

Карточка подвижных игр для детей подготовительной к школе группы

Использованная литература: Степаненкова Э.Я.: «Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет»

Уважаемые родители! В период самоизоляции предлагаем вам разнообразить двигательную активность ваших детей и поиграть с ними в подвижные игры. В эти игры вы можете привлекать и других членов своей семьи.

Бездомный заяц

Ход игры. Из числа играющих выбираются охотник и бездомный заяц. Остальные играющие — зайцы чертят себе кружочки (дома) и каждый встает в свой.

«Бездомный заяц» убегает, а «охотник» его догоняет. «Заяц» может спастись от «охотника», забежав в любой кружок; тогда «заяц», стоявший в кружке, должен сейчас же убегать, потому что теперь он становится бездомным и «охотник» будет ловить его. Как только «охотник» поймал (осалил) зайца, он сам становится «зайцем», а бывший «заяц» — «охотником».

Указания к игре. Эту игру можно проводить и со всей группой детей. В этом случае круг образуют взявшиеся за руки 4—5 детей. В каждом таком кружке становится «заяц». Игра проводится по тем же правилам.

Через 2—3 минуты по сигналу взрослого игра прерывается. Один из детей, образующих круг, меняется местами с зайцем, стоящим внутри круга. Игра возобновляется и повторяется 4—5 раз, с тем, чтобы все дети побывали в роли зайца.

Эстафета с обручами

Материал. 2 обруча.

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 взрослого «раз, два, три — беги!» — стоящие первыми 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 последующий 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.

Эстафета по кругу

Материал. 4 флажка; бубен.

Ход игры. Играющие делятся на четыре отряда.

На площадке чертится круг. Его размер зависит от количества играющих, так как отряды должны выстроиться вдоль его четырех радиусов.

Все стоят спиной к центру, у первого в руках флажок. По сигналу взрослого (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.

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

Море волнуется

Ход игры. Из числа играющих выбирается водящий. Остальные встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга, 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.

Кто скорее снимет ленту

Материал. Веревка, натянутая на 10—15 см выше поднятых вверх рук детей; несколько лент.

Ход игры. На площадке проводится черта, за которой дети строятся несколько колонн по 4—5 человек в каждой. На расстоянии 10—15 шагов напротив колонн протягивается веревка. Против каждой колонны на эту веревку накидывается лента.

По сигналу взрослого «беги!» все стоящие первыми в колоннах бегут к своей ленте, подпрыгивают и сдергивают ее с веревки (каждый может знать одну попытку). Взрослый снова вешает ленты на веревку; те, о были в колонне первыми, становятся в конец ее, а остальные подвигаются к черте. По новому сигналу бегут следующие дети.

Игра кончается, когда все дети попытаются снять ленту. Отмечается колонна, которой это удалось большее количество раз.

Указание к игре. В дальнейшем игру можно усложнить, поставив к пути детей препятствия. Можно, например, протянуть веревку на высоте 40—50 см, под которую нужно подлезть, не задев ее, или проест» две линии на расстоянии 30—35 см друг от друга, через которые «но перепрыгнуть».

Волк во рву

Ход игры. Посередине площадки проводятся две параллельные черты на расстоянии 80-100 см одна от другой — это ров. С двух краев площадки на расстоянии одного-двух шагов от ее границ очерчиваются дома коз. Из числа играющих выбирается волк, остальные изображают коз.

Все «козы» располагаются в одном из домов. «Волк» становится в ров. По сигналу взрослого «волк во рву!» «козы» бегут на противоположную сторону площадки (в другой дом), перепрыгивая через а «волк» в это время старается их поймать (коснуться). Пойма он отводит в сторону. Затем взрослый снова говорит «волк во р» козы перебегают на другую сторону, перепрыгивая через ров.

После условленного числа перебежек (3—4) все пойманные возвращаются в свой дом, и выбирается другой волк (но не из пойманных коз). Игра повторяется.

Классы

Материал. Плоский предмет — камешек, коробочка.

Ход игры. На ровной площадке или асфальтированной дети мелом (на асфальте) или палочкой (на земле) чертят так называемые классы, то есть геометрические фигуры определенной конфигурации.

Это может быть большой прямоугольник, разделенный одной дольной и двумя поперечными линиями, на верху которого чертится полукруг — «огонь»; или небольшие прямоугольники, по-разному расположенные на плоскости и разделенные линиями на небольшие отделения, а также классы, напоминающие по форме улиток-катушек.

Принцип игры в эти классы один: дети бросают в них плоские предметы — коробочки, камешки — и впрыгивают в тот же на одной или двух ногах.

Ребенок бросает камешек в первое отделение и, если попадет в него, впрыгивает на одной ноге в этот класс, останавливается, встав на обе ноги, берет камешек и продолжает прыгать на одной ноге без остановки во все последующие классы, стараясь не наступить на черту. Выпрыгну последнего, шестого класса, он снова бросает камешек, но уже во второй класс, делает прыжок на одной ноге в первый класс, оттуда во второй, останавливается, берет камешек и снова продолжает прыжки в последующие классы. После этого ребенок бросает камешек в третий, четверть пятый и, наконец, в последний класс. На этом заканчивается тур игры.

Если ребенок хочет участвовать в игре и дальше, он начинает сначала.

Если ребенок во время прыжка становится на черту или не попадает камешком в нужный класс, право бросать камешек передается следующему. Если камешек попадает в полукруг — «огонь», ребенок должен начать игру снова, т. е. бросать камешек с первого класса.

Мяч водящему

Материал. 2 мяча.

Ход игры. Участвующие в игре дети делятся на две равные подгруппы (по 5—6 человек в каждой) и строятся в колонны. Расстояние между колоннами 3—4 шага. Перед колоннами проводится линия. На расстоянии 3 м от нее чертится вторая линия, параллельная первой.

Выбираются два водящих, которые становятся за второй линией против колонн. По условленному сигналу оба водящих бросают мячи впереди стоящим в своих колоннах. Поймав мяч, играющий кидает его обратно водящему, а сам становится в конец колонны. Водящий бросает мяч второму играющему, а получив мяч обратно, третьему и т. д.

Выигрывает та колонна, в которой последний играющий раньше вернет мяч водящему.

Городки

Материал. 20 деревянных или пластмассовых городков; 8 бит.

Ход игры. Для игры в городки отводится специальное место, где делается ровная, утрамбованная площадка.

На расстоянии 1—2 м от стены или забора чертятся два квадрата 11х1 м) с промежутком между ними в 60—80 см. На расстоянии 1,5—2 м I квадратов проводится черта — полукон — и на расстоянии 2,5—3 м вторая черта — кон.

Играющие делятся на две команды. Каждая получает по пять городков и две биты. На передней черте каждого квадрата устанавливается первая фигура. Распределяют площадки между командами и договариваются, кто начинает игру (это можно сделать и при помощи считалки или другим способом).

Сначала бьют все дети одной команды, затем другой. Каждый играющий бросает две биты. Когда выбиты все городки первой фигуры, ставится следующая. Новую фигуру начинают выбивать с кона (с дальней черты), после того как выбит хоть один городок из квадрата, все бьют с полукона (с ближней черты).

Описания фигур:

1. «Забор» — все городки ставятся вдоль передней линии на расстоянии 5 см друг от друга.

2. «Бочка» — все городки ставятся вместе (один в середине, остальные вокруг него).

3. «Ворота» — две пары городков ставятся на расстоянии, равном длине городка, последний, пятый, кладется на них сверху, как перекладина.

4. «Колодец» — один городок ставится, два кладутся впереди (на черте) и сзади, два других — по сторонам, сверху первых.

5. «Письмо» — один городок ставится в центре квадрата, остальные — по углам.

Выигрывает та команда, которая раньше выбьет все фигуры. При повторении игры команды меняются местами, начинает игру выигравшая команда.

Забрось мяч в кольцо

Материал. Столб; кольцо диаметром 25 см с сеткой; мяч.

Ход игры. Для этой игры на участке вкапывается столб, к которому на высоте 120—130 см прикрепляется кольцо с сеткой.

В игре могут принять участие не слишком большое количество детей (4—8). Играющие становятся за чертой, проведенной на 1,5 м от столба, и поочередно забрасывают мяч в кольцо. Выигрывает тот, кто скорее наберет условленное количество попаданий (5-6). Затем игра повторяется. Выигравший в предыдущей игре получает бросать первым.

Указание к игре. До начала игры надо научить детей приемам броска.

Бросить и поймать

Материал. 2 столбика (стойки); веревка; мяч.

Ход игры. На двух столбиках укрепляется веревка на высоте с поднятой вверх руки ребенка. Дети бросают мяч через веревочку, затем пробегают следом за ним под веревочкой и ловят его, пока он не ушел.

Играть может один ребенок и несколько детей. В зависимости от количества играющих изменяется и расстояние между стойками, чтобы дети не мешали друг другу.

Школа мяча

Материал. Небольшой мяч.

Ход игры. Для игры дается мяч. Играют дети по одному, и небольшими группами в порядке очередности. Дети выполняют следующие задания:

1. Бросать мяч вверх и ловить его двумя руками.
2. Бросать мяч о стену и ловить его двумя руками. Повтори упражнение, ловя мяч сначала правой, потом левой рукой. Затем правой рукой, ловя левой, и наоборот.
3. Ударять мяч о землю и ловить его то правой, то левой рукой.
4. Бросить мяч о стену, дать ему упасть на землю и отскочить, после чего ловить его двумя руками. Повторить упражнение и ловить мяч вначале правой, потом левой рукой.
5. Ударять мяч о землю, отбивать его несколько раз (4—5) и ловить сначала правой, потом левой рукой.
6. Подбросить мяч вверх и, не давая ему упасть, 3 раза отбить правой рукой. Повторить упражнение, отбивая левой рукой.
7. Ударить мяч о стену 5 раз, отбить правой рукой к стене, поймать той же рукой. Затем упражнение повторить, отбивая и ловя левой рукой.
8. Повернувшись к стене спиной, бросить мяч через голову о си отскочить от нее, дать мячу упасть на землю, а затем ловить двумя руками.

Можно использовать и такие варианты:

1. Подбрасывать мяч двумя руками вверх и, не сходя с места, ловить его. Повторить, делая во время полета мяча хлопок в ладоши перед собой, за спиной, по коленям. Во время полета мяча повернуться кругом, а затем поймать мяч.
2. Ударить мяч о землю и поймать его. Повторить упражнение с хлопками перед собой, за спиной. Ударять мяч по 5 раз о землю правой и левой рукой.
3. Ударить мяч о стену и поймать его. Повторить с броском мяча из-под руки, из-под ноги, из-за головы, снизу. Бросок делается двумя руками, одной рукой, с хлопком в ладоши, с поворотом вокруг себя, с перепрыгиванием через мяч после его отскока от земли.

Серсо

Материал. Кольца, палки.

Ход игры. Двое детей становятся друг против друга на небольшом расстоянии (2—3 м). Один из них бросает в сторону другого кольца, а тот ловит их на палку.

При большом числе участников дети, разделившись на пары, становятся друг против друга на расстоянии 3—4 м. У одного из них (по договоренности) в руках палка, у другого — палка и несколько колец (вначале 2, позже 3—4). Последний надевает на кончик палки кольца и пускает их по одному в сторону своего партнера, который ловит кольца на свою палку.

Когда все кольца брошены, производится подсчет пойманных колец, после чего дети меняются ролями.

Выигрывает тот, кто поймает большее число колец.

Указание к игре. Когда серсо дается детям впервые, они играют с одним кольцом: дети перебрасывают его друг другу. Взрослый показывает, как надо встать, как держать палку, кольцо и т. д. В первое время кольца можно ловить на руку.

Передай мяч

Материал. Мяч.

Ход игры. Играющие становятся в круг на расстоянии шага друг от друга. Взрослый 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!

Тот, у кого на слове «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.

С обручем до флажка

Материал. 4—5 флажков на подставках; 4—5 обручей.

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 на расстоянии 1 м один от другого левым боком к флажкам.

По сигналу взрослого «приготовились!» дети ставят обруч на землю по направлению к флажкам, придерживая его левой рукой; правую руку они держат наготове для удара по обручу.

Затем взрослый 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.

Указание к игре. 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 ребят, стоящие в отрядах первыми. Когда обручи прокатят все дети, подсчитывается, чей отряд набрал больше флажков.

Настольный теннис

Материал. Стол размером 1х1,8 м; ракетки; шарик.

Ход игры. Вначале взрослый показывает детям, как правильно держать ракетку, как посылать шарики через сетку, чтобы после отскока от стола на половине игрового поля игрока он ударился о стол на половине партнера, и как отбивать шарик, посланный партнером.

Указание к игре. Дети могут освоить игру лишь в том случае, если с ними систематически играет взрослый.

Мяч-чижик

Материал. Дощечка длиной 30 см и шириной 6—8 см; небольшой мяч.

Ход игры. Посередине площадки кладется наклонно дощечка. На нижнем ее конце помещается мяч (чтобы он держался, надо сделать в доске углубление).

Играющие встают вокруг дощечки. Выбирается водящий. Он с силой ударяет ногой по свободному концу дощечки, отчего мяч взлетает вверх. Играющие ловят его. Поймавший мяч становится водящим, и игра повторяется.

В игре одновременно могут принять участие не более 5-6 детей.

Шар в ворота

Материал. Бортики (4 штуки); воротца (4 штуки); шары (7 штук, один из них красный); молоток на длинной ручке; кий; рамка для шаров.

Ход игры. Игра похожа на бильярд. Играть можно на столе, полу или ровной площадке (при игре на столе используется кий, на полу — молоток).

Бортики и воротца скрепляются между собой и образуют игровое поле. В центре его с помощью рамки выкладывают пирамиду из шаров; седьмой, красный шар (биту) ставят на расстоянии 15—20 см.

Играют двое поочередно. Право первого хода получают по договоренности или разыгрывают с помощью считалки. Получивший его ударяет кием или молотком по красному шару и разбивает им пирамиду.

Далее игроки стараются забить шары в воротца прямым ударом по ним кием или молотком.

Каждое попадание шара в воротца дает право на дополнительный удар. Выигрывает тот, кто забьет больше шаров, или кто первым забьет условленное количество, например, 10. Во втором случае забитый шар каждый раз надо выставлять на игровое поле.

Указание к игре. В дальнейшем игру можно усложнить. Шар забивается в воротца посредством красного шара, по которому ударяют молотком или кием.

Бадминтон

Материал. Ракетки; волан.

Ход игры. Вначале детей учат правильно держать ракетку и с силой ударять по подброшенному волану, посылая его вперед.

Затем воспитатель играет с ребенком, учит его отбивать ракеткой летящий волан. После этого дети начинают играть друг с другом, стоя на расстоянии 2—3 м. Когда дети хорошо освоят основные приемы, они могут играть через сетку.

Сбей кеглю

Материал. Бортики (4 штуки); воротца (4 штуки); кегли; шарик; кий (2 штуки); фишки (палочки, камушки, пуговицы) для подсчета очков.

Ход игры. В отличие от обычных кеглей, эта игра проводится на ограниченном игровом поле и кегли сбиваются с помощью кия, как в бильярде.

Бортики, скрепленные воротцами, образуют игровое поле, на котором расставляются кегли: красные в центре, остальные — по две с каждой стороны от них.

Играют двое. Поочередно они устанавливают шарик в любых воротцах и ударом по нему кием стараются сбить кегли. 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 условленное) количество очков.

Во втором случае сбитые кегли возвращаются на игровое поле.

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

Чей дальше

Материал. Мяч.

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 проводятся 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.

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

Через обруч к флажку

Материал. 4—6 обручей; 4—6 флажков.

Ход игры. В середине площадки находятся обручи на расстоянии одного-двух шагов один от другого.

На одной стороне площадки в одну линию раскладывают флажки — так, чтобы каждый флажок приходился против обруча. На другой стороне площадки проводится линия. За ней размещаются 4—6 колонн по несколько детей в каждой. Каждая колонна выстраивается против своего обруча.

По сигналу воспитателя «начинай!» первые в колоннах бегут каждый к своему обручу, приседают и, взяв обруч в руки, ставят его вертикально, прижав одной стороной к полу (к земле). После слов воспитателя «раз, два, три — беги!» бегут дети, стоявшие в колонне вторыми. Они пролезают в обруч, добегают до флажков и поднимают их вверх.

Затем, положив флажки на место, дети сменяют своих товарищей, держащих обруч, те бегут в конец колонн, а оказавшиеся в них первыми бегут за флажком по сигналу «раз, два, три — беги!». Каждый раз, когда первый из колонны убегает за флажком, дети из колонны делают шаг вперед. Когда дети, державшие обруч в самом начале игры, тоже пробегут и поднимут флажки, игра заканчивается. Выигрывает та колонна, в которой большее число участников первыми подняли флажок.

Ловля обезьян

Материал. Различные устройства для лазанья (стенки, вышки, скамейки и т.п.).

Ход игры. Дети, изображающие обезьян, размещаются на одной стороне площадки, где имеются устройства для лазанья. На противоположной стороне площадки находятся «ловцы обезьян» (2—4 ребенка).

«Ловцы» стовариваются между собой о том, какие движения они будут делать, выходят на середину площадки и воспроизводят их. Обезьяны влезают на вышку и оттуда наблюдают за движениями л. Прделав движения, «ловцы» уходят, а «обезьяны» слезают с деревьев, т. е. со стенок, вышек и т. п., приближаются к тому месту, где были «ловцы» и повторяют их движения.

По сигналу взрослого «ловцы!» выбегают ловцы, а «обезьяны» бегут к деревьям и влезают на них. «Ловцы» ловят тех «обезьян», которые не успели влезть на дерево, и уводят их к себе.

После 2—3 повторений игры выбираются новые ловцы, и игра возобновляется.

Указания к игре. Перед проведением игры воспитатель детям особенности обезьян — подражать и воспроизводить движения, которые они видят. Взрослый следит за тем, чтобы обезьяны спрыгивали с верхних перекладин, а спускались вниз до последней перекладины.

Перелет птиц

Материал. Вышка (гимнастическая стенка с несколькими пирамида, двойная лесенка, доски, положенные на стулья).

Ход игры. Дети стоят на одном конце площадки (комнаты). Они птицы. На другом конце площадки помещается вышка или гимнастическая стенка с несколькими пролетами, пирамида, двойная лесенка.

По сигналу взрослого «птицы улетают!» «птицы» летят, расправив крылья (дети, подняв руки в стороны, бегают по всей площадке). По сигналу «буря!» «птицы» летят на вышку — скрываются с на деревьях. Когда воспитатель говорит «буря прекратилась», спускаются с вышки и снова летят.

Указания к игре. Взрослый должен находиться возле для лазанья, чтобы в случае надобности помочь детям.

Если гимнастическая стенка имеет мало пролетов, дети могут влезать на скамейки, доски, положенные на стулья и т.п.

Ключи

Материал. Если игра проходит в помещении, можно использовать пластмассовые обручи.

Ход игры. Играющие дети встают в кружки, начерченные на площадке. Выбирается один водящий. Он подходит к любому из играющих и спрашивает: «Где ключи?» Тот отвечает: «Пойди к ... (называет одного из детей), постучи». Во время этого разговора играющие (тот, к кому подошел водящий, и тот, кого назвали) стараются поменяться местами. Водящий должен быстро занять освободившийся кружок.

Если водящий долго не может занять кружок, он должен «нашел ключи!», тогда все играющие должны меняться местами время водящий легко займет чей-нибудь кружок. Ребенок, оставшийся без места, становится водящим.

Указание к игре. Если игра проводится в помещении, вместо начерченных кружков можно использовать пластмассовые обручи. Фанерные обручи использовать опасно, так как, перебегая, дети могут наступить на обруч и получить сильный удар ребром по ноге.

Паук и мухи

Ход игры. С помощью считалки выбирается водящий — паук, остальные дети — мухи. «Паук» стоит в стороне, «мухи» бегают по всей комнате или площадке. По сигналу взрослого «мухи» должны замереть, т.е. остановиться в той позе, в какой их застал сигнал, и не шевелиться. «Паук» обходит играющих и затем того, у кого заметит хоть малейшее движение, забирает к себе.

Игра повторяется несколько раз, затем пауки меняются. В заключение взрослый отмечает детей, которые отличились большей выдержкой.

Совушка

Материал. Гимнастическая стенка (заборчик).

Ход игры. Эта игра похожа на предыдущую. Из числа играющих выбирается совушка. Взрослый надевает ей шапочку с клювом. Остальные дети — птицы, жуки, бабочки. «Сова» влезает на дерево (на 3—4 рейки гимнастической стенки или заборчика), а все остальные дети летают, помахивая крыльями.

Взрослый говорит «ночь». «Птицы» и «насекомые» замирают на своих местах. «Совушка» слезает с дерева и медленно летает вокруг. Кто из детей пошевелится, того «совушка» уводит к своему дому.

Взрослый говорит «день», и «совушка» вновь влезает на дерево.

После одного повторения выбирается другая совушка, и игра продолжается.

Ловишки с мячом

Материал. 2—3 небольших мяча диаметром 6—8 см (зимой на площадке можно использовать снежки).

Ход игры. Площадка ограничивается линиями или флажками. В центре площадки, играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук.

Выбирается водящий. Он становится в центр круга. У его ног лежат 2—3 небольших мяча (диаметром 6—8 см).

Водящий называет или проделывает ряд движений (приседание, хлопок над головой и т.п.). Играющие выполняют эти движения по слову или по показу. Внезапно взрослый говорит «беги из круга» — и играющие разбегаются в разные стороны (в пределах установленной границ площадки). Водящий старается, не сходя с места, попасть в убегающих мячами, бросая их поочередно. Дети, в которых водящий попал мячом, отходят в сторону. Остальные снова встают в круг. Выбирается новый водящий, игра повторяется. Те дети, кого водящий осалил мячом, одно повторение игры пропускают.

Указание к игре. Если игра проводится зимой на площадке, мячи заменяются снежками.

Чей отряд быстрее переправится (Не намочи ног)

Материал. 4—6 дощечек.

Ход игры. На участке проводятся две линии на расстоянии 3—4 м одна от другой — это болото. Играющие делятся на 2—3 отряда (по 4—5 человек) и выстраиваются против черты. Задача — переправиться через болото с помощью дощечек. Каждый играющий получает по две дощечки (фанерки или картонки).

По сигналу взрослого первые из каждого отряда начинают передвигаться: сначала они встают на одну дощечку, кладут впереди себя вторую, встают на нее, берут первую, опять кладут ее вперед и т. д. Когда первый перейдет болото, переправу начинает следующий, и так в каждом отряде.

Выигрывает тот отряд, который раньше переправился через болото.

Указание к игре. Если играют только два отряда (по 3—4 человека), болото можно разделить пополам, тогда все участники выстраиваются вдоль черты и начинают переправляться одновременно.

Кто скорее перенесет предметы

Материал. 4 стула; 10—12 предметов — мячи, кубики, мешочки с песком, флажки и т.п.

Ход игры. Играющие садятся на стульчики или скамейки. С одной стороны комнаты или площадки ставят два стула, на них кладут по 5—6 предметов. На расстоянии 6—8 м ставят два пустых стула. Двое детей становятся около стульев, на которых лежат предметы, и по сигналу «раз, два, три — бери!» начинают переносить предметы на пустые стулья, стоящие напротив. Каждый раз можно брать только по одному предмету.

Выигрывает тот, кто раньше перенесет все предметы.

При повторении соревнуется следующая пара детей.

Указание к игре. Слова «раз, два, три — бери!» могут говорить все играющие хором.

Кто раньше дойдет до середины

Материал. 2 короткие круглые палки; шнур длиной 8—10 м, ленточка.

Ход игры. На оба конца шнура привязывают по палке, середину шнура отмечают ленточкой. Играющие берут палки и отходят друг от друга на столько, на сколько позволяет длина шнура.

По сигналу дети начинают быстро вращать палки обеими руками и, наматывая шнур на палку, продвигаться вперед.

Выигрывает тот, кто раньше наматывает шнур до ленты.

В игре может принимать участие любое количество детей. Каждый раз играет другая пара детей.

Вариант игры. Выигравший получает право играть еще раз с другим партнером.

Чей дольше

Материал. Мелкие цветные волчки; фишки — кружки или квадратики из картона, пластинка для подсчета очков.

Ход игры. Играющие (2—4 человека) одновременно запускают на столе волчки. Чей волчок прокружится дольше, тот и получает очко, т.е. откладывает себе фишку. Кто раньше наберет условленное число очков (5—10), считается выигравшим.

Скорей ко мне

Материал. Различные игрушки-животные на колесиках (собачки, кони и т. д.), причем одновременно могут участвовать только одинаковые игрушки (или кони, или собачки, или другие животные). К игрушкам привязывается шнур длиной 1,5—2 м, второй конец шнура укрепляется на середине палочки (длина ее 20 см).

Ход игры. 2—3 ребенка садятся на стульчики, держа в руках палочку (шнур разматывается до конца, с тем чтобы игрушки стояли расстоянии). По сигналу играющие начинают наматывать шнур на катушку. Выигрывает тот, чей конь (собака, лев) первым придет к хозяину.

Перемени предмет

Материал. 2—3 кубика; 2—3 мешочка с песком; 4—5 флажков.

Ход игры. Играющие встают у черты в 2-3 колонны по век в каждой. На другой стороне площадки, против каждой в круге или на стуле лежит один кубик. У детей, стоящих в колоннах первыми, мешочек с песком.

По сигналу взрослого они бегут к стулу, кладут на него 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 ее. Игра продолжается. Каждый раз ребенку, прибежавшему первым, вручается флажок.

Когда все дети пробегут по одному разу, отмечают, в какой колонне флажков больше.

Указание к игре. 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.

Бильбоке

Материал. Деревянная чашечка на палочке; шарик, на шнуре и привязанный к концу палочки.

Ход игры. В игре могут принять участие 2—3 ребенка. Играющие поочередно (по договоренности) подбрасывают шарик и ловят его

Каждый играющий имеет право 3 раза ловить шарик, после чего он передает игрушку следующему. Игра продолжается до тех пор, пока один из играющих не наберет условленное количество попаданий получает право начинать игру при ее повторении.

Камешки

Материал. 5 небольших более или менее круглых камешков такой величины, чтобы все они уместились в ладони.

Ход игры. Дети, желающие играть, в порядке очередности легким броском рассыпают камешки, потом, выбрав один из них, подбрасывают его вверх и в то время, пока он летит, быстро берут одной рукой камешек со стола и ловят в эту же руку тот, который только что подбросили. Потом, отложив один из пойманных камешков в сторону, снова бросают оставшийся в руке камешек вверх и берут со стола один камешек. Так продолжают действовать, пока не переберут все камешки.

Затем камешки раскладывают на столе по две штуки и, подбросив один вверх, берут уже каждый раз по два камешка. После этого ребенок раскладывает камешки так: три вместе и один в стороне. Снова бросает камешек вверх и, пока он летит, берет уже три камешка. Наконец он кладет все четыре камешка вместе, бросает пятый вверх и в это время захватывает все четыре камешка.

Если ребенок роняет камешек или не успевает захватить лежащие на столе, очередь передается следующему, который начинает игру с той фигуры, на которой остановился он. Выигрывает тот, кто раньше всех выполнит последнюю фигуру.

Бирюльки

Материал. 20 полированных токарных или резных изделий: чашечки, мисочки и т. п.; 2 крючка с деревянными ручками; коробка (бочонок).

Ход игры. В игре могут принять участие 2—5 детей. Играющие по очереди вытаскивают крючком по одной бирюльке из коробки так, чтобы не задеть соседние. Вытащивший бирюльку, не задев соседние, получает право тащить еще раз. После неудачной попытки вытащить бирюльку крючок передается следующему игроку. Выигрывает тот, кто достанет больше бирюлек.

Соломинки

Материал. Ржаные или пшеничные соломинки (выбирать надо более жесткие и ровные), нарезанные на кусочки длиной 12 см в количестве 40—50 штук; из более длинных соломинок делают крючки (для этого следует отрезать колос, верхний тоненький конец соломинки осторожно загнуть в виде крючка и держать над паром до тех пор, пока согнутая соломинка не перестанет разгибаться).

Ход игры. Кто-нибудь из детей, зажав пачку соломинок в руке, ставит их концами на стол, а потом быстро разжимает руку — соломинки рассыпаются. Дети берут крючки и по очереди вытаскивают соломинки. Делать это надо так, чтобы, подцепив одну соломинку, не пошевелить соседние. В противном случае очередь переходит к следующему. Выигрывает тот, кто вытянет большее число соломинок.

Рыбаки и рыбки

Материал. Флажки; веревка; мешочек с песком весом 100—200 г.

Ход игры. Площадка ограничивается с четырех сторон флажками. Это пруд. На одном конце площадки очерчивается глубокое место, на другом — место для пойманных рыб (ведро). «Рыбки» плавают в пруду (дети бегают по площадке), а два «рыбака» (старший и его помощник) ходят вдоль берегов по противоположный! сторонам площадки. В руках «старшего рыбака» (воспитателя) веревка, к концу которой привязан небольшой груз — мешочек с песком. Неожиданно «старший рыбак» говорит своему помощнику, который ходит по другому берегу «лови!» и бросает ему коней веревки с грузом.

«Рыбки» спешат в глубокое место, чтобы не попасть в сеть. Не успевших уплыть в глубокое место рыбаки окружают сетью. Такие «рыбки» считаются пойманными и помещаются в ведро (салятся на скамейку). При словах взрослого «рыбки, плывите!» «рыбки» выплывают из глубокого места и бегают по всей площадке до тех пор, пока «старший рыбак» снова не закинет сеть. Игра повторяется 3—4 раза. После чего подсчитывается число пойманных рыб. «Старший рыбак» выбирает себе нового помощника, и игра возобновляется.

Правила игры. Пойманные «рыбки» не могут вырываться и вылезать из-под веревки, если они были ею окружены. «Рыбки» плывут в глубокое место только после слова взрослого: «лови!». «Рыбаки» не могут закидывать сеть в глубоком месте, т.е. в доме рыбок.

Караси и щука

Ход игры. Один ребенок выбирается щукой. Остальные играющие делятся на две группы: одна из них — камешки — образует круг, другая — караси, они плавают внутри круга. «Щука» находится за кругом.

По сигналу воспитателя «щука!» щука быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. «Караси» спешат поскорее занять место за кем-нибудь из играющих, стоящих по кругу, и присесть («караси» прячутся от «щуки» за «камешки»). «Щука» ловит тех «карасей», которые не успели спрятаться за «камешки». Пойманные уходят за круг.

Игра проводится 3—4 раза, после чего подсчитывается число пойманных. Затем выбирают новую щуку. Дети, стоящие по кругу и внутри его, меняются местами, и игра повторяется.

Лягушки и цапля

Материал. Колышки; веревка; мешочки с песком.

Ход игры. В середине площадки очерчивается квадрат со стороной 4 или 6 м — это болото. В углах квадрата вбиваются колышки так, чтобы их высота над землей составляла 10—15 см. По каждой стороне квадрата протягивается веревка. К концу каждой веревки привязан груз в виде мешочка с песком. Веревка лежит на колышках таким образом, что падает, как только ее заденут.

В одном из углов площадки очерчено место — гнездо цапли. Взрослый назначает одного играющего цаплей, она живет в своем гнезде. Остальные играющие — лягушки, они живут в болоте.

Когда все дети разместились на отведенных для них участках площадки, воспитатель дает сигнал «цапля!». Высоко поднимая ноги, «цапля» направляется к болоту и перешагивает через веревку, чтобы поймать «лягушек». «Лягушки», спасаясь от «цапли», выскакивают из болота, прыгая через веревку любым способом: отталкиваясь двумя ногами, одной ногой, с разбега. «Цапля» ловит не успевших выпрыгнуть из болота «лягушек». Пойманных «цапля» уводит к себе в дом; они временно выбывают из игры.

Если все «лягушки» успели выскочить из болота и «цапля» никого не поймала, она возвращается к себе в дом. Новая «цапля» выбирается после того, как будет поймано 2—3 лягушки.

Правила игры. «Цапля» может ловить лягушек только в болоте. «Лягушки» должны перепрыгивать, а не перешагивать через веревку. «Лягушка», перешагнувшая через веревку, считается пойманной.

Указания к игре. Веревка должна накладываться на колышки и висеть свободно, чтобы она могла упасть, если ее заденут при прыжке.

Если, прыгая через веревку, играющий уронит ее, веревка кладется на колышки взрослым.

Взрослый следит, чтобы играющие не толпились у одной стороны квадрата, а распределялись равномерно вдоль четырех сторон. Если цапля долго не может поймать лягушек, выбирается новая цапля. Когда дети усвоят игру, ее можно усложнить, введя вторую цаплю.

Не попадись!

Ход игры. Чертится круг. Все играющие стоят за ним на расстоянии полушага. Взрослый назначает одного из играющих водящим, который заходит внутрь круга в любом месте.

Играющие запрыгают через линию в круг и, не поворачиваясь, прыгают назад.

Водящий бегает в круге, стараясь коснуться играющих в то время, когда они находятся внутри круга. Тот из играющих, до кого дотронулся водящий, считается проигравшим (но продолжает участвовать в игре).

Через 30—40 с взрослый останавливает игру и считает проигравших. Затем выбирается новый водящий из тех детей, кого ни разу не коснулся водящий.

Правила игры. Линию круга нельзя переходить, ее можно только перепрыгивать. Водящий может касаться играющего в любой момент, когда он в круге, при прыжках вперед и назад, но только не за кругом.

Указания к игре. До начала игры взрослый показывает детям как нужно перепрыгивать через линию круга и обратно, отталкиваясь двумя ногами. При проведении игры взрослый следит за тем, чтобы дети не стояли на месте, а прыгали.

Зайцы и охотники

Материал. 3 мяча

Ход игры. На одной стороне площадки очерчиваются кружки — это норки зайцев, на противоположном конце — дома охотников.

Взрослый назначает 3 охотников и дает им по мячу диаметром 6—8 см. «Охотники» находятся в своих домах. Остальные играющие изображают зайцев, которые прыгают, бегают по всей площадке. По сигналу воспитателя «охотники!» «зайцы» бегут щипаться в свои норки, а «охотники» стреляют в них — бросают мяч. Те, в кого попали мячом, считаются подстреленными и идут в дом охотника.

После 2—3 повторений подсчитывается число «зайцев», которых подстрелил каждый «охотник».

Затем назначаются новые охотники, и игра возобновляется.

Правила игры. Бросать мячом можно только в ноги. «Охотник» может стрелять только из своего дома, т.е. не выходя из кружка.

Не оставайся на полу (на земле)

Материал. Различные предметы высотой 25—40 см — лестницы со ступеньками, доски, поставленные на возвышение, невысокие ящики, скамейки шириной не менее 25 см; повязка на руку; бубен.

Ход игры. В различных местах площадки (комнаты) ближе к ее границам расставлены предметы, на которые дети должны взбираться. Выбирается ловишка. Ему надевают на руку повязку. Дети размещаются в разных местах площадки.

Под удары в бубен дети ходят, бегают или прыгают по площадке в зависимости от того темпа и ритма, который дает воспитатель. Ловишка принимает участие в общем движении. По сигналу воспитателя «лови!» все дети взбираются на расставленные предметы (возвышения). Ловишка ловит тех, кто не успел вскочить на возвышение. Пойманные садятся в стороне.

После того как игра повторена 2—3 раза, проводится подсчет пойманных и выбирается новый ловишка. Игра возобновляется.

Правила игры. Бегать по комнате после слова «лови» нельзя — надо влезать на возвышение. Занимать можно любое место. Ловить надо только после слова «лови».

Указания к игре. Взрослый следит, чтобы дети спрыгивали с возвышения обеими ногами и мягко приземлялись, сгибая колени, а также чтобы разбегались по всей площадке, подальше от предметов, на которые они должны взбираться.

Кто скорее

Материал. Прыгалки (по числу детей); шнур с флажками.

Ход игры. Дети с прыгалками в руках становятся в шеренгу на одной стороне площадки так, чтобы не мешать друг другу. В 15—20 шагах от них проводится черта или протягивается шнур с флажками.

По условленному сигналу все дети одновременно прыгают по направлению черты. Кто раньше окажется на черте, тот считается выигравшим.

Найди, где спрятано

Материал. Флажок или другой предмет.

Ход игры. Дети сидят вдоль стены комнаты или по одной стороне площадки. Взрослый показывает детям флажок и говорит, что он его спрячет. Затем взрослый предлагает детям встать и отвернуться к стене. Убедившись, что никто из детей не смотрит, воспитатель прячет флажок, после чего говорит: «Пора». Дети начинают искать спрятанный флажок. Кто первый его найдет, получает право прятать его при повторении игры.

Указания к игре. Флажок надо спрятать так, чтобы дети его не сразу нашли.

Если дети долго не могут найти флажок, взрослый подходит к месту, где он спрятан, и предлагает детям поискать там. Когда флажок прячет ребенок, ему нужно помочь подыскать подходящее место.

Флажок можно заменить другим предметом.