кто начнет игру, может придумать любое упражнение, а другие должны точно его повторять.

**Указания к проведению.** Если в игре принимает участие большое число детей, то нужно дать 2 - 3 мяча. Взрослый может взять руководство игрой на себя, подсказать детям, какое упражнение они должны выполнить.



## Мы веселые ребята

**Ход игры:** Дети стоят по кругу, взявшись за руки. «Ловишка», назначенный воспитателем, находится в центре круга. Играющие, двигаются по кругу вправо или влево (по указанию воспитателя), и говорят:

«Мы веселые ребята,  
Любим бегать и скакать,  
Ну, попробуй нас догнать!  
Раз, два, три — лови!»



На последнем слове все разбегаются, а «ловишка» догоняет их. Пойманный, временно отходит в сторону. Игра продолжается, пока «ловишка» не поймает 2—3 детей.

По сигналу воспитателя «В круг!» все играющие становятся в круг. Игра возобновляется с новым «ловишкой».

**Правила игры.** Бежать можно только после слова «лови» Пойманным считается тот, кого коснулся «ловишка». Игру повторять 2-3 раза.

### С кочки на кочку

**Ход игры:** На земле чертят две линии — два берега, между которыми болото (расстояние между линиями 30 м). Играющие распределяются парами на одном и другом берегу. Воспитатель чертит на болоте кочки — кружки (можно использовать плоские обручи) на разном расстоянии друг от друга: 30, 40, 50, 60, 70, 80 см. Двое детей по сигналу прыгают с кочки на кочку, стараясь перебраться на берег. Тот, кто оступился, остается в болоте. Выходит следующая пара. Когда все выполняют задание, воспитатель назначает, кому выводить детей из болота. Тот подает, увязшему, руку и показывает прыжками путь выхода из болота.

**Правила:** прыгать можно толчком одной или двух ног, выбирая маршрут по



желанию; нельзя становиться ногой между кочками; тот, кто нарушил, остается в болоте, пока его не выручат; выручать можно после того, как все переправятся на берег.

### Шлепанки

**Ход игры.** Дети встают в круг лицом к центру на расстоянии шага друг от друга. Выбирают водящего, считают до 5: пятый — водящий. Он выходит в центр круга, называет по имени одного из играющих и бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Тот, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлепает ладонью), стоя на одном месте.



Число отбиваний мяча по договоренности, но не более 5, чтобы детям не приходилось долго стоять в ожидании. После отбиваний мяча игрок перебрасывает его водящему. Игра продолжается до тех пор, пока кто-то не уронит мяч. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего. Играть можно в 2 - 3 мяча, тогда выбирают 2 - 3 водящих.

## Гуси – лебеди

**Цель:** развивать ловкость, быстроту реакции; закреплять умение выполнять действия взятой на себя роли; согласовывать слова с игровыми действиями.

**Ход игры:** Играющие выбирают «волка» и «хозяина», сами изображают «гусей». На одной стороне площадки чертят дом, где живет «хозяин» и «гуси», на другой - поле.

Между ними находится логово «волка».

Все гуси летят на поле травку щипать.

Хозяин зовет их:

- Гуси, гуси!

- Га-га-га!

- Есть хотите?



- Да, да, да!

- Ну, летите же домой!

- Серый волк под горой, не пускает нас домой.

- Что он делает?

- Зубы точит, нас съесть хочет.

- Ну, летите, как хотите, только крылья берегите!

«Гуси» бегут в дом, «волк» пытается их поймать.

Игра заканчивается, когда все «гуси» пойманы.



Можно использовать и такую концовку: когда «волк» всех переловит, хозяин топит баню и приглашает «волка», «волк» изображает, что парится.

Затем хозяин говорит ему:

«Волкушко, я тебе коровушку брошу»,

- и бросает палку.

«Волк» бежит за палкой, а «гуси» в это время убегают к хозяину.



Игру можно усложнить, введя в нее второго «волка».

**Указания к проведению:** в игре могут принимать участие старшие дошкольники и младшие школьники, от 5 до 40 человек.

Она проводится на просторной площадке.

Интересно играть на лугу, на лесной поляне.

**Правила игры:** «гуси» должны летать по всей площадке, им разрешается возвращаться домой только после слов, сказанных хозяином.

В конце игры можно отметить самых ловких «гусей» (ни разу не попавших к «волку») и лучшего «волка» (поймавшего больше «гусей»).

### Кто сделает меньше прыжков

**Ход игры:** Несколько детей становятся за линию, по сигналу воспитателя



выполняют прыжки до обозначенного примерно 4-5 метров. Каждый из играющих прыжки как можно длиннее и считает их. сделает меньше прыжков.



чертой места, старается делать Побеждает тот, кто

### Шарильщик

**Ход игры.** 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 перебегут во второй.

**Правила.** 1. Вместе с игроком, бросившим мяч в поле, могут перебегать 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. Проводят ее на ровной площадке, чтобы мяч хорошо отскакивал. Для игры лучше взять мяч среднего размера.



**Вариант.** На площадке чертят несколько кругов, их может быть 3 - 4. В каждый круг кладут по одному мячу. Дети выбирают водящих шарильщиков по числу кругов. Все играющие, а их не более 10, встают в первый круг. Водящие идут каждый к своему кругу и встают в стороне от него.

Игра начинается по сигналу. Один из играющих первого круга ударяет мячом о землю и, пока шарильщик его ловит, бежит во второй круг. Если во время перебежки его не осалили, он из второго круга, также ударив в нем мячом о землю, бежит в третий, из четвертый и



третьего перебегает в возвращается в первый



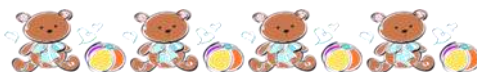
круг. Следующий ребенок бежит из первого круга сразу, как только шарильщик возвратит мяч. Так все дети перебегают из круга в круг друг за другом. Если во время перебежек играющего осалят, он занимает место шарильщика. Шарильщик же идет в первый круг и ждет своей очереди для перебежки.

Побеждает в этой игре тот, кого во время перебежек ни разу не осалят. Игра заканчивается, когда все игроки вернутся в первый круг.

**Правила.** 1. Играющие и шарильщик не должны задерживать мяч.  
2. Шарильщик независимо от того, попал мячом в бегущего или промахнулся, возвращает мяч в свой круг.

### Сделай фигуру

**Ход игры:** Ходьба в колонне по одному (или враспынную), по сигналу воспитателя: «Стоп» - дети останавливаются и выполняют какую-либо «фигуру» — позу. Отмечаются «фигуры», выполненные четко, быстро и интересно.



### На пододлик

**Ход игры.** Играющий рассыпает на столе по четыре камешка, пятый подбрасывает вверх. Прежде чем поймать брошенный камешек, но успеть один камешек взять со стола и переложить на колени, подол платья. Игра повторяется до тех пор, пока играющие поднимут все камешки и не переложат их на колени.

### Пронеси мяч, не задев кеглю



**Ход игры:** Участники делятся на две команды. Линии старта и финиша отмечаются на расстоянии 14 - 16 м одна от другой, вдоль линии по центру

устанавливаются две-три кегли. Направляющие команд зажимают

между ногами (выше коленей) волейбольный или набивной мяч. По сигналу направляющие начинают продвигаться вперед прыжками, огибая кегли таким образом, чтобы не задеть их и, достигнув противоположной линии старта, передают мячи направляющим встречных колонн. Так действуют все игроки. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету. Участники, закончившие эстафету, становятся в конец колонны. Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

### Дятел

**Ход игры.** Дети собираются на площадке, выбирают водящего — дятла. Все встают в пары и образуют круг, дятел встает посередине. Играющие ходят по кругу, и все вместе говорят слова:

«Ходит дятел у житницы,  
Ищет зернышко пшеницы».

Дятел отвечает: «Мне не скучно одному,  
Кого хочу, того возьму».

С этими словами он быстро берет за руку одного из играющих и встает в круг.



Оставшийся без пары встает в середину круга, он дятел. Игра повторяется.

### Чет и нечет

**Ход игры.** Один из играющих берет в горсть несколько камешков, бросает их вверх и, повернув руку ладонью вниз, ловит камешки на тыльную сторону одной руки. Прикрыв пойманные камешки другой рукой, спрашивает у играющих: «Чет или нечет?» Кто не угадал, платит фант. Тот, кто отдал все свои фанты, выходит из игры.

### Караси и щука

**Ход**  **игры:** Один ребенок выбирается щукой, остальные играющие

делятся на две группы. Одна из них образует круг — это камешки, другая — караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за пределами круга. По сигналу воспитателя: «Щука!» — она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат поскорее занять место за кем-нибудь из играющих и присесть, спрятаться за камешки. Пойманные щукой караси уходят за круг и подсчитываются. Игра повторяется с другой Щукой. По окончании игры, которая повторяется 3—4 раза, воспитатель отмечает водящего, поймавшего больше всего карасей.



### Попади в обруч

**Ход игры:** Поделить детей на колонны и посадить на противоположных концах вдоль комнаты. Посередине комнаты поставить две цели (вертикальные). Перед каждой целью положить на линию по два мешочка (весом 150 г). Расстояние от цели до линии 1,5-2 м. К линии выходят дети с двух колонок, берут мешочки в правую руку и на определенный сигнал воспитателя «раз» бросают мешочки в цель. Затем берут мешочки в левую руку и на повторный сигнал «раз» бросают



мешочки в цель левой рукой. Затем мешочки собирают и кладут на линию, садятся на свои места. Воспитатель отмечает, кто из детей попал в обруч. Дальше идут бросать остальные дети с обеих колон и т.д. Игра заканчивается, когда все дети бросят мячи в цель.

### Кривой петух

**Ход игры.** Одному из играющих завязывают глаза и сажают его на скамейку. Дети подходят к нему, говорят: «Прощай, кривой петух!» — и быстро расходятся по площадке. Водящий — кривой петух встает со своего места и идет искать игроков: он широко расставляет руки, прислушивается к каждому шороху. Найденного игрока он старается рассмешить, чтобы его узнать. Если ребенок будет узнан, он становится водящим.

## Забей мяч в кольцо

*Ход игры:* Команды построены перед баскетбольными щитами сигналом первый номер кольца, затем кладет мяч, а и бросает его в кольцо и так команда, которая больше всех попала в кольцо.



в одну колонну по одному на расстоянии 2 – 3 метра. За выполняет бросок мяча по второй игрок тоже берет мяч далее. Выигрывает та

## Хитрая лиса

*Ход игры:* Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. В стороне, вне круга, обозначается дом лисы. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а он обходит их с внешней стороны круга и дотрагивается до одного из играющих, который и становится водящим — хитрой лисой. Затем дети открывают глаза, хором три раза (с небольшим интервалом) спрашивают (сначала тихо, а потом громче): «Хитрая лиса, где ты?» После третьего раза играющий, выбранный хитрой лисой, быстро выбегает на середину круга, поднимает вверх



руку и говорит: «Я здесь!» Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит (дотрагивается рукой). После того как лиса поймает и отведет к себе в дом 2—3 детей, воспитатель произносит: «В круг!» — и игра возобновляется.

Если лиса долго не может никого поймать, то выбирают другого водящего.



## Сбей мяч

*Ход игры:* Играющие выстраиваются в две шеренги и становятся лицом друг к другу на расстоянии 10—15 м. Обе команды рассчитываются по порядку номеров. Перед носками играющих каждой шеренги проводят линию. Между шеренгами на равном расстоянии от них ставят стул и кладут на него мяч. Руководитель называет какой-нибудь номер. Игроки, имеющие этот номер, выбегают. Они должны

добежать до противоположной шеренги, наступить ногой на линию и на обратном пути сбить со стула мяч. Команде, представитель которой это выполняет, опередив соперника, засчитывается очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

### Встречные перебежки

**Ход игры:** Две группы детей, с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки за линиями, в шеренги. У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета - синие, желтые и т.д. По сигналу воспитателя: «Синие!» - дети с синими лентами бегут на противоположную сторону зала. Стоящие напротив протягивают вперед ладошки и ждут, когда бегущие прикоснутся к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону, и поднимает руку вверх.



### Дорожка препятствий

**Ход игры:** В качестве препятствий могут быть различные пособия: скамейки, дуги, барьеры, цели для метания. Порядок



преодоления препятствий может быть любым, например, подлезть под несколькими дугами (рейками), пройти по гимнастической скамейке (или бревну), обежать набивные мячи (четыре мяча, положенных на расстоянии - 1 м один от другого), перепрыгнуть с места через две линии, проползти по гимнастической скамейке, пробежать с маленьким мячом (или мешочком с песком) 6—7 м и метнуть его в цель. Оцениваются быстрота и точность выполнения задания.

### Мяч водящему

**Ход игры:** Играющие строятся в три-четыре колонны. На расстоянии 2—2,5 м от первых игроков становятся водящие с мячом в руках. Воспитатель проводит черту (кладет шнур) для игроков всех колонн и для водящих. По сигналу



водящие с мячом в руках. (кладет шнур) для игроков всех воспитателя водящие бросают

мячи первым игрокам колонн, а те возвращают их водящим и перебегают в конец своей колонны (вся колонна друг за другом постепенно передвигается к исходной линии). Когда первым в колонне снова окажется игрок, начавший игру, он поднимает вверх руку - команда победила. Игра повторяется.

## Круг

**Ход игры.** Все играющие, кроме водящего, встают в круг и перебрасывают друг 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.



## Царапки

**Ход игры.** Для игры нужно 40 камешков. Все камешки, кроме одного,

кладут на кон. Первый игрок подбрасывает один камешек и, прежде чем поймать его, быстро берет с кона столько камешков, сколько успеет, и ловит брошенный. Поймав его, играющий откладывает все камешки в сторону, кроме одного, снова подбрасывает один камешек и, пока он летит, опять берет с кона камешки.

Если играющий не поймал брошенный камешек вверх, игру начинает второй игрок. Кто больше поднимет камешков, тот и считается победителем.

### Затейники

**Ход игры:** Выбирается водящий — затейник, который встает в центр круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу вправо (влево) и произносят:

«Ровным кругом друг за другом

Мы идем за шагом шаг.

Стой на Месте!

Дружно вместе



Сделаем вот так...»

Дети останавливаются, опускают руки, а затейник показывает какое-нибудь движение, и все должны его повторить. Игра повторяется с другим водящим (3—4 раза).

### Бездомный заяц

**Ход игры:** Играющие, за исключением двух водящих, делятся на группы по 3-5 человек. С этой целью лучше всего построить их в круг и рассчитать по три или по пять, в зависимости от количества играющих. Группы образуют кружки и размещаются в разных местах площадки на расстоянии 2-4 м. В каждом кружке - логове - первый номер встает в середине и изображает зайца. Один из водящих - охотник, другой - заяц, не имеющий логова (бездомный). Водящие встают в стороне от кружков. Руководитель дает команду для начала игры: "Раз, два, три!" На "раз" водящий заяц убегает, а на "три" охотник бросается его ловить. Заяц,

спасаясь от охотника, может держащихся за руки играющих). выбегает, охотник начинает поймают зайца, то они меняются номера зайцев побегали,



забежать в любое логово (кружок). Когда заяц, находившийся там, преследовать его. Если охотник ролями. После того как первые руководитель останавливает игру

и предлагает стать зайцами вторым номерам, а первым занять места в кружках. Затем становятся зайцами третьи номера и т.д. Можно меняться ролями и следующим образом: каждый раз, когда заяц забежит в логово, он меняется местом с очередным игроком, стоящим в кружке. В заключение игры отмечаются зайцы, ни разу не пойманные. Правилами предусмотрено, что охотник может ловить зайца только вне логова. Пробегать зайцам через логово нельзя. Если заяц вбежал в логово, он должен там остаться. Как только заяц вбежал в логово, находящийся там игрок должен немедленно выбежать. Игроки, образующие кружок, не должны мешать зайцам вбегать и убегать.

Если играющих мало, то кружок образуют 2-3 человека.



### Волк во рву

**Ход игры:** Поперек 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 волк, во рву!" отделено поле. На слова воспитателя "Козы, в поле, дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге через ров. Волк бегают 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.

## Защищай город

**Ход игры.** Участники игры встают в круг на расстоянии одного шага, у всех есть маленькие мячи. В середине круга построен городок, т. е. поставлено несколько кеглей на таком расстоянии, чтобы между ними мог свободно пройти мяч.

Городок охраняют три сторожа. Играющие, стоя на одном месте, ногой посылают мяч в городок. Тот, кто, прокатывая мяч, собьет кеглю, встает на место сторожа.

**Правила.** 1. Мяч игроки должны только прокатывать.

2. Нельзя пропускать отбитый сторожем мяч за круг; кто пропустил мяч, выходит из игры.

3. Сторожам разрешается, защищая город, переходить с одной стороны круга на другую.

4. Сторож задерживает и отбивает мяч только ногой.



## Воробьи и кошка

**Ход игры:** На полу чертится круг или выкладывается из веревки, диаметр 4м. один ребенок-кошка, он находится в середине круга. Остальные дети-воробьи, становятся за чертой круга. По сигналу педагога воробьи начинают прыгать в круг и из круга (на двух ногах). Кошка неожиданно просыпается и старается поймать воробьёв. Тот, кто не успел прыгнуть из круга, считается пойманным; он делает шаг назад из круга. Когда кошка поймает 2-3 воробьев, выбирается другой водящий из числа пойманных.



## Попрыгунчики

**Ход игры.** 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.

## Охотник

**Ход игры.** Одного из детей по жребию выбирают охотником, все остальные игроки — дичь. Игра начинается так: охотник играет в мяч, остальные в это время ходят по площадке. После 3 - 4 упражнений он кричит: «Дичь!» Все останавливаются, и он со своего места осаливает кого-то из детей. Осаленный становится помощником охотника, остается на площадке и встает недалеко от охотника. Если близко от охотника нет дичи, он может передать мяч своему помощнику, и тот пятнает игроков.



Охотник неточно может бросить мяч, промахнуться. В этом случае играющие переходят на другие места. Охотник бежит за мячом, берет его, кричит: «Дичь!» —

и все останавливаются. Игра продолжается до тех пор, пока у охотника не появится определенное количество помощников (по договоренности от 3 до 5 человек).

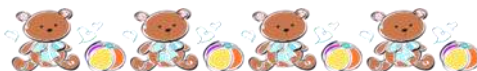
**Правила.** 1. Игрокам не разрешается двигаться после слова «Дичь!»

2. Играющие могут перейти на новое место, если при передаче от охотника к помощнику мяч не был пойман, упал на землю.

3. Игрокам не разрешается прятаться от охотника за предметы.

4. Охотник должен выполнять разные упражнения с мячом.

**Указания к проведению.** Эту игру нужно проводить на большой площадке, иначе охотник и его помощники быстро переловят дичь. Для усложнения можно разрешить детям увертываться от мяча — отклоняться, приседать, подпрыгивать, но нельзя сходить с места.



## Горелки

**Ход игры:** Играющие (11-13 детей) становятся в колонну парами. Впереди колонны (в 2-3 шагах) стоит водящий, 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 водящего. Водящий



старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и взяться за руки. Если водящему удастся это сделать, он с пойманным образует новую пару, которая становится впереди колонны. Оставшийся без пары будет водящим. Если водящему 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.

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

## Встреча

**Ход игры.** На площадке проводят две линии на расстоянии 4 - 6 м. Играющие делятся на равные группы и встают друг против друга за линиями.



По сигналу все одновременно прокатывают друг другу шары или мячи, но так, чтобы они встретились. Детям, чьи шары встретились, ведущий дает по одной



фишке. Выигрывает пара, у которой в конце игры окажется больше фишек.

Количество повторений игры по договоренности.

**Указания к проведению.** Площадка, где проводится игра, должна быть ровная. Увеличивать расстояние между играющими нужно постепенно. Эта игра требует от детей большого внимания и умения целесообразно распределять усилия при отталкивании шара в зависимости от расстояния. Детям нужно подсказать, что, чем больше расстояние прокатывания, тем энергичнее должен быть толчок по шару.

**Вариант 2.** В центре площадки ставят флажок или любой другой предмет. На расстоянии 1 м от флажка с двух сторон проводят две линии, затем на расстоянии 1 м от этих линий проводят вторую пару и, наконец, третью пару линий на расстоянии 1 м от второй. Играющие делятся на равные группы и встают друг

против друга за последними линиями. По сигналу ведущего все дети одновременно прокатывают шары (мячи) друг другу, но так, чтобы они обязательно встретились в центре. Играющие, чьи шары (мячи) встретились, переходят на вторую линию, а затем на первую. Побеждают пары, игроки которых первыми вышли на первую линию.

## Лунки

**Ход игры.** На ровном месте играющие роют ямки — лунки на расстоянии 10 - 15 см одна от другой. Участников игры должно быть на одного больше, чем лунок. По сигналу дети бегут к лункам и занимают их (кладут маленькие камушки), располагаются по обе стороны лунок, кто остался без лунки, начинает игру. Он прокатывает мяч, и, как только мяч попал в одну из лунок, все играющие разбегаются. Ребенок, в чью лунку попал мяч, быстро берет его и кричит: «Стой!»



Он старается осалить одного из играющих. Осаленный идет прокатывать мяч, а его



лунку занимает тот, кто начал игру. Если же ребенок промахнулся, то он идет прокатывать мяч, а играющие встают у своих лунок.

**Указания к проведению.** Для игры в лунки выбирают ровное, хорошо утрамбованное место. Вдоль лунок с обеих сторон нужно положить палки, чтобы мяч не укатился в сторону и быстрее попал в цель. Прокатывать можно резиновые, набивные мячи, шары. Игра проходит интереснее в том случае, если играет не более 10 детей.

## День и ночь

**Ход игры:** Играющие команды - «день» и «ночь». черта или кладется шнур. На



распределяются на две. Посередине зала проводится расстоянии двух шагов от

черты спиной друг к другу становятся команды. Воспитатель говорит: «Приготовились!», затем дает одной команде сигнал к бегу, например, произносит: «День!». Дети убегают за условную черту, а игроки второй команды быстро поворачиваются кругом и догоняют соперников, стараясь запятнать их, прежде чем те пересекут условную линию. Выигрывает команда, которая успеет запятнать большее количество игроков противоположной команды.

### Догони свою пару

**Ход игры:** Дети встают в две шеренги; расстояние между шеренгами 3-4 шага. По сигналу воспитателя выполняется бег на противоположную сторону площадки (дистанция 15-20 м). Игрок второй шеренги старается дотронуться до игрока первой, прежде чем тот пересечёт условную линию. Воспитатель подсчитывает количество проигравших. При повторении игрового задания дети меняются ролями.



### Кошка и мышка

**Ход игры:** Играющие встают в круг. Выбираются кошка и мышка. Мышка становится в круг, кошка за кругом. Остальные дети, взявшись за руки идут по кругу и говорят:



«Ходит Васька беленький,  
Хвост у Васьки серенький,  
А бежит - стрела.  
Глазки закрываются,

Когти расправляются,  
Зубы, как игла.  
Только мыши заскребут,  
Чуткий Васька тут как тут,  
Всех поймают он».



После слов «Всех поймает он» дети останавливаются в условленном месте круга, двое детей опускают руки, оставляя проход - ворота. Мышка, убегая от кошки, может пробегать в ворота и подлезать под руки играющих. Кошка ловит мышку. Она может пробежать в круг только через ворота. Когда кошка поймает мышку, на эти роли выбираются другие дети, и игра повторяется.

## Ключи

**Ход игры:** Играющие становятся в круги, начерченные в любом порядке на расстоянии не менее 2 м один от другого. Выбирается водящий. Он подходит к одному из игроков и спрашивает: «Где ключи?» тот отвечает: «Пойди к ... (называет имя ребенка) постучи!» в это время другие дети стараются поменяться местами. Водящий должен быстро занять свободный кружок во время перебежки. Если водящий долго не может занять кружок, он кричит: «Нашел ключи!». Тогда все играющие меняются местами, оставшийся без места становится водящим.



## Краски

**Ход игры:** Играющие сидят на стульчиках или на скамейке (можно и на бревне или поваленном дереве).

Выбирается продавец и покупатель. Покупатель отходит в сторону. Дети называют продавцу, какой краской они хотят быть. Приходит покупатель и говорит: «Стук, стук». «Кто там?» — спрашивает продавец. Покупатель называет свое имя. «Зачем пришел?» — «За краской». «За какой?» — «За красной (синей, желтой...)».



Покупатель называет любой цвет. Если такая краска есть, продавец говорит, сколько она стоит (в пределах 10), и покупатель столько раз ударяет его по ладони. С последним числом «краска» убегает, а покупатель ее догоняет. Поймав краску, он отводит ее в условленное место. Игра продолжается. Если названной краски

нет, продавец говорит:

«Скачи по красной (зеленой и т. д.) дорожке на одной ножке». Покупатель скачет до условленного места и возвращается. Игра продолжается до тех пор, пока все краски не будут куплены.

### Кто быстрее

*Ход игры:* Играющие строятся в две колонны и по сигналу воспитателя выполняют прыжки на двух ногах в прямом направлении до предмета (кубик, кегля, мячик), обходят предмет и проходят в свою колонну с внешней стороны. Отмечается команда-победитель. Повторить 2-3 раза.

### Мяч с топотом

*Ход игры.* 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 жребию первый игрок одной из команд. Он называет по имени игрока из второй



команды, бросает ему мяч и быстро бежит на середину поля, останавливается у предмета, топает ногами и возвращается на свое место. В это время игрок, поймавший мяч, старается его осалить. Если он промахнется, то переходит сам в первую группу, если же попадет мячом, то осаленный переходит во вторую группу. Побеждает группа, в которой окажется больше детей.

### Кто скорее снимет ленту

*Ход игры:* На площадке проводится черта, за дети строятся в несколько колонн, по 4—5 человек в. На расстоянии 10—15 шагов напротив колонн протягивается веревка, высота которой на 10—15 см



которой  
каждой.  
выше



поднятых вверх рук детей. Против каждой колонны на эту веревку накидывается лента.

По сигналу воспитателя: «Беги!» — все стоящие первыми в колоннах бегут к своей ленте, подпрыгивают и сдергивают ее с веревки. Снявший ленту первым считается выигравшим. Воспитатель снова вешает ленты на веревку; те, кто был в колонне первым, становятся в конец ее, а остальные подвигаются к черте. По новому сигналу бегут следующие дети.

Игра кончается, когда все дети снимут ленты.

В дальнейшем игру можно усложнить, поставив на пути детей препятствия: например, протянуть веревку на высоте 40—50 см, под которую нужно подлезть, не задев ее, или провести две линии на расстоянии 30—35 см, через которые надо перепрыгнуть.

### Мячик кверху

*Ход игры.* Дети встают в круг, водящий идет 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 должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает



мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Осаленный становится водящим. Если же водящий промахнулся, то остается им вновь и игра продолжается.

*Правила.* 1. Водящий бросает мяч как можно выше и только после слов: «Мячик кверху!»

2. Водящему разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли.

3. Если кто-то из играющих после слов «Стой!» продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего.

4. Убегая от водящего, дети не должны прятаться за постройки или деревья.

**Указания к проведению.** Дети встают в круг близко друг к другу. Место водящего в центре круга лучше очертить небольшим кружком. Если водящий не поймал мяч, который далеко укатился, прежде чем кричать: «Стой!», ему нужно догнать мяч и вернуться на свое место. Дети игре должны быть очень внимательны, быстро реагировать на сигнал.



В

**Вариант.** Водящий стоит в центре круга и выполняет упражнение с мячом, дети считают до пяти. На счет «пять» они быстро разбегаются. Водящий кричит: «Стой!» — и бросает мяч в того из играющих, кто стоит ближе. Осаленный становится водящим. Если он промахнулся, то должен догнать мяч, а дети в это время стараются убежать как можно дальше. На сигнал «Стой!» все останавливаются, водящий вновь старается осалить кого-нибудь.

## Верты

**Ход игры.** Рассыпанные на полу камешки нужно перевернуть или просто сдвинуть с места.



## Мостик

**Ход игры.** Дети кладут в ряд по четыре камешка близко друг к другу. Пятый камешек бросают вверх, быстро берут со стола четыре камешка и ловят пятый.

## Кто скорей к своему флажку

**Ход игры:** На одной стороне комнаты (площадки) проводят линию. В 10 м от нее ставят на подставках флажки. Дети (4—5) с обручем в левой руке становятся на линии левым боком к флажкам, на расстоянии 1 м один от другого. По сигналу воспитателя: «Приготовились!» — дети ставят обруч



По  
на

землю по направлению к флажкам, придерживая его левой рукой; правую руку они держат наготове удара по обручу.

Затем воспитатель говорит: «Раз, два, три—кати! И дети катят обручи в сторону флажков, ударяя по ним правой ладонью или палочкой. Дети, первыми докатившие обручи, поднимают флажки над головой.

Одна и та же группа детей может повторить игру несколько раз, соревнуясь в ловкости между собой.

Игру можно проводить и со всей группой.

В этом случае дети разбиваются на отряды. Обручи катят поочередно каждые 4—5 человек, стоящие в отрядах первыми. Когда обручи прокатят все дети, подсчитывается, чей отряд набрал больше флажков.

### Кто скорее до флажка

**Ход игры:** Все играющие сидят на стульях. На расстоянии 5—6 шагов от края площадки проводится черта, за которую становятся 4—5 детей.

На противоположной стороне площадки на расстоянии 18—20 шагов от черты против каждого ставят стул, на который кладут флажок. Стулья стоят на одной линии.



По сигналу воспитателя (удар в бубен, или хлопок, или при словах «Раз, два, три—беги!») дети бегут к флажкам, берут их, поднимают вверх, потом кладут обратно.

Воспитатель отмечает, какие дети раньше других подняли флажок. Затем все бежавшие садятся на стулья, а на их место становятся за черту следующие 4—5 человек.



Игра заканчивается, когда все дети пробегут по одному разу за флажками.

**Примечание.** Когда дети хорошо освоят этот вариант игры, рекомендуется внести усложнение: на

пути к флажку ставятся стойки с веревкой, натянутой на высоте 60 см. дети подлезают под нее, не касаясь земли (пола) руками, выпрямляются и бегут дальше к флажку.

### Круговая лапта

**Ход игры.** 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, держат руки кто за спиной, кто в карманах, кто под рубашкой, чтобы нельзя было догадаться, у кого мяч. Все они бегают 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



Ловишка с ленточкой

Ловишка с

**Ход игры:** Играющие образуют круг. Каждый прикрепляет сзади к поясу ленточку. В центре круга водящий - ловишка. По сигналу воспитателя «Беги!» все дети разбегаются, а ловишка старается вытянуть у кого-либо ленточку.

Лишившийся ленточки игрок отходит в сторону. По сигналу воспитателя «Раз, два, три в круг скорей беги!» дети снова образуют круг. Ловишка показывает собранные им ленточки и возвращает их играющим. Игра возобновляется с новым водящим.

### Ловля обезьян

**Ход игры:** 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. Прделав 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.

#### **Примечание.**

Надо следить, чтобы дети не спрыгивали со стены, а спускались вниз до последней перекладины. При повторении игры движения ловцов должны быть новыми.

### Лягушки в болоте

**Ход игры:** На одной стороне зала находится ведущий-журавль. В середине зала-болото (круг, выложенный из шнура) Вокруг сидят дети-лягушки и произносят:

«Вот с насиженной гнилушки  
В воду щлёпнулись лягушки.  
Ква ке-ке, ква-ке-ке,  
Будет дождик на реке».



С окончанием слов лягушки прыгают в болото. Журавль ловит лягушек, не успевших прыгнуть. Пойманная лягушка идёт в гнездо журавля. Когда журавль поймает несколько лягушек, выбирают другого журавля, из числа тех, кто ни разу не был пойман. Игра возобновляется.

### Лягушки и цапли

**Ход игры:** Играющие идут по кругу. На сигнал педагога «Цапли!» прыгнуть в круг, принять стойку на одной ноге, подняв согнутую в колене ногу, руки в сторону или на пояс. Затем продолжение ходьбы, на сигнал «Лягушки!» прыгнуть на двух ногах в круг и присесть (руки на колени). Педагог подает сигналы в разной очередности.

### Неслышно за мячом

**Ход игры:** Эту игру можно проводить полной тишине. Играющие располагаются по водящий, вокруг него на полу несколько больших и малых мячей (булав,



только при кругу. В центре



городков).

Водящий закрывает глаза и по сигналу ведущего один, двое или трое играющих неслышно подходят к лежащим предметам, тихо берут какие-либо из них (по одному каждый) и возвращаются на свои места. Водящий старается услышать или угадать, когда играющий берет предмет.

Если он более-менее уверен, что услышал, то говорит: «Стой!» - и показывает рукой в направлении играющего, и тот выходит из игры, когда водящий прав. Если водящий не угадал, посылают



новых игроков брать предметы.

## Море волнуется раз

**Ход игры:** Из числа играющих выбирается водящий. Остальные встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга, и каждый чертит на своем месте кружок.

Ведущий идет вокруг играющих «змейкой», при этом те дети, кому он скажет:

«Море волнуется», встают за ним, постепенно образуя цепочку. Так цепочкой они еще немного ходят или бегают. Неожиданно ведущий говорит:

«Море спокойно». Все отпускают руки и бегут занимать какой-либо кружок. Тот, кто останется без кружка, становится водящим, и игра повторяется. Воспитатель следит, чтобы цепочка двигалась «змейкой», не пропуская ни одного кружка.

## Мышеловка

**Ход игры:** Играющие делятся на две неравные группы. Меньшая (примерно треть играющих) образует круг — мышеловку. Остальные изображают мышей. Они находятся вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то влево, то вправо, приговаривая:

«Ах, как мыши надоели,  
Развелось их просто страсть.



Все погрызли, все поели,  
Всюду лезут — вот напасть.  
Берегитесь же, плутовки,  
Доберемся мы до вас.  
Вот поставим мышеловки,  
Переловим всех за раз!»



По окончании стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки

вверх. Мыши вбегают в мышеловку и тут же вы. бегают с другой стороны. По слову воспитателя хлоп!» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают — мышеловка считается захлопнутой. Мыши, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Они тоже становятся в круг (размер мышеловки увеличивается). Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется.

Воспитатель следит за тем, чтобы дети произносили стихи выразительно, негромко, делая логические ударения, не скандируя каждый слог.

В конце следует отметить наиболее ловких мышей, которые ни разу не остались в мышеловке.

### **Не попадись**

*Ход игры:* На полу чертят круг. Все играющие становятся за кругом на расстоянии полушага.

Выбирается водящий. Он становится в круг в любом месте.

Дети прыгают в круг и из круга. Водящий бегают в кругу, старается коснуться играющих в то время, когда они находятся в кругу. Ребенок, до которого водящий дотронулся, отходит в сторону. Через 30-40 секунд игра останавливается.

Выбирается другой водящий, и игра повторяется со всеми детьми.



### **Охотники и соколы**

*Ход игры:* На одной стороне зала находятся соколы. Посередине зала стоят два охотника. По сигналу воспитателя «Соколы, летите!» дети перебегают на другую сторону зала, а охотники стараются их поймать (запятнать), прежде чем, те пересекут условную линию. При повторении игры выбираются другие водящие, но не из числа пойманных. Игра повторяется 2-3 раза.



## Звонок

*Ход игры.* Все, кто хочет принять участие в этой игре, встают в круг, выбирают жмурку и игрока, которого он будет искать. Жмурке завязывают глаза, другой ребенок берет колокольчик. По звону колокольчика жмурка должен его поймать. Игра заканчивается, когда жмурка, поймал игрока с колокольчиком. Выбирается другая пара, игра повторяется.

**Вариант.** Выбираются две пары. Жмуркам завязывают глаза, а играющие берут: один — колокольчик, а другой — дудочку. Жмурки ловят только своих игроков.

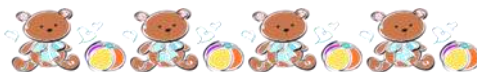


## Охотники и утки

*Ход игры:* Дети делятся на две равные команды - охотники и утки. Утки становятся в середину большого круга. Охотники бросают мяч (большой диаметр), стараясь осалить им уток. Утка, которой коснулся мяч, выбывает из игры. Когда большинство уток будет осалено, команды меняются ролями.

## Паук и мухи

*Ход игры:* В одном углу зала обозначается кружком или шнуром паутина, где живет водящий – паук. Остальные дети - мухи. По сигналу воспитателя все мухи



разбегаются по залу, «летают», жужжат. Паук находится в паутине. По сигналу воспитателя «Паук!» мухи останавливаются в том месте, где их застала команда. Паук выходит и внимательно смотрит. Того, кто пошевелится, паук отводит в свою паутину. После двух повторений подсчитывается количество пойманных мух. Игра возобновляется с новым водящим.

## Летучий мяч

**Ход игры.** 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.
  2. Играющие не должны задерживать мяч.
  3. Водящий не может коснуться мяча, когда он находится в руках игрока.



### Перелет птиц



**Ход игры:** На одной стороне зала находятся дети - птицы. На другой стороне зала располагают различные пособия - гимнастические скамейки, кубы и т.д.- это деревья. По сигналу воспитателя «Птицы улетают!». Дети, помахивая руками как крыльями, разбегаются по всему залу. По сигналу «Буря!» все птицы бегут к деревьям и стараются как можно быстрее занять какое-либо место. Когда воспитатель произносит «Буря прекратилась!», дети спускаются с возвышений и снова разбегаются по залу - «птицы продолжают свой полёт». Страховка воспитателя обязательна.



### Слепой козел

**Ход игры.** Жмурке завязывают глаза и подводят к двери. Он стучится в нее, а играющие спрашивают: «Кто там?» «Слепой козел», — отвечает жмурка.

Играющие все вместе говорят:

«Козел слепой,  
Не ходи к нам ногой.  
Иди в кут



Где холсты ткут,  
Там тебе холстик дадут!»

Недовольный козел снова стучит в дверь.

«Кто там?» — «Апанас!» — отвечает козел. «Апанас, ищи нас!» — с этими словами дети разбегаются. Жмурка прислушивается к шагам и старается кого-то поймать. Ловкие играющие увертываются, а пойманный игрок становится жмуркой.

### Перемени предмет

**Ход игры:** Играющие встают у черты в 2—3 колонны по 4—5 человек в каждой. На другой стороне площадки, против каждой колонны, в кругу или на стуле лежит один кубик. У детей, стоящих в колоннах первыми, — мешочек с песком. По сигналу воспитателя они бегут к стулу, кладут на него мешочек, берут кубик и бегут обратно. Встав на свое место, они поднимают принесенный предмет вверх. Тот, кто оказался первым, получает флажок. Затем прибежавшие передают принесенный предмет следующим в колонне, а сами идут в конец. Игра продолжается, и каждый раз ребенку, прибежавшему первым, вручается флажок. Когда все дети пробегут по одному разу, отмечают, в какой колонне флажков больше.



Игра повторяется до тех пор, пока у детей не иссякнет к ней интерес. При повторении игры дети могут переходить из одной колонны



в другую, но число их должно быть все время равным.

### Петушинный бой



**Ход игры.** Дети делятся на пары и встают друг от друга на расстоянии 3 - 5 шагов. Пары изображают дерущихся петухов: прыгая на одной ноге, они стараются толкнуть друг друга плечом. Тот, кто потерял равновесие и встал на

землю двумя ногами, выходит из игры. Дети перед началом игры договариваются, как они будут держать руки: на поясе, за спиной, скрестно перед грудью или руками держать колени согнутой ноги.



**Правила.** 1. Играющие 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 приседе, руки играющие держат на коленях.

## Передай мяч

**Ход игры:** Играющие становятся в круг на расстоянии шага друг от друга.

Воспитатель дает одному из играющих мяч. По слову воспитателя: «Начинай!» — дети передают мяч по кругу, при этом все четко говорят:

«Раз, два, три — мяч скорей бери!

Четыре, пять, шесть — вот он, вот он здесь!

Семь, восемь, девять! Бросать, кто умеет? Я!»



У кого на слово «я» оказывается мяч, выходит на середину круга и говорит: «Раз, два, три — беги».

Дети разбегаются в разные стороны, а водящий, не сходя с места, бросает в них мяч. Ребенок, в которого попал мяч, отходит в сторону и одну игру пропускает. Остальные играющие снова становятся в круг, и игра повторяется, при этом мяч передается в другую сторону.



## Пожарные на учении

*Ход игры:* Играющие дети делятся на 2—3 отряда по 5—6 человек и строятся в колонны против гимнастической стенки на расстоянии 4—5 м. Это — пожарные, они должны уметь быстро взобраться по лестнице. На верхней рейке гимнастической стенки против каждого отряда подвешивается колокольчик. По сигналу воспитателя (слово или удар в бубен) дети, стоящие первыми в колонне, бегут к гимнастической стенке, взбираются по ней, звонят в колокольчик, слезают и встают в конец колонны. Воспитатель снова дает сигнал; бежит следующая пара или тройка и т. д. В конце игры воспитатель отмечает более ловких пожарных, которые уже быстро лазают по лестнице. После этого игра повторяется. В процессе игры воспитатель должен находиться около гимнастической стенки, следить, чтобы дети при лазанье не пропускали ступеньки и не спрыгивали (об этом он договаривается с детьми до начала игры).



## По местам

*Ход игры:* Играющие образуют круг. Перед каждым ребенком лежит предмет (кубик, мешочек, кегля и т. д.) По



сигналу воспитателя все разбегаются по залу в разные стороны, а воспитатель убирает один предмет. На сигнал «По местам!» все играющие должны быстро встать в круг и занять место у какого-либо предмета. Тот, кто остался без предмета, считается проигравшим. Игра повторяется несколько раз.

## Попрыгунчики-воробышки

*Ход игры:* Воспитатель выкладывает на полу круг из веревки. Выбирается

водящий - коршун. Он становится на середину круга. Остальные дети-воробышки, они стоят за кругом. Воробышки прыгают из круга и в круг. Коршун бегаёт в круге и не даёт воробышкам долго там находиться. Воробышек, до которого водящий дотронулся, останавливается, поднимает руку, но из игры не выбывает.

Воспитатель отмечает тех, кого коршун ни разу не поймал. Игра повторяется после небольшого перерыва.

### Пустое место

*Ход игры:* Играющие становятся в круг, положив руки за пояс,— получают окошки. Выбирается водящий. Он ходит сзади круга и говорит:

«Вокруг домика хожу

И в окошечки гляжу.

К одному я подойду

И тихонько постучу».

После слова «постучу» водящий останавливается, заглядывает в окошко, против которого остановился, и говорит: «Тук-тук-тук». Стоящий впереди спрашивает:

«Кто пришёл?» Водящий называет своё имя. Стоящий в кругу спрашивает: «Зачем пришёл?» Водящий отвечает: «Бежим вперегонки». И оба бегут вокруг играющих в

разные стороны. В кругу оказывается пустое место. Тот, кто добежит до него первым, остаётся в кругу; опоздавший становится водящим, и игра продолжается.



### Пятнашки

*Ход игры:* Дети находятся в разных местах площадки (границы её обозначены флажками). Назначенный воспитателем или выбранный детьми пятнашка, получив цветную повязку (ленточку), становится на середине площадки.

После сигнала воспитателя: «Лови!» — все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого-нибудь из играющих и коснуться его рукой. Тот, кого водящий коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда



пятнашка поймает 3—4 играющих.

При повторения игры выбирается новый пятнашка.

Если пятнашка в течение 30—40 секунд не может поймать никого из играющих, воспитатель должен назначить другого водящего.



### Сбей кеглю

**Ход игры:** Бортики, скрепленные воротцами,

образуют

игровое поле, на котором расставляются кегли: красные в центре, остальные по две с каждой стороны от нее.

Играют двое. Поочередно они устанавливают шарик в любых воротцах и ударом по нему кием стараются сбить кегля. Сбитая красная кегля дает 4 очка, остальные — по 2.

Сбитые кегли убираются с поля. Игра заканчивается, когда все кегли оказываются сбитыми. Выигрывает тот, кто набрал большее (или обусловленное) количество очков.

Во втором случае сбитые кегли возвращаются на игровое поле.

Количество очков, полученных за сбитые кегли, можно откладывать с помощью фишек (палочек, камешков, пуговиц и т. п.).

### Чей дальше?

**Ход игры:** Игра проводится на участке. Она заключается в бросании мяча о стенку



с фиксированием результата.

На расстоянии 1—2 м от стены проводится линия, с которой бросают мяч. За ней проводится еще 3—4 линии на расстоянии 20 см друг от друга. Их обозначают цифрами 1, 2, 3, 4. Играющие поочередно бросают мяч о стенку и отмечают, на какую линию он упал.

Когда дети научатся хорошо бросать мяч, можно внести усложнение: играющие договариваются, на какую линию должен упасть мяч.

## Совушка

**Ход игры:** Из числа играющих выбирается совушка. Сова влезает на дерево (на 3—4 рейки гимнастической стенки или заборчика), а все остальные дети летают, помахивая крыльями. Воспитатель говорит: «Ночь». Птицы и насекомые замирают на своих местах. Совушка влезает с дерева и медленно летает вокруг. Кто из детей пошевелится, того совушка уводит к своему дому.



Воспитатель говорит: «День!», — и совушка вновь влезает на дерево.

После одного повторения выбирается другая совушка и игра продолжается.

## Веревочка

**Ход игры.** 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 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.



## Стоп!

**Ход игры:** На расстоянии 10-16 шагов от границы площадки проводится линия (исходная), на ней близко друг к другу стоят играющие. На противоположном конце площадки очерчивается - кружком (диаметром- 2—3 шага) место ведущего. Повернувшись спиной к играющим, ведущий громко говорит: «Быстро



шагай, и не зевай! Стоп!» При этих словах все играющие подвигаются по направлению к водящему. Как только водящий произнес слово «Стоп!», все останавливаются, водящий быстро оглядывается. Того, кто не успел вовремя остановиться после слова «Стоп!» и сделал добавочное движение, водящий возвращает на исходную линию. Затем он снова поворачивается спиной к играющим и говорит: Быстро шагай...» и т. д. Все продолжают движение с того места, где их застал сигнал «Стоп!» Те, которые возвратились на исходную линию, начинают движение оттуда.

Так продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из играющих не подойдет близко к водящему и не встанет в кружок раньше, чем водящий скажет «Стоп!» Тот, кому удалось это сделать, становится водящим.

Игра возобновляется с новым водящим.

### Выбей мяч из круга

*Ход игры.* Дети 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. Детям нужно напомнить, 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.** Дети 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.



## Городок

**Ход игры.** На площадке чертят город — квадрат со сторонами по 1 м. В 6 - 8 м от него проводят черту, на которой каждый, кроме водящего, отмечает свое место — кладет камешек, кубик, роет ямки. Водящий на нижней стороне города ставит фигуру из 5 рюх (городков) и встает недалеко от города. Участники игры встают каждый у своей отметки и поочередно бросают биты со своих мест в город. Выбив рюхи, играющие бегут в поле за палками. Водящий же спешит поставить новую фигуру и занять любое свободное место. Тот, кто свое место прозевал, становится водящим.

**Правила.** 1. Водящий не должен повторять фигуры.

2. Каждый играющий бросает только одну биту.

**Указания к проведению.** Воспитатель должен обеспечить безопасность детей в игре. Для этого лучше проводить ее на городошной площадке или в стороне от



игровой площадки.

Перед началом игры дети договариваются о количестве фигур. Если игра проходит на асфальтовой площадке, то вместо ямок мелом можно нарисовать кружочки. В игре принимают участие не более 5 человек.

## Тихо - громко

**Ход игры:** С помощью считалки выбирается водящий, он становится в центр круга и закрывает глаза. Воспитатель дает одному из играющих какой-либо

предмет, который можно спрятать (шнурок, ленточка). Все дети, кроме водящего знают, у кого предмет. Когда водящий приближается к этому ребенку, дети начинают громко хлопать в ладоши, когда отдаляется - хлопки становятся тише. Игра продолжается до тех пор, пока водящий не найдёт предмет. Если ему долго это не удастся, то выбирается другой водящий

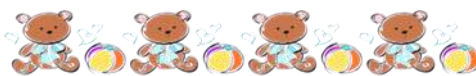
## Фигуры

**Ход игры:** Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе; бег по всей площадке, на сигнал: «Фигуры!» остановится и показать какую-либо фигуру: птичку, зайчика, спортсмена, и т.д. Игра повторяется.



## Чья команда скорее соберется?

**Ход игры:** Играющие делятся на несколько групп с одинаковым числом детей. Каждая группа выбирает ведущего и становится за ним в колонну. Воспитатель раздает ведущим ленточки разного цвета. По цвету ленточки команда получает наименование - "зеленые", "синие", "красные", и т.п. Воспитатель ударяет в бубен, все играющие начинают ходить, бегать, прыгать по площадке в разных



направлениях, меняя движения в зависимости от задаваемого воспитателем темпа и ритма. По сигналу "на места" водящие останавливаются на том месте, где их застал сигнал, и поднимают ленточку вверх. Остальные быстро собираются за водящим в колонны, равняются и стоят по стойке "смирно". Воспитатель отмечает, какая команда собралась первой.

**Вариант.** Когда все находятся в движении, воспитатель говорит: "Стой!" Все играющие останавливаются и закрывают глаза, а водящие тем временем перебегают на другие места, поднимают ленточки и замирают. Воспитатель

произносит: "На места!" Дети открывают глаза и спешат построиться за своим водящим.

**Указания.** В игре можно использовать разные построения и положения: в шеренги, в круги, сесть на пол по-турецки, остановиться на одной ноге и т.п. Можно ввести условие: "Делай, как водящий", тогда, построившись в звенья, дети принимают позу, показанную водящим.



### Эстафета с мячами

**Ход игры:** Играющие делятся на два отряда (по 6—8 человек в каждом) и встают в две колонны.

Ноги у детей расставлены на ширину плеч.

Воспитатель стоит перед ними на расстоянии 1—2 м.

Первым в колонне дается по мячу (диаметром 15—20 мм).

На сигнал воспитателя: «Вверх!» — дети поднимают руки вверх и, стоящий первым, передает мяч через голову стоящему сзади, тот следующему и т. д. Когда последний ребенок получит мяч, он бежит к воспитателю и отдает ему мяч.

Выигрывает тот отряд, который первым принесет мяч.

Игра повторяется несколько раз, при этом 1—2 раза мяч передается над головой, а затем такое же количество раз — между расставленными ногами. В этом случае



воспитатель дает сигнал «Вниз!» (Не намочи ног).

### Эстафета по кругу

**Ход игры:** Играющие делятся на четыре отряда

На площадке чертится круг.  
Его размер зависит от количества играющих, так как отряды выстраиваются по четырем радиусам.



Его размер зависит от количества играющих, так как отряды выстраиваются по четырем радиусам. Все стоят

спиной к центру, у первого в руках флажок. По сигналу воспитателя (удару в бубен) дети с флажками бегут по кругу в одну сторону и, добежав до своего отряда, передают флажок следующему игроку, ставшему первым, а сами встают в конец колонны. То же самое проделывают все играющие.

Когда отряд закончит бег и выстроится в первоначальном порядке, ребенок, стоящий впереди, поднимает флажок вверх.

Выигравшим считается тот отряд, который сделает это первым.

Игра может повторяться с тем же составом, но, если воспитатель видит, что силы неравные, следует предложить детям перегруппироваться,делиться на отряды путем жеребьевки.

### Эстафета с обручами

**Ход игры:** Играющие делятся на две равные группы и встают один за другим в две колонны. Расстояние между колоннами — 1,5—2 м.

Перед колоннами проводится черта. На расстоянии 5—6 м от нее кладутся обручи — по одному против каждой колонны.

По сигналу воспитателя: «Раз, два, три— беги!» — первые в колонне бегут к обручам, поднимают их вверх, пролезают в обруч, кладут его на место, бегут к своей колонне, дотрагиваются до руки ребенка, ставшего первым, и встают в конец



колонны. Каждый по следующий в колонне проделывает то же самое, и так до тех пор, пока первый ребенок не вернется на свое место. Выигрывает та группа детей, которая сделает это раньше.

Кто быстрее спрячет простынку

**Ход игры:** Дети садятся на стулья (скамейку). У каждого ребёнка должна быть своя простынка длиной 50 – 60 см. По сигналу взрослого они начинают собирать

простынку пальцами ног. Выигрывает тот, кто быстрее подберёт её под стопы.

### Донеси платочек

*Ход игры:* Дети садятся на стулья (скамейку) в одном из концов зала. У каждого ребёнка под ногами платочек. Нужно захватить платочек пальцами одной ноги и, ни разу не уронив, донести его любым способом (прыгая на одной ноге, на четвереньках) до противоположного конца зала. То же самое повторить другой ногой. Выигрывает тот, кто быстрее донесёт платочек, ни разу не уронив его.

### Ловкие ноги

*Ход игры:* Дети садятся на пол, опираясь сзади на руки, ноги вытянуты вперёд, между стопами – мяч. Обхватив мяч стопами, перекладывать его в сторону, передавая следующему игроку. Можно играть командами. Выигрывает та команда, которая быстрее передаст мяч.



### Барабан

*Ход игры:* Дети садятся на стулья или скамейку. Взрослый сидит напротив и в определённом ритме отбивает такт поочередно носком одной ноги, другой и носками обеих ног одновременно. Дети повторяют движения за ним, пятки остаются плотно прижатыми к полу. Игра продолжается, только такт отбивается пятками, а носки плотно прижаты к полу.



### Великан и карлик

*Ход игры:* «Великаны» ходят, приподнимаясь на носках как можно выше.

«Карлики» передвигаются, присев на корточки.

## Лошадка

*Ход игры:* Дети двигаются по кругу, подражая аллюру лошади: шагом, рысью, галопом.

## Пройди – не ошибись

*Ход игры:* Дети проходят по линии, начерченной мелом на полу, ставя пятку к носку впереди стоящей ноги. Затем идут обратно, спиной вперёд, ставя носок к пятке.

## Зайчик

*Ход игры.* На  
детей  
участники  
другу, но так,  
кругу,  
встает на



площадке чертят большой круг. Одного из  
выбирают зайчиком, он идет в круг, а все  
игры стоят за кругом. Они бросают мяч друг  
чтобы он задел зайчика. Зайчик бежит по  
увертывается от мяча. Тот, кто запятнает его,  
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.** Играющих 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, чей мяч был пойман, встает в круг и выполняет роль зайчика.

## Футболисты

*Ход игры:* Двое детей становятся друг против друга в 20 шагах. Позади каждого на расстоянии одного метра устанавливаются «ворота» шириной 1,5 метра. Один из игроков должен забросить мяч в ворота противника, ведя его то правой, то левой ногой. Если игроков много, можно разделить их на несколько команд.



## Змейка

*Ход игры:* Установить кегли (мячи, кубики и т.п.) в ряд на расстоянии одного метра друг от друга. Дети, держась за пояса впереди стоящих и образуя змейку, обходят кегли, стараясь их не задеть.

## Щука

*Ход игры:* 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:

Хвать, хвать, не поймать,

Мячик вынырнул опять.

Водящий бросает мяч любому ребенку, который становится водящим.



## Резвый мешочек



**Ход игры:** Играющие становятся в круг. Водящий стоит в середине круга. Он вращает верёвку с небольшим грузом (мешочком, наполненным песком) на конце. Дети следят за верёвкой и при её приближении стараются перепрыгнуть через неё.



### **Птички и клетка**

**Ход игры:** Дети  
круг в центре

делятся на две подгруппы. Одна образует  
площадки (дети идут по кругу, держась за

руки) – это «клетка», другая подгруппа – «птички». Воспитатель говорит: «Открыть клетку!» Дети, образующие клетку, поднимают руки. «Птички» вбегают в «клетку» и тут же выбегают из неё. Воспитатель говорит: «Закрыть клетку!» Дети опускают руки. «Птички», оставшиеся в «клетке», считаются пойманными. Они встают в круг. «Клетка» увеличивается, и игра продолжается, пока не останется 1-3 «птички». Затем дети меняются ролями.

### **Обыкновенные жмурки**

**Ход игры.** Одному из играющих — жмурке завязывают глаза, отводят его на середину комнаты и заставляют повернуться несколько раз вокруг себя, затем переговариваются с ним, например:

«Кот, кот, на чем стоишь?» — «На квашне». — «Что в квашне?» - «Квас». — «Лови мышей, а не нас». После слов участники игры разбегаются, а жмурка их ловит. Кого он поймал, тот становится жмуркой.

**Правила.** 1. Если жмурка подойдет близко к какому-либо предмету, о который можно удариться, играющие должны его предупредить, крикнуть: «Огонь!»

2. Нельзя кричать «Огонь!» с целью отвлечь жмурку от игрока, который не может убежать от него.

3. Играющие не должны прятаться за какие-либо предметы или убегать очень далеко.



4. Играющие могут увертываться от жмурки, приседать, проходить

на четвереньках.

5. Пойманного игрока жмурка должен узнать, назвать по имени, не снимая повязки.



**Указания к проведению.** Игру можно проводить как в комнате, так и на участке. Граница игровой площадки должна быть точно определена, и выходить за нее участники игры не должны. Если границу игровой площадки переходит жмурка, то его следует остановить словом «Огонь!».

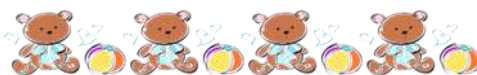
Дети должны бегать неслышно около жмурки. Смелые игроки могут тихо подойти к нему, коснуться плеча, спины, руки и так же неслышно убежать; могут за спиной у жмурки произнести короткое слово: «Ку-ку!», «А-у!»

### **Северный и южный ветер**

**Ход игры:** Выбирают двух водящих. Одному на руку повязывают синюю ленту – это «северный ветер», другому красную – это «южный ветер». Остальные дети бегают по площадке. «Северный ветер» старается «заморозить» как можно больше детей – дотронуться до них рукой. Замороженные принимают какую-либо позу (руки в стороны, вверх, на поясе, стоят на одной ноге и т.д.). «Южный ветер» стремится «разморозить» детей, также дотрагиваясь рукой и восклицая: «Свободен!» Через 2-3 минуты назначают новых водящих, и игра возобновляется.

### **Ловишка на одной ноге**

**Ход игры:** Игра проводится по принципу «Ловишки», только вводится новое правило – нельзя ловить того, кто успел встать на одну ногу, и обхватил руками колено.



**Ноги от земли!**

**Ход игры:** Игра проводится так же, но с условием – нельзя ловить тех детей, которые успели встать на какой-нибудь возвышающийся предмет (бревно, доску и т. д.).

### Стой

**Ход игры:** Играющие встают в круг. Водящий с маленьким мячом выходит на середину круга. Он подбрасывает мяч вверх (или сильно ударяет им о землю) и называет чье-либо имя. Ребёнок, которого назвали, бежит за мячом, остальные разбегаются. Как только ребёнок поймает мяч, он громко произносит: «Стой!», все игроки должны остановиться, и стоять неподвижно там, где их застал сигнал. Водящий старается попасть мячом в какого-нибудь игрока. Тот, в кого бросают мяч, может увёртываться, приседать, но не сходить с места. Если водящий промахнётся, он бежит за мячом, и все вновь разбегаются. Если водящий попал мячом в кого-либо, тот занимает место водящего, и игра продолжается.

### Бой петухов

**Ход игры:** Играющие стараются вывести друг друга из равновесия, прыгая на одной ноге и толкая соперника правым или левым плечом. Проигрывает тот, кто коснётся земли второй ногой. Руки дети держат на поясе, либо скрестно перед грудью; можно держаться одной рукой за носок согнутой ноги. Толкаться руками не разрешается. Побеждает тот, кто дольше продержится, прыгая на одной ноге.



### Не оставайся на земле

**Ход игры:** Игра проводится в той части площадки, где находится гимнастическая стенка, скамейки, лестницы, другие предметы высотой до 30 см. Выбирают водящего – ловишку. Ему на руку повязывают цветную ленту. Дети размещаются на снарядах. По первому удару в бубен они спрыгивают и начинают



бегать по площадке, соблюдая ритм, который за даёт воспитатель. Ловишка

принимает участие в общем движении. По сигналу воспитателя «Лови!» все дети снова взбираются на расставленные предметы. Ловишка ловит тех, кто не успел встать на возвышение. Пойманные отходят в сторону, и после 2-3 повторений их подсчитывают. Выбирают новую ловишку, и игра продолжается.

### Два и три

**Ход игры:** Дети ходят или бегают врассыпную. На сигнал воспитателя «Два!» они встают в пару с любым находящимся рядом игроком, берутся за руки и бегут к заранее условленному месту (флажку), где строятся колонной в том порядке, в котором подбегают. Если воспитатель скажет «Три!», то дети образуют тройки и затем уже бегут к месту построения.



**Вариант игры.** Дети должны построиться перед воспитателем (лицом к нему), в каком бы месте площадки он ни находился. Чтобы игра была сложнее и интереснее, воспитатель, прежде чем дать сигнал на построение, говорит: «Стой!» - дети останавливаются и закрывают глаза. Воспитатель переходит на другое место и даёт сигнал («Два!» или «Три!») – дети открывают глаза, образуют пары или тройки и бегут строиться.

### Река и ров

**Ход игры:** Дети строятся на середине площадки в колонну по одному. Справа от колонны находится «ров», слева – «река». Через «реку» надо «переплыть» - идти, имитируя руками движения пловца, через «ров» - перепрыгнуть. По сигналу воспитателя «Ров – справа!» дети поворачиваются направо и прыгают вперёд. Тот, кто прыгнул в другую сторону, считается упавшим в реку, и ему помогают



выбраться, подавая руку. Затем все возвращаются к начальному построению.

По сигналу «Река – слева!» дети поворачиваются налево и «плывут на другой берег». Тот, кто ошибся и попал в «ров», возвращается к товарищам.

### Игра-эстафета



### «Веселые соревнования»

*Ход игры:* Дети стоят за чертой в шага между ними. В каждой

три колонны с интервалом в 2-3 колонне одинаковое число

игроков. Перед колоннами прочерчены «дорожки» из двух параллельных линий длиной три метра (расстояние между линиями 20-25 см). Дальше «дорожки» пересекают две перпендикулярные линии с расстоянием 70-80 см между ними – «канавки», и ещё дальше, на небольшом расстоянии от «канавок», лежат обручи. По сигналу воспитателя дети, стоящие впереди колонн, бегут по «дорожкам», перепрыгивают «канавки», подбегают к обручам, берут их, надевают на себя и опускают на землю. После этого они быстро возвращаются в конец своей колонны. Прибежавшему первым дают флажок или другой значок. Колонна, у которой больше флажков, считается победившей.

*Другой вариант.* Первые участники, выполнив задание, возвращаясь, касаются рукой вторых игроков и встают в коней колонны. Вторые игроки бегут сразу же, как только до них дотронулись. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.

Задания и оборудование для эстафеты может иметь различные варианты.

### Не попадись

*Цель:* развивать ловкость, быстроту; играть, соблюдая правила; совершенствовать прыжки на двух ногах.

*Ход игры:* играющие располагаются вокруг шнура положенного в форме круга. В центре – двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг



и из него по мере приближения ловишек. Кого успели запятнать, тот получает штрафное очко. Через 40-50 секунд игра останавливается, подсчитываются проигравшие, и игра повторяется с новым водящим.

### Передай посылку

Перед тем как играть, надо приготовить "посылку" - взять конфету или маленькую игрушку и завернуть ее во множество кусочков бумаги или бумажных салфеток.



**Ход игры:** Дети садятся в круг и ведущий говорит:

- Мы получили посылку, но я не знаю, для кого она. Давайте узнаем!

Дети начинают передавать посылку друг другу по кругу, разворачивая по одному кусочку бумаги. Кто развернет последний, тому и посылка.

Эта игра учит детей делиться.

### Рыба, птица, зверь

**Ход игры:** Все играющие становятся в круг, а ведущий, указывая по очереди на каждого, повторяет: "Рыба, птица, зверь". На ком остановится, тот должен быстро назвать и изобразить какого-нибудь зверя, птицу или рыбу - в зависимости от того, что предложил ему ведущий.

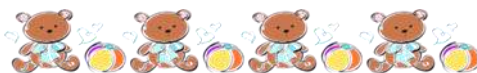
Повторять названия не разрешается.

Если в течение нескольких секунд ответа не последует или если игрок ошибется, с виновного берут фант, или он заменяет ведущего.

### Радуга

**Ход игры:** Дети сидят в кругу, держа перед собой руки, сложенные "лодочкой".

Один из детей или взрослый ходит по кругу и вкладывает в ладошки некоторых детей небольшие цветные шарики или предметы тех же цветов, что и радуга (Как в игре "Колечко")



Если детей меньше семи, то сначала раздаются шарики первых 3-4 цветов радуги, затем следующих цветов.

После того, как водящий обошёл всех детей, он говорит:

"Радуга, появись! Радуга, покажись!"

Те дети, у кого в ладошках есть цветные предметы, встают в ряд по порядку цветов



радуги.

Остальные смотрят, правильно ли выстроилась радуга.

Первый из детей показывает свой предмет -

красный и спрашивает: "У кого есть такой же?" Другие дети по кругу называют предметы, которые могут быть красными: огонь, цветы, одежда, овощи и т.д.

Названия не должны повторяться.

Те дети, которые в течение нескольких секунд не могут назвать предмет данного цвета, остаются в круге, но выбывают из игры. Победитель тот, кто останется последним в игре.

### Мячик

**Ход игры:** Участники игры встают в круг, водящий встает в середину круга и бросает мяч со словами: «Мячик, вверх!» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. В кого попал мячик, становится водящим. (Водящий бросает мяч как можно выше). Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих, после слова: "Стой!" - продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего.

### У дядюшки Трифона

**Ход игры:** Дети встают в круг, берутся за руки. В центре находится ведущий.



Играющие ходят по кругу и говорят нараспев слова:

«У дядюшки Трифона

Было семеро детей,

Семеро сыновей:

Они не пили, не ели,

Друг на друга смотрели.

Разом делали, как я!»

При последних словах все начинают повторять его жесты.

Тот, кто повторил движения лучше всех, становится ведущим.



## Молчанка

**Ход игры:** Перед началом игры все играющие произносят песенку:

«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.

## Муравьи

**Цель:** Уметь ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваясь друг с другом. Двигаться в разных темпах. Тренировка внимания.

**Ход игры:** По хлопку педагога дети начинают двигаться по залу, не сталкиваясь с другими детьми заполнять свободное пространство.



хаотически  
и стараясь все время

## Мокрые котята

**Цель:** Умение снимать напряжение поочередно с мышц рук, ног, шеи, корпуса; двигаться врассыпную мягким, пружинящим шагом.

**Ход игры:** Дети двигаются по залу врассыпную мягким, слегка пружинящим шагом, как маленькие котята. По команде «дождь» дети садятся на корточки и сжимаются в комочек, напрягая все мышцы. По команде «солнышко» медленно встают и стряхивают «капельки дождя» по очереди с каждой из четырех «лапок», с «головой» и «хвостика», снимая соответственно зажимы с мышц рук, ног, шеи и корпуса.



## Конкурс лентяев

**Цель:** Обучение полному расслаблению мышц всего тела.

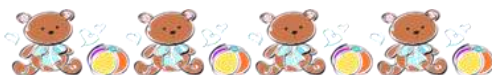
**Ход игры:** «Хоть и жарко, хоть и зной,  
Занят весь народ лесной.

Лишь барсук – лентяй изрядный

Сладко спит в норе прохладной.

Лежебока видит сон, будто делом занят он.

На заре и на закате всё не слезть ему с кровати».



Дети изображают ленивого барсука. Они ложатся на ковер и стараются как можно больше расслабиться.

## Гипнотизер

**Цель:** Обучение полному расслаблению мышц всего тела.

**Ход игры:** Педагог превращается в гипнотизера и проводит «сеанс усыпления»; делая характерные плавные движения руками, он говорит: «Спите, спите, спите... Ваши голова, руки и ноги становятся тяжелыми, глаза закрываются, вы полностью расслабляетесь и слышите шум морских волн». Дети постепенно опускаются на ковер, ложатся и полностью расслабляются.

Можно использовать аудиокассету с музыкой для медитации и релаксации.



## Самолеты и бабочки



**Цель:** Учить детей владеть мышцами шеи и рук; ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке.

**Ход игры:** Дети двигаются врассыпную, по команде «самолеты» бегают стремительно, вытянув руки в стороны (мышцы рук, шеи и корпуса напряжены); по команде «бабочки» переходят на легкий бег, делая руками плавные взмахи, голова мягко поворачивается из стороны в сторону (бабочка ищет красивый цветок), кисти, локти, плечи и шея не зажаты.

Упражнение можно делать под музыку, подобрав соответствующие

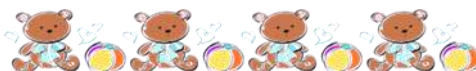
произведения из репертуара по музыкальному воспитанию.



## Пальма

**Цель:** Напрягать и расслаблять попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах.

**Ход игры:** « Выросла пальма большая пребольшая»: правую руку вы



тянуть вверх, потянуться за рукой, посмотреть на руку.

«Завяли листочки»: уронить кисть.

«Ветви»: уронить руку от локтя.

«И вся пальма»: уронить руку вниз.

Упражнение повторить левой рукой.



## Кактус и ива

**Цель:** Развивать умение владеть мышечным напряжением и расслаблением, ориентироваться в пространстве, координировать движения, останавливаться точно по сигналу педагога.

**Ход игры:** По любому сигналу, например хлопку, дети начинают хаотично двигаться по залу. По команде педагога

«Кактус» дети останавливаются и принимают «позу кактус» - ноги на ширине плеч, руки слегка согнуты в локтях, подняты над головой, ладони тыльной стороной повернуты друг к другу, пальцы растопырены, как колючки, все мышцы напряжены. По хлопку педагога хаотическое движение возобновляется, затем следует команда: «Ива». Дети останавливаются и принимают позу «ивы»: слегка разведенные в стороны руки расслаблены в локтях и висят, как ветви ивы; голова висит, мышцы шеи расслаблены.

## Штанга

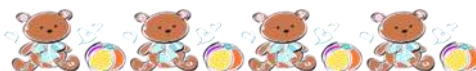
**Цель:** Попеременное напряжение и расслабление мышц плечевого пояса и рук.

**Ход игры:** Ребенок поднимает «тяжелую штангу». Потом бросает её, отдыхает.

## Буратино и Пьеро

**Цель:** Развивать умение правильно напрягать и расслаблять мышцы.

**Ход игры:** Дети двигаются хаотично, по команде «Буратино» останавливаются в позе: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, раскрыты в сторону, кисти



прямые, пальцы растопырены, все мышцы напряжены. Движение возобновляется. По команде «Пьеро»- опять замирают, изображая грустного Пьеро: голова висит, шея расслаблена, руки болтаются вниз.

## Баба-Яга

**Цель:** Умение напрягать и расслаблять в движении то правую, то левую ногу.

**Ход игры:** Дети ходят по залу врассыпную, приговаривая потешку и выполняя движения под текст.



«Бабка-Ёжка, костяная ножка,  
С печки упала, ножку сломала!»

(Дети идут врассыпную по залу.)

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

(Дети останавливаются.)

«Пошла на улицу – раздавила курицу,

Пошла на базар – раздавила самовар!

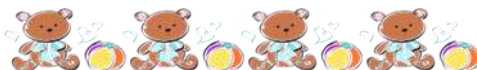
Вышла на лужайку – испугала зайку!»

(Дети продолжают движение, напрягая сначала левую, а потом правую ногу, прихрамывают.)

## Насос и надувная кукла

**Цель:** Умение напрягать и расслаблять мышцы взаимодействовать с партнером, тренировать три вида выдыхания, артикулировать звуки «с» и «ш»; действовать с воображаемым предметом.

**Ход игры:** Дети распределяются на пары. Один ребенок – надувная кукла, из которой выпущен воздух, он сидит на корточках, все мышцы расслаблены, руки и голова опущены; второй – «накачивает» воздух в куклу с помощью насоса; наклоняясь вперед, при каждом нажатии на «рычаг», он выдыхает воздух со звуком



«с-с-с-с» (второй вид выдыхания), при вдохе – выпрямляется. Кукла, «наполняясь воздухом», медленно поднимается и выпрямляется, руки раскинуты вверх и немного в стороны. Затем куклу сдувают, вытаскивая пробку, воздух выходит со звуком «ш-ш-ш-ш» (первый вид выдыхания), ребенок опускается на корточки, вновь расслабляя все мышцы. Затем дети меняются ролями.

## Тюльпан

**Цель:** Развивать пластику рук.

**Ход игры:** Дети стоят враспынную в основной стойке, руки внизу, ладони вниз, средние пальцы соединены.



1.

Утром тюльпан раскрывается - соединя ладони, поднять руки к подбородку, раскрыть ладони, локти соединить

2. На ночь закрывается - соединя ладони, опустить руки вниз.

3. Тюльпанное дерево внизу соединить тыльные стороны ладоней и поднимать руки над головой.

4. Раскидывает свои ветви руки сверху раскинуть в стороны, ладони вверх.

5. И осенью листики опадают повернуть ладони вниз и мягко опускать вниз, чуть перебирая пальцами.

## Лягушки и цапля

**Цель:** Развитие произвольности; ловкости, быстроты реакции.

**Ход игры:** В середине зала, шнуром, обозначают «болото». В стороне от болота – цапля. Лягушки прыгают в болоте, ловят комаров. По сигналу «цапля» она перешагивает через верёвку и начинает ловить лягушек. Они могут выскакивать из болота любым способом: отталкиваясь двумя ногами, одной ногой, с разбега. Пойманные лягушки идут в гнездо цапли.

**Правила:** из болота можно выпрыгивать; перешагнувший через верёвку ребёнок,



считается пойманным.

**Усложнение:** ввести вторую цаплю; поднять верёвку на высоту 20см.

### **Быстро возьми, быстро положи**



**Цель:** Развитие быстроты реакции, оперативности мышления, сноровки.

**Ход игры:** На одной стороне площадки строятся 2-3 команды. Каждый первый в команде получает кубик (шишку, маленький мяч). На другой стороне площадки лежат обручи, в каждом по мешочку с песком. По сигналу дети бегут к обручам, кладут в них кубики, берут мешочки с песком и возвращаются на место.

**Правила:** предмет нужно класть в обруч, не бросать; если предмет неточно положен в кружок, играющий должен вернуться и поправить предмет.

### **Кто скорее докатит обруч до флажка?**

**Цель:** Развитие ловкости, быстроты реакции, произвольности действий

**Ход игры:** На противоположных сторонах площадки чертятся линии. На одной линии стоят дети с обручами. Напротив, на другой линии лежат флажки, расстояние между ними не менее 50см. Правила: По сигналу воспитателя дети катят обручи до своего флажка. Отмечается ребёнок, первым достигший флажка.

**Вариант игры.** Дети распределяются на 3-4 звена. На стартовую черту выходят с обручами по одному ребёнку от каждого звена. Прикативший обруч первым получает флажок. Затем выходят следующие дети (опять по одному ребёнку). Выигрывает звено, получившее наибольшее количество флажков.



## Отбери мяч у противника ногой

**Цель:** Развитие произвольности психических процессов, быстроты реакции, сноровки и находчивости. Соблюдать правила спортивной игры.

**Ход игры:** Дети парами расходятся по площадке, у одного ребёнка мяч. По сигналу начинают водить мяч по площадке.

Задача каждого из играющих детей как можно дольше удерживать мяч.

**Правила:** Водить мяч ногами; не выпускать мяч за пределы площадки; не трогать мяч руками.

## Погрузка овощей

**Цель:** Развитие равновесия, умения найти верный способ движений в

определённых условиях.



**Ход игры:** Дети встают в 2-3 команды перед скамейками. В руках у них корзинки с мешочками (5 штук).

Дети идут по скамейке, наклоняясь и раскладывая предметы на скамейке. Дойдя до конца, сходят или спрыгивают, бегут обратно и отдают корзинку следующему игроку. Те также идут по скамейке, но уже собирают предметы.

**Правила:** Выигрывает команда, первая закончившая игру.

## Попади и сбей кеглю

**Цель:** Формировать умение ориентироваться на слово при организации действий как условие развития его произвольности

**Ход игры:** Дети распределяются на две команды. Перед каждой командой, на расстоянии 3-4 метров ставят 5-6 кеглей на расстоянии 10-15 см одна от другой.

Дети каждой команды по очереди энергично катят шар (мяч), стараясь сбить кеглю (сбитые кегли возвращаются на место).



**Правила:** Когда все дети выполнят упражнение, подсчитывают, какая команда сбила больше кеглей.

### Займи пустое место

**Цель:** Развитие произвольности действий, ловкости; умение ориентироваться в пространстве.

**Ход игры:** По считалке выбирается водящий. Остальные игроки выстраиваются в круг и стоят, повернувшись лицом к центру.

Водящий идёт за кругом. Произвольно подходит к одному из играющих, кладёт ему на плечо ленту и разбегаются в противоположные стороны.

**Правила:** Тот, кто прибежит первым и займёт свободное место, тот и победил. Проигравший ребёнок снова начинает игру.

### Чья команда забросит больше мячей в корзину

**Цель:** Развитие меткости, находчивости, ловкости; умение ориентироваться в пространстве.

**Ход игры:** Дети распределяются на две команды, у каждого игрока мяч.

По сигналу дети бросают мяч в баскетбольную корзину, ловят мяч и ведут его в конец своей команды.

**Правила:** Выигрывает команда, забросившая больше мячей в корзину.



### Собери пирамиду

**Цель:** Развитие умения ориентироваться на действия других при построении индивидуального действия; быстроты реакции.

**Ход игры:** Взрослый вместе с детьми собирает большую пирамиду. Это образец. Слева и справа от пирамиды стоит по одному стержню, и лежат кольца такого же цвета и в таком же количестве, как в образце.





Затем дети делятся на две команды, встают у линии старта. По сигналу «Марш!» первый игрок бежит к пирамиде и нанизывает первое кольцо, возвращается назад, передаёт эстафету следующему игроку. Игра продолжается до тех пор, пока пирамида не будет собрана.

**Правила:** Побеждает команда первая собравшая пирамиду правильно: по цвету и размеру.

### Забей гол в ворота

**Цель:** Развитие произвольности и самостоятельности; упражнять в точности движений, быстроте реакции на сигнал.

**Ход игры:** Дети выстраиваются в две колонны, у каждого мяч. На расстоянии 2м от первого ребёнка «ворота» (дуга). Первый игрок отбивает мяч ногой, стараясь попасть в «ворота», затем проползает на четвереньках под дугой, догоняет свой мяч, берёт его, передаёт эстафету и встаёт в конец колонны. Следующий ребёнок продолжает игру.



ставят

**Правила:** Побеждает команда, игроки которой забили больше голов.



### Найди, где спрятано

**Цель:** Развитие слухового внимания, ловкости, произвольности действий.

**Ход игры:** Дети стоят в шеренге лицом к воспитателю. Взрослый предлагает детям повернуться и закрыть глаза, а сам в это время прячет какой-нибудь предмет. По разрешению воспитателя дети поворачиваются, открывают глаза и приступают к поискам спрятанного предмета. Воспитатель направляет детей подсказкой: «холодно», «горячо».



**Правила:** Нашедший предмет ребёнок становится ведущим и сам прячет предмет.

### Из семечка – в дерево

**Цель:** Развитие выразительности движений, воображения; овладение языком движений, произвольности

**Ход игры:** Играющие дети образуют круг, в центре которого стоит воспитатель. взрослый исполняет роль садовника, дети – семян. По ходу игры они приседают, сжимаются в комочки, втягивают голову в плечи, прикрывают голову руками.

Взрослый поливает «семена», следит за их ростом. С наступлением тёплых весенних дней «семена» начинают прорастать – дети медленно поднимаются; раскрываются листочки – поднимают руки; растут стебельки – вытягивают тело; появляются веточки с бутонами – руки вытягиваются в стороны, пальцы

сжимаются. Наступает лето, цветы хорошеют с каждым днём – дети улыбаются.



Но вот подул холодный осенний ветер - закачались цветы в разные стороны, машут руками, наклоняют голову, корпус. Ветер срывает листья – руки опускаются, клонятся к земле. Выпал первый снежок – цветы вновь превращаются в маленькие семечки, укутанные снегом до весны.

**Правила:** Дети выполняют движения в соответствии с текстом.

### Кто позвал?

**Ход игры:** Дети стоят в кругу, взявшись за руки. Один ребенок сидит в центре круга. На голове у него бумажный колпак, который прикрывает глаза, а в руке цветок.

Дети тихо ходят, прыгают на носочках вокруг ребенка в колпаке, который сидит в центре круга. На сигнал воспитателя дети ровно встают. Ребенок встает со стула,



поднимает цветок вперед, поворачивается вокруг себя и останавливается. Тот, напротив кого остановился цветок, называет имя ребенка в колпаке, а он должен отгадать, кто его позвал. Если угадает, дети меняются ролями.



### Не ошибись!

**Ход игры:** Дети, поделены на две одинаковые колонны, стоят на одном конце площадки пред линией. На противоположном конце площадки напротив каждой колонны на линии лежат по 3 разноцветных кубика, а на расстоянии 2 - 3 шагов от кубиков (справа и слева) лежат такие же разноцветные кубики. На слово воспитателя "раз" первые дети в колоннах бегут по прямой к кубикам, берут один из них, отбегают в сторону (один вправо, другой - влево) и берут кубик такого же цвета, как и в руке, с двумя кубиками одного цвета, возвращаются на место и поднимают вверх.

Выигрывает тот ребенок, который первый поднял кубики одного цвета вверх, вернувшись на место.

Затем дети возвращаются, кладут кубики на места и идут в конец своей колонны. Воспитатель отмечает, кто лучше выполнил задание. Потом на линию выходят вторые, третьи и т. д. В конце игры воспитатель определяет победителей.

### Ищи ведущего!

**Ход игры:** Выбирают 4 - 5 ведущих, между которыми распределяют всех игроков. Дети становятся в круг, ведущий в центре круга (сколько ведущих столько кругов). Каждый должен хорошо знать своего ведущего.

Взявшись за руки, дети маршируют вокруг своего ведущего. "На прогулку!" говорит воспитатель. Ведущие остаются на своих местах, а дети гуляют по всей площадке. На команду "стоп!" все останавливаются и закрывают глаза. В это время за указаниями воспитателя ведущие меняются местами, причем так тихо, чтобы



дети не могли догадаться, куда перешел их ведущий. "Ищи ведущего!" и каждая группа детей спешит построится в круг возле своего ведущего. Воспитатель отмечает, какая группа детей это сделала быстрее. Игра повторяется.



### Ловля бабочек

**Ход игры:** Из детей выбирается 4 "ловца". Они встают в пары и отходят к краю площадки в одно место. Остальные дети - "бабочки".

На слова воспитателя: "Бабочки, бабочки в сад полетели" дети - "бабочки" летают - бегают по всей площадке. На слово воспитателя "ловцы!" два ребенка, держась за руки, стараются словить бабочку: окружить его, соединив свободные руки. Когда ловцы поймают бабочку, они его отводят на край площадки и садят на скамейку. В это время остальные бабочки присаживаются на корточки.

На слова: "Бабочки, бабочки в поле полетели" дети - "бабочки" прыгают по всей площадке. Их ловит другая пара ловцов. Когда будет поймано 4 - 6 бабочек, подсчитывают, сколько поймала каждая пара. Затем выбираются другие ловцы. Игра повторяется.

### Квач парами

**Ход игры:** Дети бегают по площадке, а ребенок - "квач" ловит их. Если кто -нибудь из детей подаст руку другому "квач", и встанет с ним в пару, "квач" перестает его ловить.



площадке, а ребенок - "квач" детей подаст руку другому "квач", и встанет с ним в пару,

### Квач, бери ленточку!

**Ход игры:** Дети стоят в кругу. Каждый ребенок получает ленточку, привязывает ее на пояс. В центр круга встает "квач", у него ленточки нет. На слова воспитателя:



"Лови!" дети разбегаются по всей площадке, а "квач" догоняет детей и старается снять ленточки у детей. Ребенок, который остается без ленточки, не надолго выходит из игры.

На слова воспитателя: "Раз, два, три, в круг вставайте!" дети становятся в круг, а "квач" подсчитывает количество снятых ленточек и возвращает их детям. Игра повторяется с новым "квачом" 3 - 4 раза. В конце игры воспитатель отмечает самого ловкого "квача".

### Выручай!

*Ход игры:* Дети стоят в кругу лицом в центр. Два ребенка, которых перед этим выбрали, выходят из круга и бегут: один ребенок убегает, другой - догоняет. Ребенок, который убегает, может спастись, встав сзади у кого -нибудь из детей, которые стоят в кругу, и сказать: "Выручай!" Тот ребенок, к которому обратились, должен убегать из круга и тоже встать сзади другого. Если ребенок не успеет встать, ее поймают. При повторении игры выбирают другую пару детей.



### Где кто живет?

*Ход игры:* Дети стоят в две шеренги на расстоянии 8 - 10 шагов одна от другой. Посередине между шеренгами начертить два круга, каждое 80 - 100 см диаметром; один круг - "двор", другой - "лес". В каждой шеренге есть одинаковые "птицы" и "животные".

Каждый ребенок с первой шеренги выбирает себе название любой птицы или животного, которые живут в лесу, или названия домашних животных и птиц, которые ходят по двору. Такие же названия выбирает себе и вторая шеренга.

Например, первые два ребенка в двух шеренгах - зайцы, вторые - кошки и т. д.

Когда воспитатель называет домашних животных, дети, которые имеют названия этих животных, быстро бегут в лес. Например, на сигнал воспитателя "кукушки!" дети - "кукушки" из двух шеренг спешат в круг, которое является лесом; на сигнал



"кошки" дети - "кошки" из двух шеренг спешат в круг, которое является двором. Воспитатель отмечает того ребенка из пары, который быстрее добегит до круга. Когда все дети будут в кругу, игра заканчивается.

### Смелее вперед!

*Ход игры:* Дети делятся на две группы. Строятся в шеренгу и встают лицом к середине площадки. На первый сигнал одна группа поворачивается лицом в противоположный бок и марширует на месте, а вторая шеренгой идет вперед. На второй сигнал дети, которые маршировали на месте, поворачиваются и ловят тех, которые шеренгой шли вперед. Последние, быстро убегают на свои места (за линию).

Игра повторяется. Дети меняются ролями. Выигрывает та группа детей, в шеренге которой меньше пойманных детей.

### Смени флажок

*Ход игры:* Дети делятся на 2 или на 4 одинаковые группы и встают перед линией в колонны. С противоположной стороны площадки перед каждой колонной лежит по одному обручу, в обручах флажки (например, зеленые). Каждому первому игроку в колонне дается флажок определенного цвета (например, синего). На сигнал воспитателя «Раз, два, три-беги!» дети из каждой колонны с синими флажками быстро бегут к обручам, меняют синие флажки на зеленые, возвращаются на свои места и передают зеленый флажок следующему игроку, а сами встают в конце колонны. Следующий игрок меняет зеленый флажок на синий и т.д.

Игра продолжается до тех пор, пока каждый ребенок в колонне не сменит флажок. Выигрывает та колонна, которая качественно и быстро выполняла задание воспитателя. Игру можно повторить.



группы



## Пастух и волк

*Ход игры:* Из детей выбирают "пастуха" и "волка", остальные дети - "овцы". На одном конце площадки чертят "дом" для овец, на противоположной стороне площадки - поле, где будут пастись овцы. С боку стоит волк. Пастух ведет овец в поле. В поле овцы бегают, пасутся. На сигнал воспитателя: "волк!" овцы разбегаются по площадке и убегают в свой домик. Волк ловит овец. Пастух их защищает. Пойманную овцу волк отводит к себе. При повторении игры пастух, возвращаясь домой, освобождает пойманную волком овечку. Волк старается не допустить пастуха к овце и в то же время ловит остальных. Игра заканчивается, когда у волка будет несколько овечек (по договоренности).

## Шоферы



*Ход игры:* С одной стороны площадки два «гаража» (начертить две параллельные линии на расстоянии 5 - 6 шагов одна от другой). На линиях сделать места для «автомобилей», поставить кубики. В одном гараже стоят машины с красными рулями (на кубиках лежат красные кружки), а в другом - машины с зелеными рулями (на кубиках лежат зеленые кружочки). Дети – «шоферы», поделены на две равные группы, становятся лицом к своим машинам каждый возле своего руля, которые лежат на кубиках. Воспитатель, который исполняет роль милиционера, стоит на одинаковом расстоянии от двух гаражей и руководит движением машин. Когда он отводит левую руку в сторону, дети - шоферы с гаража, стоящие с левой стороны, берут обеими руками руль и готовятся к выезду (колонкой). На поднятый вверх зеленый флажок дети выезжают из гаража и разъезжаются по всей площадке. Когда воспитатель- милиционер поднимает красный флажок - шоферы останавливаются, когда поднимает зеленый - едут дальше. На слова воспитателя: «В гараж» машины возвращаются на свои места. Воспитатель отмечает внимательного шофера,



который раньше всех вернулся в гараж. Затем воспитатель отводит правую руку в сторону и дети - шоферы, которые стоят с правой стороны, выполняют те же действия.



## Мышеловка 1

**Ход игры:** Дети делятся на две равные группы. Одна группа - "мышки". Они стоят в колонне один за другим. Со второй группы детей сделать 3 круга - это 3 "мышеловки". Дети, которые образуют мышеловки, берутся за руки и на слова воспитателя: "Мышеловка открыта" дети в кругу поднимают руки. Мышки пробегают сначала через одну мышеловку, а затем через вторую и т. д. На слово воспитателя: "хлоп" мышеловка закрывается (дети в кругу опускают руки). Мышки, которые остались в кругу считаются пойманными и становятся в круг. Игра заканчивается, когда все мыши будут пойманы. Выигрывает та мышеловка, где будет больше пойманных мышей. Игра повторяется. Дети меняются ролями.

## Быстро по местам

**Ход игры:** Дети садятся по 5-6 человек на гимнастических скамейках по краям зала в определенных позах. Например: с прямой спиной, голова прямо, подбородок подтянут.

По сигналу воспитателя дети бегут по залу, выполняя известные им танцевальные или подражательные упражнения. По другому сигналу «По местам!», дети стараются быстро вернуться на свое место и принять ранее обусловленную позу. Выигрывают те, кто раньше и правильнее сядет на свое место.



**Правила игры:** 1. После первого сигнала оставаться сидеть на скамейке нельзя.

2. Во время бега стараться не задевать друг





друга и не мешать выполнять задания.

**Указания к игре:** Воздействие на осанку можно усилить задавая специальные корригирующие упражнения во время передвижений по залу. Например, «Шагать как на параде», «Птица машет крыльями» и т.д.

### Кто быстрее перенесет предмет

**Ход игры:** Дети разделены на 4-5 звеньев. Они садятся на пол или на гимнастические скамейки вдоль стен зала. Особое внимание обращается на правильную осанку во время сидения. С правой стороны ставят стулья по количеству звеньев, на них кладут 5-6 предметов (кубики, мешочки с песком, флажки и т.д.). Напротив, на расстоянии 6-8 м, ставят такое же количество пустых стульев. Воспитатель вызывает по одному ребенку от каждого звена. Дети встают около стульев с предметами и по сигналу воспитателя: «Раз, два, три – беги!», начинают переносить предметы на пустые стулья. Выигрывает тот, кто раньше всех перенесет все предметы. Игру продолжают остальные члены звеньев по очереди. Выигрывает звено, которое быстрее справится с заданием.



### Ловишка с мячом

**Ход игры:** Играющие образуют круг. Водящий в центре круга. У его ног два больших мяча.

На команду: «Беги из круга!» - играющие разбегаются в разные стороны. Водящий берет мяч и старается, не сходя с места, попасть в убегающих. Если он не попадает, то бросает второй мяч. Затем по сигналу воспитателя: «Раз, два, три – в круг скорей беги!», дети вновь образуют круг, выбирается новый водящий и игра возобновляется. Если игра проводится на площадке зимой, мячи заменяются снежками.



## Жмурки на месте

**Ход игры:** Каждый играющий, кроме водящего, выбирает себе предмет от которого не имеет права отходить. Когда все играющие разместятся, воспитатель завязывает глаза водящему – жмурке, ставит его на середину комнаты и предлагает несколько раз повернуться. После этого жмурка отправляется на поиски. Чтобы увернуться от жмурки, детям разрешается изменять положение: они могут наклоняться, приседать и даже ложиться, но при этом они все время должны касаться ногой избранного предмета, иначе будет считаться проигравшим. Держать прямую спину и голову. Если жмурка удалится за пределы площадки или приблизился к опасности (например, к стене), его предупреждают словом.

## Быстро встать в строй

**Ход игры:** Дети стоят в колонне или шеренге по одному, воспитатель объясняет задание: по сигналу надо разбежаться по всему залу; по второму сигналу – быстро встать на свое место. Пока дети строятся, воспитатель считает. Счет прекращается тогда, когда последний займет свое место в строю. Воспитатель дает оценку построения и указывает на ошибки, допущенные в игре, с тем, чтобы повторное построение шло быстрее. Особое внимание уделяется осанке детей в строю. Стоять надо свободно, не напрягаясь, но правильно, без асимметрии правой и левой части тела, не выпячивая живот и т.д.

### Вариант игры:

1. Направляющий становится по указанию воспитателя в разных местах зала, а дети выстраиваются рядом с ним.
2. Вместо направляющего, воспитатель ставит флажок тоже в разных местах зала.



## Щука



**Ход игры:** 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:

«Хвать, хвать, не поймать,

Мячик вынырнул опять».

Водящий бросает мяч любому ребенку, который становится водящим.

## Шишки, желуди, орехи

**Ход игры:** В середине круга водящий, а остальные, разбившись по тройкам, становятся один за другим лицом к центру (первый номер - в трех-четыре 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.

### Солнышко

**Ход игры:** Играющие образуют круг. В центре круга - "Солнышко". В руках у него 4 обруча желтого цвета.

«Солнышко, солнышко,  
Погуляй у речки,  
Солнышко, солнышко,  
Раскидай колечки !  
Мы колечки соберем,  
Золоченые возьмем.  
Покатаем, поиграем  
И тебе назад вернем».



На строчки 1-4 все идут вправо по кругу. Солнышко движется влево, раскладывая обручи ближе к играющим. На строки 5-7 дети, стоящие рядом с обручем берут его и образуют маленький круг (всего 4).

На 8 строку играющие выстраиваются в общий круг, обручи кладут на пол. По сигналу бубна все разбегаются врассыпную, по следующему сигналу каждая команда собирается у своего обруча.

### Скачет зайчик

**Ход игры:** Играющие образуют круг. Выбирают зайку. Он становится в середине круга.

«Скачет зайчик по дороге,  
Скачет зайчик быстроногий,  
Раз, два, три, четыре, пять -



Как же зайку нам поймать.

Вот свернул в песочек заяка,

Поднял ушки: догоняй-ка!

Эй, ребята, не зевай.

Быстро зайку догоняй!»

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

### Перебежки парами

**Ход игры:** На земле чертят два круга диаметром по 1,5 м каждый и на расстоянии 3-4 м один от другого.

участнику игры, в

По сигналу надо

быстро поменяться

поймать брошенный

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.



В каждый кружок встают по одному  
руках у которого теннисный мяч.

подбросить мячи вверх, а затем

местами с партнером, стараясь

им мяч. Можно провести эту игру и с

### Отгадай, чей голосок?

**Ход игры:** 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".

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 градусов 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. Узнанный идет в середину, а водящий в круг.

**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.

### **Ловишки в звеньях**

**Ход игры:** 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.

## Игры малой подвижности

### Как живешь?

#### Ход игры:



— Как живешь? Вот так! Показать большие пальцы обе их рук, направленные вверх.

— Как идешь? — Вот так! Маршировать.

— Как бежишь? — Вот так? Бег на месте.

— Ночью спишь? — Вот так! Ладони соединить и поло жить на

них голову (щекой)

— Как берешь? — Вот так!

Прижать ладонь к себе.

— А даешь? — Вот так!

Выставить ладошку вперед.

— Как шалишь? — Вот так!

Надуть щеки и кулачками мягко ударить по ним.

— Как грозишь? — Вот так!

Погрозить пальцем вперед, или друг другу.

### Вьюшки

#### Ход игры:

- Вьюшки, вьюшки, вьюшки вью.

Руки сжаты перед собой в кулаки. Вращать кулаки друг вокруг друга. Текст нужно произносить низким голосом.



- Колотушки колочу.

Приколачиваю.

Заколачиваю.

Стучать кулаком о кулак (чередовать 2



- Оп!

- Вьюшки, вьюшки, вьюшки вью.

- Колотушки колочу. Приколачиваю.

Заколачиваю.

- Оп!

- Вьюшки, вьюшки, вьюшки вью.

- Колотушки колочу. Приколачиваю.

Заколачиваю.

-Дзынь!

удара — сверху правая рука, 2 удара —  
сверху левая рука).

Показать указательные пальцы обеих рук.

Вращать указательные пальцы перед  
собой друг вокруг друга.

Текст нужно произносить нормальным  
голосом (средняя высота).

Стучать указательным пальцем правой руки  
по указательному пальцу левой руки  
(сверху вниз) и наоборот.

Сжать руки в кулаки и показать мизинцы.

Вращать мизинцы друг вокруг друга перед  
собой. Текст нужно произносить тонким  
голоском.

Стучать мизинцем правой руки по мизинцу  
левой руки (сверху вниз) и наоборот.

Нажать на кончик носа указательным  
пальцем.

## Маланья

### *Ход игры:*

У Маланьи, у старушки

Жили в маленькой избушке

Семь сыновей,

Хлопки в ладоши: то правая,  
то левая рука сверху.

Сложить руки углом,  
показывая «избушку».

Показать семь пальцев.





Все без бровей,  
Вот с такими ушами,  
Вот с такими носами,  
Вот с такой головой,  
Вот с такой бородой!  
Они не пили и не ели,  
На Маланью все глядели  
И все делали вот так...

Очертить брови пальцами.  
Ладони с растопыренными пальцами поднести к ушам.  
Показать длинный нос, поставив ладони с растопыренными пальцами друг за другом.  
Очертить большой круг вокруг головы.  
Показать руками большую бороду.  
Одной рукой поднести ко рту «чашку», другой — «ложку».  
Держа руки у глаз, похлопать пальцами, как ресницами.  
Дети показывают загаданные действия.



## Кораблик

### *Ход игры:*

По реке плывет кораблик,  
Он плывет издалека.  
На кораблике четыре  
Очень храбрых моряка.  
У них ушки на макушке.  
У них длинные хвосты.  
И страшны им только кошки,  
Только кошки да коты.

Ладони соединить лодочкой. Выполнять волнообразные движения руками.  
Показать одновременно по 4 пальца на каждой руке.  
Сложить обе ладони к макушке.  
Пальцы рук сложить в щепотку и развести в стороны.  
Растопыренными пальцами обеих рук совершать царапающие движения.



## Любопытная Варвара

### *Ход игры:*

Любопытная Варвара  
Смотрит влево,  
Смотрит вправо,  
Смотрит вверх,  
Смотрит вниз,  
Чуть присела на карниз,  
А с него свалилась вниз!



Дети поднимают и опускают плечи.  
Поворачивают корпус влево.  
Поворачивают корпус вправо.  
Поднимают голову вверх.  
Опускают голову.  
Выполняют легкие полуприседания.  
Резко приседают.

## Мартышки

### *Ход игры:*

Мы — веселые мартышки, мы играем громко слишком,  
Мы в ладоши хлопаем, мы ногами топаем,  
Надуваем щечки, скачем на носочках.  
И друг другу даже, языки покажем.  
Дружно прыгнем к потолку, оттопырим ушки,  
Ногу поднесем ко рту, хвостик на макушку.

Выполнять движения в соответствии с текстом

## Бревнышко

### *Ход игры:*

Туки, туки, туки, тук,  
Топором срубили дуб.  
Мы рубанок в руки взяли  
И сучки все обстрогали.

Ладони сложены и выпрямлены. Согнутые локти (ладони у живота) выпрямить вперед. И опять согнуть, приближая ладони к животу.



Вышло гладкое бревно.

Ох, тяжелое оно.

Что нам делать?

Как нам быть?

Будем мы бревно катить.

От Пети к Маше,

От Маше к Илюше,

От Илюши к Паше...

Все садятся на корточки в кружок. Кто-то из детей изображает бревно, ложится, прямые руки прижаты к телу. Ребенок, которого называют в тексте, катит «бревно», соседи по кругу слева и справа могут ему помочь.

Поглаживать себя по бокам, прижимая руки к телу.



### Челночок

**Ход игры:** Все играющие встают парами лицом друг к другу и берутся за руки - это ворота. Дети из последней пары проходят под воротами и встают впереди колонны, за ними идет следующая пара.

**Правила:** пройти нужно так чтобы не задеть ворота, дети держат друг друга за руки.

### У оленя дом большой

**Ход игры:**

У оленя дом большой,

А у зайки маленький.

Олень сидит,

в окошко глядит.

Руки над головой изображают крышу дома.

Руки изображают крышу, но опущены вниз.

Правым кулаком подпереть щеку; левая рука



поддерживает правую.

Зайка по полю бежит,

В дверь к нему стучит:

«Тук-тук, дверь открой,

Там в лесу охотник злой!»

«Зайка, зайка, забегай!

Лапку мне давай!»

Стучат рука об руку.

Делают зовущие движения рукой.

Протягивают руки вперед.

### Колобок

**Ход игры:** Мяч для этой игры может быть любого размера. Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. В центре круга — водящий.



Игроки один другому ногами передают мяч, а водящий старается перехватить его. Покидать свое место игрокам нельзя. Они могут плавно перекатывать мяч, отбивать, делать обманные движения. Нельзя только брать его в руки. А водящий может поступать как угодно; задержать мяч ногой, рукой, выбить за круг, достаточно даже слегка прикоснуться к

нему.

Если водящему удастся задержать мяч, он становится на место того игрока, от которого к нему попал мяч

### Хоровод

**Ход игры:** Играющие образуют два круга, один внутри другого, и берутся за руки.

По сигналу учителя они начинают движение в заданную сторону (ходьба или медленный бег). Можно предложить ритмическую ходьбу под песню или музыкальное сопровождение.



## Ручеек

*Ход игры:* Дети идут в колонне по двое. По команде воспитателя «Ручеек» дети останавливаются, берутся за руки и поднимают руки вверх. Каждая пара, начиная с последней, одна за другой пробегает внутри (под руками) и становится впереди, поднимая руки вверх.



## Холодно-горячо

*Ход игры:* Водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят:

- Холодно...тепло...горячо... помогая найти спрятанный предмет.

## Водяной

*Ход игры:*

«Дедушка - Водяной!

Что сидишь ты под водой?

Выйди, выйди хоть на час.

Угадай кого из нас!»

Дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: - выйди, выйди... водяной идет с закрытыми глазами, руки вперед, кого заденет, того и угадывает.

## Находка

*Ход игры:*

«По лугу шел, моток нашел,



Моток нашел, за ним пошел.

Катись, находочка моя!

Куда моток, туда и я».

Играющие стоят по кругу и перекатывают мяч от одного к другому (по два перекатывания на каждую строку). По окончании текста мяч перекатывается в обратном порядке, без слов, пока снова не вернется к тому, с кого началась игра.

Следует обратить внимание детей на то, что, играя, они должны запомнить, от кого получали мяч.



### Шмель

**Ход игры:** Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекатывается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг.

Правила: мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч.

### Узнай по голосу

**Ход игры:**

«Мы немножко порезвились,

По местам все разместились.

Ты,...(имя), отгадай,

Кто позвал тебя, узнай».

Водящий закрывает глаза. Дети идут по кругу,

водящий стоит в середине круга. С окончанием слов дети останавливаются.

Воспитатель показывает на кого-нибудь из играющих.



**Правила:** водящему не открывать глаза, пока не назовет позвавшего. В это время всем соблюдать тишину.

## Топор

### *Ход игры:*

«Взял Егор в углу топор,  
С топором пошел во двор.  
Стал Егор чинить забор,  
Потерял Егор топор.  
Вот и ищет до сих пор,  
Поищи и ты топор!»

Ведущий (сначала взрослый) прячет в ладонях одного из играющих маленький предмет (топорик). Стихотворение произносят хором. Тот из играющих, на кого пришлось слово топор, идет его искать.



## Царь Горох

**Ход игры:** По считалке выбирается водящий - Царь Горох, он отходит от детей на 8-10 шагов и поворачивается спиной. Остальные дети договариваются, какое действие они будут изображать. Царь Горох подходит к детям и говорит:

- Здравствуйте, дети!

дети отвечают:

- Здравствуй, Царь Горох!

Царь Горох спрашивает:

- Где вы бывали? Что вы видали?

Дети отвечают:

- Что мы видели - не скажем,

А что делали - покажем.



Дети выполняют задуманное движение (стирают, играют на гармошке, подметают пол...) Царь Горох отгадывает. Если он не отгадал, то проигрывает, дети говорят ему, что они делали и придумывают новое действие.

### Найди различия

**Ход игры:** Все садятся в круг. Для игры нужно, чтобы играющие внимательно осмотрели друг друга. Когда ведущий выходит из комнаты, участники должны произвести небольшие перемены в своем облике: заколоть волосы, забинтовать палец, расстегнуть пуговицу и т. п. Ведущий должен определить, что изменилось у игроков. Тот, у кого он нашел больше всего изменений, и будет водить.

### Эхо

**Ход игры:** Дети идут в колонне по одному. Воспитатель, произносит какую-либо фразу, а дети, как эхо, повторяют последнее слово. Например, он говорит: «Кукареку» — дети отвечают протяжно: «Ку-ку».





