

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования по Новгородской области**

**Комитет образования Великого Новгорода**

**МАОУ "Средняя общеобразовательная школа №25"**

**РАССМОТРЕНО**

методическим  
объединением учителей  
начальных классов

\_\_\_\_\_  
Мошкова Ю.В.  
Протокол №1 от «30» 08.  
2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по УВР

\_\_\_\_\_  
Равинская А.Ю.  
Протокол №1 от «31» 08.  
2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

\_\_\_\_\_  
Мусаева И.Г.  
Приказ №08.31/1-п от  
«31» 08. 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры»**

**Великий Новгород 2023**

## 1. Пояснительная записка.

Программа курса разработана на основе «Закона об Образовании РФ», в соответствии с требованиями ФГОС НОО, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, на основе примерных программ внеурочной деятельности, Начальное и основное образование, В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов, Москва, Просвещение, 2011 г. Программа учитывает возрастные, общеучебные и психологические особенности младшего школьника.

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития. Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

При раннем занятии ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и необходимы максимальные и сверхмаксимальные нагрузки для их повышения.

При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки в избранном.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преимущество в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

**Цель:** создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

**Основными задачами** реализации поставленной цели являются:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
- развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
- формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;

- развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
- стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
- развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
- воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
- формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

**Актуальность** программы обусловлена тем, что сейчас как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

**Новизна** программы заключается в том, что она предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр, начинающаяся с первого года обучения в учебно-тренировочных группах.

В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

#### *Общая характеристика курса*

Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей младшего школьного возраста. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность

воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора; движения точны и образны, часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами, заманчивыми и любимыми детьми считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший, неповторимый игровой фольклор. Дети разных национальностей, посещая общеобразовательные учреждения, повседневно общаются, рассказывают сказки, рисуют, играют в разные игры, поют и танцуют, внося в свою деятельность элементы национальной культуры. Данный курс призван помочь учащимся находить общий язык со сверстниками, пробудить интерес к многонациональной культуре и искусству своего края через игры, увидеть, что у каждого народа есть свои уникальные игры, не похожие на игры остальных народов, но есть и универсальные игры, хорошо известные детям всего мира. Дети, чаще всего сами являются авторами игр. Буквально все - исторические факторы, география региона, особенности национальной культуры и быта, религия, общественные отношения и пр. может стать темой и сюжетом для игры. Логическим завершением курса может стать интернациональная игра, созданная учащимися, которая будет интересна детям всего мира.

#### *Межпредметные связи программы внеурочной деятельности.*

Нельзя не использовать межпредметные связи в программе внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры», так как многие темы других предметов по своему содержанию достаточно тесно соприкасаются с темами данного курса.

**Связь с математикой.** С определёнными математическими понятиями на начальном этапе обучения учащиеся знакомятся при построении в одну шеренгу ( это прямая), в колонну по два, по три- (параллельные прямые), в круг -(окружность) и т.д. Счет предметов, сравнение предметов, устные вычислительные приемы и т.д. **Связь с литературой.** В процессе игры дети знакомятся с русским народным творчеством: закличками, считалками, песнями, прибаутками, поговорками.

**Связь с окружающим миром.** Для характеристики того или иного периода школьникам напоминают исторические события этого периода, объясняют историческую обусловленность взглядов, идей. Важно познакомить учащихся с жизненными процессами организма не только в состоянии покоя, но и во время мышечной деятельности.

Данная работа начинается с 1класса на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде:

- подвижных игр,
- народных оздоровительных игр,
- прогулок,
- спортивно-оздоровительных часов,
- физкультурных праздников,
- спортивных соревнований.

*Место курса во внеурочной деятельности*

Курс рассчитан на 1 занятие в неделю продолжительностью 35 минут. Согласно учебному плану календарно – тематический план предполагает в 1 классе 31 час и 2 резервных. Занятия проводятся по 35 минут в соответствии с нормами СанПин.

70% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся на свежем воздухе или в спортзале. Остальное время распределено на всевозможные тематические беседы, часы здоровья, подготовку и проведение различных соревнований и внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни

#### *Ценностные ориентиры содержания.*

В своей работе педагог должен ориентироваться не только на усвоение ребёнком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоения знаний и представлений в поведении. Педагог учитывает, что ребёнок, изучая себя, особенности организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать своё здоровье.

Методика работы с детьми должна строиться в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей.

Содержание занятий желательно наполнять сказочными и игровыми сюжетами и персонажами. Введение игры в занятие позволяет сохранить специфику младшего школьного возраста.

Каждое занятие должно приносить детям чувство удовлетворения, лёгкости и радости.

Данная программа строится на принципах:

– научности - содержит анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.

– доступности - содержание курса составлено в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.

– коллективности – ребёнок получает опыт жизни в обществе, опыт взаимодействия с окружающими, с одноклассниками.

– патриотизма – идентификация себя с Россией, её культурой.

При этом необходимо выделить практическую направленность курса.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга

Обеспечение мотивации: «Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни».

#### *Дидактические принципы*

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются: **сознательность и активность**, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность.

**Принцип сознательности и активности** предусматривает воспитание сознательного отношения к занятиям.

**Принцип активности** предполагает умение учащихся быстро принимать и уверенно осуществлять тактические решения. Активность достигается четкой организацией тренировки и живым и интересным её проведением.

**Принцип наглядности** предполагает образцовый показ изучаемых действий, образцовое, доходчивое объяснение и использование разнообразных наглядных пособий.

**Принцип доступности и индивидуальности** предусматривает, чтобы перед занимающимися ставились посильные задачи и подбирались посильные средства для их решения.

**Принцип систематичности и последовательности** предусматривает последовательность в обучении, регулярные занятия, логическую связь предыдущего учебного материала с последующим, постепенное увеличение нагрузки.

**Принцип прочности** предусматривает усвоение знаний, умений, навыков. Основным условием реализации этого признака является многократное повторение упражнений, приемов, действий.

**Особенностью** данной программы ...

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности.**

### **1 класс**

#### **Тема 1. Техника безопасности - 4 часа**

ТБ при проведении подвижных игр.

#### **Тема 2. Беседы - 4 часа**

Беседа «Возникновение подвижных игр». Беседа «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Беседа «Основы строения и функций организма». Беседа «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».

#### **Тема 3. Игры - 25 часов**

Игровое упражнение «Быстро встань в колонну», подвижная игра «Ловишки». «Совушка», «Догони свою пару». «Передача мяча в колонне». Подвижная игра «Жмурки», игра «Удочка», игра малой подвижности «Эхо». «Перелет птиц», игровое упражнение «Передача мяча колонне». «Успей добежать». «Догони свою пару», игра «Кто ушел?». «Кого назвали, тот ловит», игра средней подвижности «Воротца». Игровое упражнение «Снежки летят», «Воробьи и кошка». Игровые упражнения и подвижные игры без лыж. «Кто быстрее», «Перелет птиц», «Лепка снежков и бросание их вдаль». «Паук и мухи», игра малой подвижности «Река и ров». «Мышеловка», игра малой подвижности «Затейники». «Море волнуется», эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге», эстафета с мячом. «Охотник и зайцы», игра малой подвижности «Летает, не летает». «Найди предмет». «Пустое место», «Мяч в воздухе».

## **3. Предполагаемые результаты реализации программы.**

*Программа предусматривает достижение 3 уровней результатов.*

**Результаты первого уровня** (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности в повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности на занятиях спортом; о народных играх; о правилах конструктивной групповой работы; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации. Достижение первого уровня результатов происходит через соревнования школьников внутри класса.

*Личностными результатами* изучения курса является формирование следующих умений:

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- овладение навыками адаптации в динамично развивающемся мире.

*Метапредметными результатами* является формирование следующих универсальных учебных действий:

- формирование жизненно важных двигательных умений и навыков;
- формирование знаний о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе;
- формирование знаний о нормах отношения к природе.

*Предметными результатами* является формирование следующих умений:

- овладение навыками ходьбы, бега, прыжков, метания, лазания, равновесия;
- формирование навыков по освоению упражнений для организации и проведения малых форм физической культуры;
- формирование навыков ведения игры (определение капитанов, ролей, умение выступать в качестве помощника судьи).

**Результаты второго уровня** (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физической культуре, к природе, к родному отечеству, к труду и другим людям. Достижение второго уровня результатов происходит через соревнования между классами.

*Личностными результатами* изучения курса является формирование следующих умений:

- положительное отношение к физической культуре;
- формирование установки на здоровый образ жизни.

*Метапредметными результатами* является формирование следующих универсальных учебных действий:

- развитие навыков бесконфликтности;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.

*Предметными результатами* является формирование следующих умений:

- уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями;
- владеть мячом: держание, передача на расстоянии до 5 метров, ловля и ведение;
- преодолеть с помощью бега и прыжков полосу препятствий.

**Результаты третьего уровня** (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и организации их досуга; опыта волонтерской деятельности; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других. Достижение третьего уровня происходит через выход в социум (соревнование между школами микрорайона).

*Личностными результатами* изучения курса является формирование следующих умений:

- формирование положительного отношения к физической культуре ;
- нацеленность на здоровый образ жизни и физическое совершенство.

*Метапредметными результатами* является формирование следующих универсальных учебных действий:

- формирование спортивного образа жизни, предусматривающего активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия спортом своё ближайшее окружение.

*Предметными результатами* является формирование следующих умений:

- самостоятельное использование достижений физической культуры в развитии и поддержании своих двигательных способностей

### **Ожидаемые результаты 1 класс.**

*Личностные результаты*

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

– оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

*Метапредметные результаты*

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

#### ***4. Тематическое планирование.***

##### ***1 класс***

№	Тема	Вид занятий	Дата
---	------	-------------	------



		Аудитор	Внеаудит	План	Факт
1	Вас приглашает страна Игр. ТБ при проведении подвижных игр.	1			
2	Правила игры. Обязательны ли они для всех? Игра «Ловушка».		1		
3	Правила безопасности в играх. Игровое упражнение «Быстро встань в колонну».		1		
4	Беседа «Возникновение подвижных игр». Игра «Совушка».		1		
5	Здоровый образ жизни. Игра «Удочка».		1		
6	Игра «Удочка», игра малой подвижности «Эхо».		1		
7	Игра «Перелет птиц», игровое упражнение «Передача мяча колонне».		1		
8	Игра «Успей добежать», игра малой подвижности «Кто ушел?»		1		
9	Беседа «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде».		1		
10	Игра «Догони свою пару», игра малой подвижности «Поймай мяч».		1		
11	Игра «Ловишки», эстафета «Передача мяча в колонне».		1		
12	Игра «Мышеловка», игра малой подвижности «Затейники».		1		
13	Игра «Кого назвали, тот ловит», игра средней подвижности «Воротца».		1		
14	Игровые упражнения и подвижные игры без лыж.		1		
15	Игровые упражнения без лыж. «Лепка снежков и бросание их вдаль».		1		
16	ТБ. Игровое упражнение «Снежинки летят».		1		
17	ТБ «Профилактика травматизма». Подвижная игра «Перелет птиц».		1		
18	Беседа «Основы строения и функций организма». Игра «Кто быстрее?»		1		
19	Подвижная игра «Охотник и зайцы», игра малой подвижности «Эхо».		1		
20	Подвижная игра «Море волнуется», эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге».		1		
21	Подвижная игра «Паук и мухи», игра малой подвижности «Летает, не летает».		1		
22	Подвижная игра «Мяч в воздухе», игра малой подвижности «Кто ушел?»		1		
23	Подвижная игра «Жмурки», игра малой подвижности «Найди предмет».		1		
24	Подвижная игра «Мышеловка», «Догони свою пару».		1		
25	Игры с мячом. Эстафеты.		1		
26	Беседа «Характерные спортивные травмы и их предупреждение».		1		
27	Веселые старты. Спортивные эстафеты.		1		

28	Подвижная игра «Жмурки», «Пустое место».		1		
29	Подвижная игра «Паук и мухи», игра малой подвижности «Река и ров».		1		
30	Подвижная игра «Воробьи и кошка», «Мяч в воздухе».		1		
31	Подвижная игра «Пустое место», игра «Летает, не летает».		1		
32	Резервный урок.		1		
33	Резервный урок		1		

### **5. Материально-техническое обеспечение курса.**

- С.К. Якуб «Старинные русские игры». - М.: Детская литература, 1999.
- А.В. Кенеман «Детские подвижные народные игры». - М.: Просвещение, 2000.
- В.Н. Дмитриев «Игры на открытом воздухе». - М., 1998.
- Антонова Ю. А. «Лучшие спортивные игры для детей и родителей», Москва, 2006 год.
- Гришина Г.Н. Любимые детские игры, Москва, «Творческий Центр», 2009 год.
- «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВАКО, 2005 г
- Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
- В.А. Горский, Примерные программы внеурочной деятельности, М. Просвещение, 2011 г
- Методические разработки праздников
- Мячи, скакалки, обручи, малые мячи, матрасы, кегли, мешки
- Интерактивная доска, проектор
- Приёмы самомассажа и релаксации
- Электронные презентации

### **Краткое содержание игр (приложение)**

#### **1 класс**

#### **«Ловушка»**

Все играющие встают в три круга, взявшись за руки. Крайние идут вправо, средний круг идет влево, хлопая в ладоши. Поют песню. По сигналу (хлопок, свисток) игроки

крайних кругов подают друг другу руки, стараясь захватить в капкан среднего. Захваченный встает в один из крайних кругов.

### **«Мышеловка»**

---

Дети становятся в круг, взявшись за руки - это мышеловка. Один или двое детей - «мышки». Они вне круга. Дети, взявшись за руки и подняв их вверх, двигаются по кругу со словами:

Ах, как мыши надоели,  
Все погрызли, всё поели!  
Берегитесь же, плутовки,  
Доберёмся мы до вас!  
Вот захлопнем мышеловку  
И поймаем сразу вас!

Во время произнесения текста "мышки" вбегают и выбегают из круга. С последним словом "мышеловка захлопывается" - дети опускают руки и садятся на корточки. Не успевшие выбежать из круга "мышки" считаются пойманными и встают в круг. Выбираются другие "мышки".

### **«Удочка»**

---

Стоящий в центре водящий раскручивает прыгалки, а остальные, расположившись по кругу, должны вовремя подпрыгнуть, чтобы прыгалки не задели по ногам.

Кто попался на удочку, тому водить.

### **«Воротца»**

Двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх.

Получаются «ворота». Остальные дети встают друг за другом и к берутся за руки.

Получившаяся цепочка должна пройти под воротами.

«Ворота» произносят:

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

После этих слов «ворота» резко опускают руки, и те дети, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротами». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается. Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами».

### **«Совушка»**

Перед началом игры выбирается «Совушка», которая должна сидеть в гнезде. Гнездом может быть что угодно, например начерченный на земле круг. Все остальные участники игры должны в хаотичном порядке расположиться по игровой площадке. По звуковому сигналу ведущего: «День наступает – все оживает», дети должны спокойно бегать, прыгать по площадке, изображая всевозможных зверей, птиц или насекомых. А «Совушка» в это время спокойно спит в своем гнезде. Далее звучит следующая команда ведущего «Ночь наступает – все замирает» и в этот момент все дети должны замереть в той позе, в которой они оказались во время звучания команды. Сова в это время просыпается и вылетает на охоту. Она должна заметить игроков, которые пошевелились, и увести к себе в гнездо. Все пойманные соевой игроками в последующих раундах становятся совами и все вместе по определенной команде вылетают на охоту. Игра ведется до того

момента, пока не будут пойманы все участники игры. По результатам игры также можно отметить того участника, который поймал всех больше игроков....

### **«Жмурки»**

С помощью считалки выбирают водящего ? *жмурку*. Ему завязывают глаза, отводят на середину игровой площадки, заставляют несколько раз повернуться вокруг себя и спрашивают:

- *Кот, кот, на чем стоишь?*

- *На квашне.*

- *Что в квашне?*

- *Квас.*

- *Лови мышей, а не нас!*

После этих слов участники игры разбегаются, а *жмурка* их ловит. Пойманный меняется ролями *сводящим*.

*Жмурке* запрещено сдвигать с глаз повязку, а убегающие не имеют права покидать площадку.

### **«Перелёт птиц»**

Описание игры: Дети стоят на одном конце зала, они птицы. На другом конце зала вышка (гимнастическая стенка). По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» - птицы летят расправив крылья. По сигналу «Буря!» - птицы летят на вышку – скрываются от бури на деревьях. После слов: «Буря прекратилась», - птицы снова летят.

### **«Ловишки»**

По обеим сторонам площадки проводятся две черты. Группа детей становится на каждой стороне площадки за чертой. На середине между двумя линиями находится ребенок – ловишка. После слов: «Раз, два, три – лови!» - дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит их. Тот, до кого ловишка дотронется, выбывает из игры. После 2 перебежек производится подсчет пойманных и выбирают новых ловишек.

### **Эстафета**

Играющие в двух колоннах, выстраиваются параллельно друг другу у лицевой линии. По сигналу первые ведут мяч вперед до противоположной стороны (до отмеченного места), останавливаются, бросают мяч двумя руками в стену, ловят его, и ведут мяч обратно. На расстоянии 3-4 м от колонны они останавливаются, передают мяч двумя руками от груди очередному игроку и сами становятся в конец колонны. Команда, закончившая ведение быстрее, выигрывает. Можно на пути ведения расставить булавы, тогда игроки должны вести мяч, обводя их.

Команды становятся в одну линию друг за другом, и каждый участник получает по одному снежку (снежки можно изготовить на уроках художественного труда из фольги.) По команде учителя игрок бросает первый снежок, а второй ребенок бежит к месту падения «снежного снаряда» и оттуда запускает свой снежок. Таким же образом поступают и все остальные игроки из команды. Когда все участники сделали бросок, победа присуждается той команде, которая отошла дальше от стартовой линии, то есть побеждают те, чьи броски в сумме оказались самыми дальними.

Дети становятся в 2 колонны парами за линию на одной стороне площадки, количество пар в колоннах должно быть одинаковым. На противоположной 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 перебегут 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.

#### **«Догони свою пару».**

Двое детей становятся один за другим на расстоянии 2-3 шагов у края площадки. По сигналу: «Раз два, три - беги!» - стоящий впереди бежит на противоположную сторону площадки, где проведена черта, за которой ловить нельзя. Стоящий сзади должен поймать убегающего до того, как он достигнет черты. Если ловящий не поймает убегающего, они выполняют задание еще раз, а если поймает, дети меняются ролями.

#### **«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!» 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.

#### **«Перелет птиц»**

На одном конце зала находятся дети — они «птицы». На другом конце зала — гимнастические скамейки, кубы и т. п. — это «деревья». По команде инструктора: «Птицы улетают!» дети, махая руками, как крыльями, разбегаются по всему залу. По команде инструктора: «Буря!» бегут к возвышенностям и прячутся там. Когда инструктор скажет: «Буря прекратилась!», дети спускаются, («птицы» продолжают свои «полеты»). Во время игры инструктор в обязательном порядке осуществляет страховку детей, особенно при спуске. Игра продолжается 2-3 раза.

#### **«Кого назвали, тот и ловит»**

Выбирается один водящий, который стоит в обруче, лежащем на полу в центре площадки. По команде инструктора: «Начали!» дети бегают, прыгают, ходят. Водящий бросает мяч вверх, громко говоря чье-нибудь имя, например Вася, и убегает. Вася бежит, ловит мяч, встает в обруч, также называет имя. Бросает мяч, убегает и т. д.

#### **«Охотники и зайцы»**

С помощью считалочки выбирается «охотник», остальные дети — «зайцы». На одной стороне зала — дом «охотника», на другой — дом «зайцев». Под начало музыки выходит «охотник» и ищет следы «зайцев», затем возвращается к себе. «Зайцы» выскакивают из своего дома и прыгают по всей площадке-поляне на двух ногах в разных исправлениях. По команде инструктора: «Охотник!» «зайцы» убегают к себе в дом, а «охотник» бросает маленькие мячи в «зайцев», как будто стреляет из ружья. Тот, в кого «охотник» попал мячом, считается убитым и уходит в дом «охотника».

Игра повторяется с новым «охотником». Отмечается самый меткий «охотник», с большинством убитых «зайцев».

#### **«Затейник»**

С помощью считалочки выбирается затейник, который встает в центре круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу вправо, потом 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. Все должны его повторить. Тот, кто лучше всех повторит движение, становится новым затейником. Игра повторяется 2-3 раза.

### **«Кто быстрее».**

Дети все вместе лепят снеговика. Отходят от него на расстояние 3м, лепят снежок и кладут его перед собой. По команде инструктора: «Начали!» дети прыгают на двух ногах до снеговика, вокруг него и обратно, берут свой снежок и поднимают вверх. Отмечаются самые быстрые и шустрые дети. (2-3 раза)

### **«Эхо»**

Играющие встают в круг. Первый игрок называет свое имя и показывает любое движение (поворот, хлопок в ладоши, прыжок и т.п.). Все дети хором три раза повторяют имя и движение, стараясь произносить с той же интонацией, что и первый игрок. Затем следующий ребенок называет свое имя и показывает движение, все повторяют, и т.д., пока все дети не назовут свои имена.

### **«Воробьи и кошка»**

На игровом поле обозначается круг, диаметр которого около десяти метров. Из участников игры выбирается водящий – «кошка». Он располагается внутри очерченной окружности. Ведущий подает сигнал и остальные игроки, находящиеся за пределами окружности (их назовем – «воробьи»), начинают запрыгивать внутрь круга и выпрыгивать обратно. «Кошке» необходимо осалить «воробьев», пока те находятся в пределах окружности. Пойманные участники остаются в круге.

«Воробьям» пересекать границу круга можно только прыжками, если участники перебегут черту, они будут считаться пойманными. Перед началом игры требуется договориться: запрыгивать и выпрыгивать из круга на двух ногах или на одной ноге.

### **«Пауки и мухи»**

Описание: в одном из углов зала кружком обозначается паутина, в которой находится паук — водящий. Все остальные ребята — мухи. Все мухи «летают» по залу, жужжат. По сигналу ведущего «Паук!» мухи замирают. Паук выходит из укрытия и внимательно осматривает всех мух. Тех, которые пошевелились, он отводит в свою паутину. После двух-трех повторений, подсчитывается количество пойманных мух.

### **«Пустое место»**

Задачи: развивать скорость реакции, ловкость, внимательность, способствовать улучшению беговых навыков.

Описание: участники образуют круг, а водящий располагается за кругом. Дотрагиваясь до плеча одного из игроков, он тем самым вызывает его на соревнования. После этого водящий и тот участник, которого он выбрал, бегут вдоль круга в противоположных направлениях. Тот из них, кто первым займет пустое место, оставленное выбранным игроком, остается в кругу. Оставшийся без места становится водящим.

### **«Река и ров»**

Игроки строятся на середине площадки (комнаты) в колонну по одному. Справа и слева от колонны в зависимости от сигнала ведущего могут быть расположены «река» или «ров». Через «реку» надо переплыть (идти, имитируя руками движения пловца), а через «ров» – перепрыгнуть. По сигналу ведущего, например, «ров – справа» дети поворачиваются направо и прыгают вперед. Тот, кто прыгнул в другую сторону, считается упавшим в реку, ему помогают выбраться, подавая руку. Затем все возвращаются к начальному построению. Так, чередуя слова «река», «ров» и направления сторон – «слева», «справа», ведущий продолжает игру. В конце игры подводятся итоги – кто же оказался самым внимательным и ни разу не попал в ров или в реку.

### **«Найди предмет»**

Каждый из гостей в тайне от остальных прячет в своей одежде один из небольших предметов, которые предварительно раздает ведущий. Ведущий вывешивает список всех спрятанных предметов и объявляет начало игры. Гости начинают искать предметы друг на друге.

Побеждает гость, обнаруживший наибольшее количество спрятанных предметов. Ведущий в процессе игры записывает: кто и сколько предметов обнаружил.

Игра может продолжаться в течении всей вечеринки и поможет познакомиться гостям друг с другом.

### **«Мяч в воздухе»**

Игроки делятся на 2 команды и встают каждая в свой круг. По сигналу начинается передача мяча (заранее обусловленным способом) в любом направлении. Игрок, допустивший ошибку, покидает круг. Игра продолжается до тех пор, пока в круге не останется один человек, который считается победителем в своей команде. Затем победители каждой команды играют между собой, выявляя чемпиона.

*Вариант:* игроки не выбывают, а за ошибки командам, которые они представляют, начисляют штрафные очки. Выигрывает команда, у которой сумма штрафных очков меньше.

*Методические указания.* Игра большой интенсивности, педагогу следует быть особо внимательным

*2 класс*

### **«Карлики и великаны»**

Игроки строятся в одну шеренгу (или в круг). По команде «Великаны» они встают на носки и поднимают руки вверх, а по команде «карлики» - приседают как можно ниже, руки на пол. Тот, кто ошибся, должен сделать шаг вперед. После 6-8 команд подвести итоги.

*Вариант.* Можно усложнить игру. Преподаватель подает команду «Карлики», а сам поднимается на носки; по команде «Великаны» - приседает. Дети должны выполнять то, что слышат, а не то, что видят.

### **К своим флажкам**

Играющие делятся на 3—4 группы. На игровой площадке чертятся кружки диаметром 1,5—2 м по числу играющих групп (3—4). В центре кружка стоит игрок с флажком

определенного цвета (для каждой группы свой), а вокруг него собираются остальные игроки команды.

По сигналу учителя или по его команде: «Побежали!» все участники игры, кроме одного в каждой группе с флажком, разбегаются по площадке. По повторному сигналу или команде «Стоп!» все останавливаются, приседают и закрывают глаза. В это время игроки с флажками меняются местами, переходя из круга в круг.

Учитель вновь подает команду: «К своим флажкам!» Играющие открывают глаза и бегут в круг, где стоит игрок с флажком цвета их группы. Выигрывает группа, быстрее других собравшаяся в своем круге.

**Вариант игры:** собираться можно в колонны, шеренги, парами и т. д.

### ***Подвижная игра «Светофор»***

***Атрибуты:***

- Цветные картонные кружки (желтый, зеленый, красный);
- Макет светофора.

Ведущий, раздав детям кружки зеленого, желтого, красного цветов, последовательно переключает светофор, а дети показывают соответствующие кружки и объясняют, что означает каждый из них.

Выигрывает тот, кто правильно покажет все кружки и расскажет о значении цвета.

### **Игра "Запрещенное движение"**

**Правила игры:**

- 1) Воспитатель или ведущий становится в центр зала, площадки. Дети выстраиваются в колонну друг за другом.
- 2) Перед началом игры выбирается одно «запрещенное движение», например, «прыжок» или «руки вверх», несколько раз демонстрируется детям.
- 3) Дети ходят по кругу и повторяют движения, которые им показывает ведущий. Задача детей не повторить именно «запрещенное движение».
- 4) Если ребенок сделал «запрещенное движение», он становится в конец колонны.
- 5) Тем самым более внимательные дети-победители останутся в начале колонны.

**Совет:** Время от времени можно менять «запрещенное движение», таким образом, усложняя игру

### **«Быстро по местам»**

Дети строятся в две колонны на расстоянии вытянутых вперед рук. После слов учителя «На прогулку!» играющие разбегаются по площадке в разные стороны. По второй команде «По местам!» они строятся на том же месте и в том же порядке, как и в начале игры. Побеждает колонна, сумевшая первой построиться правильно.

### **«Птица без гнезда»**

Играющие делятся на пары и встают в большой круг на некотором расстоянии друг от друга. Тот, кто в паре стоит первым, т.е. ближе к кругу, – гнездо, второй за ним – птица. В центре круга чертят небольшой кружок – там водящий. Он считает: «Раз...» – игроки, изображающие гнезда, ставят руки на пояс; «Два...» – игрок-птица кладет руки на плечи впереди стоящему, т.е. птица садится в гнездо; «Три!» – птицы вылетают из гнезда и летают по всей площадке. По сигналу водящего «Все птицы по домам!» каждая птица стремится занять свой дом-гнездо, т.е. встать за игроком-гнездом и положить ему руки на плечи. Одновременно водящий стремится занять одно из гнезд.

При повторении игры дети меняются ролями.



**Правила игры.** Птицы вылетают только на счет «Три!». Водящий не должен выходить за границы малого круга, пока птицы летают по площадке.

#### **«Пятнашки»**

По считалке играющие выбирают водящего - пятнашку. Все дети разбегаются по площадке, а пятнашка их ловит. Тот, кого пятнашка коснется рукой, становится водящим пятнашкой.

#### **«Волк во рву»**

Посреди площадки проводятся две параллельные линии на расстоянии 1 метр одна от другой. Это "ров", один - два "волка" становятся во рву. Все остальные - "козы", размещаются на одной стороне площадки - "пастбище". По сигналу "козы" бегут на "пастбище" и перепрыгивают через ров. "Волки", не выходя из рва, пытаются осалить как можно больше коз. Осаленные отходят в сторону, их подсчитывают. Затем по сигналу козы опять перебегают на другую сторону, в дом, а волки их ловят во рву.

После 2-4 перебежек выбираются новые волки. Выигрывают козы, не пойманные ни разу, и волки, поймавшие больше коз.

#### **«Воробьи-попрыгунчики»**

На полу или земле чертятся круг диаметром 4м. Водящая "кошка" становится в середине круга, остальные участники игры "воробьи". Они находятся вне круга. По сигналу воспитателя "воробьи" начинают прыгать в круг и выпрыгивать из него. Пойманный находится в центре. Когда попадают все "воробьи", выбирается новая кошка.

#### **«День и ночь»**

Играющих делят на две команды, которые становятся в две шеренги у средней линии площадки спиной друг к другу на расстоянии 2 м. Одна команда - «день», другая - «ночь». Педагог называет ту или иную команду неожиданно. Если он говорит «ночь», то эта команда убегает, а команда «день» догоняет ее. Затем подсчитывают осаленных, и все игроки становятся на свои места. Очередность вызовов команд не соблюдают, но число вызовов должно быть одинаковым. Выигрывает команда, осалившая больше игроков. Исходное положение можно менять: стоя лицом, боком друг к другу и т. д.

#### **«Кошки-мышки»**

По считалке выбирают кошку и мышку. Все остальные играющие становятся в круг и они берутся за руки. Кошка выходит за кругом, а мышка заходит внутри круга. Кошка все время старается прорваться к мышке, но ее оберегают остальные игроки. Они мешают кошке, когда она хочет проскочить низом, опуская руки. Игроки стараются не дать кошке перепрыгнуть через сомкнутые руки, поднимая их...

Но когда кошке удастся прорваться в круг, игроки стараются побыстрее разомкнуть цепь, чтобы мышка смогла выскочить за пределы круга, убежать от кошки. Как только мышка выбежала за пределы круга они должны снова взяться за руки, чтобы следом за мышкой не выбежала из круга и кошка. Если кошка не успела выйти из круга, тогда мышка, находясь снаружи, поддразнивает кошку. Кошка, тем временем, старается выскочить из круга и когда это ей удастся, игрокам на время необходимо снова разомкнуть руки, с тем чтобы впустить мышку, но не кошку... Игра "Кошки-мышки" продолжается до тех пор, пока кошка не поймает мышку, и тогда они меняются ролями. В дальнейшем можно выбрать новых кошку и мышку.

### **Игра «Через ручеек»**

В длину площадке положены две ленты на расстоянии 1,5-2 м одна от другой – это «ручеек». В четырех местах ручейка положены квадратные доски на расстоянии 15-25 см одна от другой. Это – «камушки». Отмеченные воспитателем дети (3-4) подходят к ручейку и встают каждый напротив камушка. На сигнал воспитателя: «Переходите ручеек» дети перепрыгивают с досточки на доску. Остальные дети сидят на стульчиках и наблюдают. Кто оступился и «замочил ноги», тот идет на свое место «сушится». После того как все дети перейдут через ручеек, игра заканчивается. Выигрывает тот, Кто ни разу

### **«Пчелы и медвежата»**

Описание: участники делятся на две команды — «медведей» и «пчел». Перед началом игры «пчелы» занимают места в своих «ульях» (ульями могут послужить скамейки, лесенки). По команде ведущего «пчелы» улетают на луг за медом, а в это время «медведи» забираются в «ульи» и лакомятся медом. Услышав сигнал «Медведи!», все «пчелы» возвращаются в «ульи» и «жалят» (саят) не успевших убежать «медведей». В следующий раз ужаленный «медведь» уже не выходит за медом, а остается в берлоге.

### **«Вороны и воробьи»**

На линиях в 3 – 5 м. друг от друга команды располагаются шеренгами спиной друг к другу. Одна команда – «Вороны», другая – «Воробьи». По сигналу «вороны» одноименная команда убегает, а другая старается догнать и «осалить» убегающих до определенной отметки. Побеждает команда, «осалившая» большее число игроков другой команды.

### **«Два Мороза»**

Играющие располагаются по одной стороне площадки, на середине двое водящих – два Мороза». Морозы обращаются к ребятам со словами: «Мы два брата молодые, два Мороза удалые!» Один из них, указывая на себя, говорит: «Я Мороз – синий нос». Другой: «Я Мороз – красный нос». И вместе: «Кто из вас решится в путь-дорожку пуститься?» Все ребята отвечают: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!» После этих слов дети перебегают на другую сторону площадки. Водящие стараются «осалить» перебегающих, «осаленные» остаются на том месте, где их «заморозил Мороз».

Во время следующих перебежек играющие могут выручить «замороженных» ребят, дотрагиваясь до них руками. После нескольких перебежек назначаются другие Морозы. Отмечаются те дети, которые не попали к Морозам ни разу, а также лучшая пара водящих.

### **«Поймай рыбку»**

Играют две команды. Одна команда, взявшись за руки, образует "бредень" и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников "рыбу". Пойманные игроки выбывают из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая "рыбы" больше. "Рыба" считается пойманной в том случае, если рыбакам удастся образовать вокруг нее круг. Игра повторяется несколько раз.

### **«Третий лишний»**

Все становятся парами в круг. Двое водящих - в стороне. По команде учителя один убегает, другой догоняет. Убегающий подбегает к какой-нибудь паре и берет одного под руку. Тот кто остался без пары начинает убегать. И так до тех пор, пока кого-то не поймают.

### **«Ловушки-перебежки»**

Играющих выстраивают в круг, руки за спиной. Водящий бежит за кругом и дотрагивается до руки одного из играющих. Игрок, до которого дотронулся водящий, бежит в обратную сторону, стремясь быстрее водящего занять свое место. Кто из бегущих останется без места, тот и становится водящим.

### **«Веребочка»**

Играющие образуют круг, держась руками за веревку. Водящий, передвигаясь произвольно внутри круга, старается ударить кого-либо по руке. Кто не успел отдернуть руку, становится водящим

### **«Мишень»**

Выберите себе мишень – нарисуйте на бумаге и прикрепите, или просто пометьте мелом на заборе или другой поверхности. Снежки можно изготовить на уроках художественного труда из фольги. Чья команда большее количество раз попадет в мишень.

### **Гуси-лебеди**

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

Ход игры: на одном краю зала обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположной – стоит пастух. Сбоку – логово, в котором живет волк. Остальное – луг. Выбираются дети исполняющие роли волка и пастуха, остальные – гуси. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся.

Пастух: Гуси, гуси!

Гуси: Га-га-га!

Пастух: Есть хотите?

Гуси: Да-да-да!

Пастух: Так летите.

Гуси: Нам нельзя, серый волк под горой не пускает нас домой!

Пастух: Ну, летите, как хотите, только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья, летят, а волк старается их поймать. После нескольких перебежек подсчитывается количество пойменных.

### **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.

### **«Хитрая лиса»**

Описание: Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга отчерчивается дом лисы. Воспитатель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит «Я иду искать в лесе хитрую и рыжую лису!», дотрагивается до одного из играющих, который становится хитрой лисой. Затем воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затем громче «Хитрая лиса, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Хитрая лиса быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, говорит «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманного лиса отводит домой в нору.

Правила: Лиса начинает ловить детей только после того, как играющие в 3 раз хором спросят и лиса скажет «Я здесь!»

Если лиса выдала себя раньше, воспитатель назначает новую лису.

Играющий, выбежавший за границу площадки, считается пойманным.

Варианты: Выбираются 2 лисы.

### «Не ошибись»

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.

### «Статуя»

На земле очерчивается достаточно большая площадка, а сами участники делятся на ловцов и убегающих. На каждые 5 игроков назначают одного ловца. Ловцы выходят за пределы поля, а убегающие свободно располагаются на площадке. По сигналу ловцы преследуют остальных игроков, стремясь одного из них осалить. Осаленный должен сразу же замереть на месте, в том положении, в котором его осалили, становясь "статуей". Осаленного, может попытаться "освободить" касанием любой игрок. Убегающим запрещено покидать пределы поля. Игра ведется до тех пор, пока все убегающие не будут осалены. После чего выбирают других ловцов, и продолжают игру.

### «Беги и собирай»

Состязаются три команды не менее чем по 8-10 человек в каждой. Команды выстраиваются в колонны. Напротив них на расстоянии 50 м воткнуты три флажка. На пути к флажкам разбросаны бумажки разных цветов: белые, красные, синие. По знаку судьи стоящие первыми игроки бегут до флажков, обходят их и возвращаются в конец колонны. Во время бега можно стараться собирать бумажки. Вернувшийся первым получает 10 очков, вторым – 5 очков. Так же считаются собранные каждым бумажки. За каждую синюю начисляют 3 очка. За красную 2 и за белую 1 очко.

Затем бегут игроки под вторым номером, затем под третьим и т.д. В конце игры очки всех игроков команды суммируются, и побеждает команда, набравшая большее их количество.

### «Кот проснулся»

Дети, с помощью педагога или самостоятельно, считалкой выбирают кота, остальные дети становятся мышами. Кот «живет» в своем домике (стульчик, мыши «живут» в своих домиках (стульчики). Домики находятся напротив друг друга, на расстоянии 5 — 6 метров.

Кот читает стихотворение, выполняя движения по тексту:

**Я — красивый рыжий кот**

**У меня — пушистый хвост**

**Мышек очень я люблю,**

### **Их ловлю, ловлю, ловлю.**

Затем кот садится на стульчик (в домик, «засыпает».

«Мыши», сидя в домике, поют коту колыбельную песенку:

**Спи, усни, спи, усни.**

**Кот пушистый, спи — усни.**

/можно спеть на любую знакомую спокойную (колыбельную) мелодию или придумать вместе с детьми новую/

Затем, «мышки» встают и со словами «Тише, мыши, кот услышит» двигаются к домику кота.

Дети двигаются в ритме музыки.

Неожиданно звучит громкий аккорд (или удар в бубен, «кот» просыпается и начинает догонять «мышей»). «Мыши» стараются убежать в свои домики.

Котом становится пойманный ребенок или выбирается как в начале игры.

Пение можно заменить на проговаривание.

### **«У ребят порядок строгий»**

Играющие в шеренге. По сигналу учителя они разбегаются по площадке (залу) и произносят (поют): *У ребят порядок строгий, знают все свои места. Ну, трубите веселее: Тра-та-та,*

*тра-та-та!* Сигнал учителя. Играющие быстро строятся в шеренгу в указанном месте.

Места построения во время игры меняются.

Строиться можно не только в шеренгу, но и в колонну. Игру можно проводить под музыку.

## **3 класс**

### **«У медведя во бору»**

Выбирается "медведь", который садится в стороне. Остальные, делая вид, что собирают грибы-ягоды и кладут их в лукошко, подходят к "медведю", напевая (приговаривая):

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

Медведь сидит,

На нас глядит.

(Варианты: Медведь не спит

И на нас рычит!

или: Медведь простыл,

На печи застыл!)

Лукошко опрокинулось (дети жестом показывают, как опрокинулось лукошко),

Медведь за нами кинулся!

Дети разбегаются, "медведь" их ловит. Первый пойманный становится "медведем".

### **«Вызов номеров»**

Играющих делят на две команды, которые выстраиваются в две колонны у лицевой линии. Команды рассчитываются по порядку. Каждый игрок запоминает свой номер. На средней линии напротив каждой колонны ставят булавы. Педагог называет один из номеров. Игроки обеих команд, стоящие под этим номером, бегут до булавы, оббегают их и возвращаются обратно. Победитель приносит своей команде очко. Игра продолжается до тех пор, пока не будут вызваны все номера. Команда, набравшая наибольшее количество очков, побеждает. Можно усложнить игру, если предложить игрокам бежать спиной вперед, боком, приставными шагами или поставить на пути препятствия.

### **«Салки»**

Играющие свободно располагаются на площадке (в зале). Один из участников — водящий. По сигналу водящий старается догнать перебегающих и запятнать. Пойманный становится водящим. Он останавливается, поднимает руку и громко говорит: «Я — салка (догонялка)!», после чего игра продолжается. Варианты: при большом количестве играющих выделяется несколько водящих (два-три); игрока, который присел, нельзя салить («Салки с приседанием»); игрок, спасаясь от водящего, берет кого-либо за руку — его пятнать нельзя («Салки, дай руку»); играющие прыгают на одной ноге («Салки с прыжками на одной ноге»).

#### **«Наперегонки парами»**

Играющих делят на две равные команды и выстраивают в колонны. Колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м (можно и больше). Перед всеми группами проводят стартовые линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флажку. По сигналу педагога игроки с флажками бегут к противоположной группе, отдают впередистоящим флажки, а сами становятся сзади этой половины команды. То же делают игроки, получившие флажки. Игра заканчивается, когда последний из перебегающих игроков какой-либо из команд передает флажок начавшему эстафету игроку. Побеждает команда, закончившая передачу флажков раньше.

#### **«С кочки на кочку»**

Учитель чертит на снегу круги диаметром 30-40 сантиметров. Расстояние между кругами - 40-50 сантиметров. Ребенку нужно прыгать с кочки на кочку (то есть из круга в круг), стараясь побыстрее перебраться с первой кочки на последнюю. Отталкиваться надо обязательно обеими ногами: присесть, согнув ноги в коленях, затем прыжок.

#### **«Зима и лето»**

Стоящие в две шеренги дети поворачиваются спиной друг к другу. Одна шеренга – зима, другая – лето. По сигналу «Зима!» -игроки этой команды поворачиваются кругом и ловят каждый свою пару. То же по сигналу – «Лето!»

2 вариант

У каждого ребёнка мяч малого диаметра, по сигналу дети поворачиваются и бросают мяч в свою пару.

#### **«Найди себе пару»**

Описание игры: Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару! », дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары. Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!»

Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя.

Каждый раз играющие должны иметь пару.

Вместо флажков использовать платочки. Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.

#### **«Метко в цель».**

Игроки встают в шеренгу перед деревянным щитом на расстоянии 3м от него. Лепят себе по 5-6 снежков. По сигналу воспитателя начинают бросать снежки правой и левой рукой от плеча. Отмечаются самые меткие дети.

#### **«Белки, шишки и орехи»**

Все ребята встают, взявшись за руки, по три человека, образуя беличье гнездо. Между собой они договариваются, кто будет белкой, кто - орехом, кто - шишкой. Водящий стоит в середине площадки. Учитель кричит « белки», все белки оставляют свои гнезда и перебегают в другие. В это время водящий занимает свободное место в любом гнезде, становясь белкой. Тот, кому не хватило места в гнездах, становится водящим. Если учитель говорит « орехи», то местами меняются орехи и водящий, занявший место в гнезде, который становится орехом. Учителем может быть подана команда: белки-шишки-орехи, и тогда меняются местами сразу все.

### **«Пятнашки»**

Количество игроков не ограничено. Чем больше участников, тем интереснее и веселее играть. После того как выберут «пятнашку», все игроки должны разбежаться.«Пятнашка» старается кого-нибудь догнать и запятнать. Дотрагиваясь до игрока, ему необходимо назвать имя запятнанного, чтобы все узнали, от кого им теперь убегать.Убегая от «пятнашки», можно кричать слова, подзадоривающие ведущего: «Не боюсь я пятны!» Существует 2 основных правила, которыми в игре лучше не пренебрегать:

- новому «пятнашке» нельзя пятнать того, который его только что запятнал; если «пятнашка» заметил игрока, убежавшего за условную территорию игры, ему необходимо громко прокричать имя этого участника, который сразу становится «пятнашкой».

### **«Лягушки и цапля»**

Границы болота (прямоугольник, квадрат или круг), где живут лягушки, отмечаются кубами со стороной 20 см, между которыми протянуты верёвки. На концах верёвок мешочки с песком. В стороне гнездо цапли. Лягушки прыгают, резвятся в болоте. Цапля (водящий) стоит в своём гнезде. По сигналу воспитателя она, высоко поднимая ноги, направляется к болоту, перешагивает через верёвку и ловит лягушек. Лягушки спасаются от цапли, они выскакивают из болота. Пойманных лягушек, цапля уводит к себе в дом. (Они остаются там, пока не выберут новую цаплю.) Если все лягушки успеют выскочить из болота, и цапля никого не поймает, она возвращается к себе в дом одна. После 2 -3 повторений игры выбирается новая цапля. *Указания.* Верёвки выкладываются на кубы так, чтобы они могли легко упасть, если их задеть при прыжке. Упавшую верёвку снова кладут на место. Играющие (лягушки) должны равномерно располагаться по болоту. Через верёвки лягушки могут только перепрыгивать.

### **«Пустое место»**

В этой игре должны участвовать не менее 10 человек. Путем жеребьевки выбирается ведущий, остальные игроки становятся в круг, взявшись за руки. Ведущий несколько раз медленно обходит круг с внешней стороны. Потом неожиданно хлопает кого-нибудь из участников по плечу и мигом бежит вперед. Тот игрок, которого выбрал ведущий, отцепляется от соседей и старается быстрее обежать круг навстречу водящему. Важно первым занять пустое место. В круге остается игрок, занявший пустое место первым и успевший взяться за руки с соседями. Опоздавший становится водящим. Необходимо помнить о следующих правилах:водящий ходит шагом до тех пор, пока не «вызовет» кого-то ударом по плечу; во время бега запрещено касаться участников, стоящих в круге; если ведущий прибегает на пустое место вторым, в следующий раз он не имеет права вызывать на состязание того же участника.

### **«Волки и овцы»**

Выбирают ведущего — «волка». Остальные игроки — «овцы». «Овцы» отворачиваются и закрывают глаза, в это время «волк» прячется. Как только «волк» спрячется, он должен крикнуть: «Пора!» «Овцы» начинают повсюду искать «волка». «Овца», заметившая его, кричит: «Осторожно! Волк!», и все «овцы» бросаются врассыпную. Задача «волка» — догнать какую-нибудь «овцу». Пойманная «овца» становится «волком».

### «Рыбки»

Игра напоминает салки, но у нее есть интересная особенность. Участники игры привязывают к поясу полуметровую нитку с короткой палочкой (рыбкой) на конце. Задача играющих — наловить побольше рыбок, т. е. оборвать побольше волочащихся по земле палочек, наступая на них и, сохранив свою. Игрок, потерявший рыбку, выбывает из игры.

Побеждает тот, кто сумел собрать большее количество рыбок, сохранив свою.

### «Без пары»

Взявшись за руки дети образуют два круга, один внутри, другой снаружи, при этом во внешнем круге на одного человека должно быть меньше. Дети двигаются по кругу. По сигналу учителя дети берут друг друга за руки, образуя пары. Тот, кто остался без пары, пляшет либо рассказывает стих, отгадывает загадку и тд.

### «Мы веселые ребята»

Участники делятся на две команды. Одна команда играет роль *догоняющих*, вторая — *убегающих*. Команды играющих выстраиваются в линию на разных концах игрового поля. По команде обе команды начинают двигаться навстречу друг к другу, говоря: «*Мы веселые ребята, любим бегать и играть, но попробуй нас догнать!*» Как только кончат произносить слова, команда догоняющих ловит команду убегающих. Пойманных приводят к ведущему и считают. Команды меняются ролями. Победители определяются по количеству пойманных. Догоняющие могут ловить противников до тех пор, пока они не забегут за свою линию.

### «Третий лишний»

Дети делятся на пары, вставая в затылок друг за другом, образуя при этом большой круг. Двое водящих остаются вне круга, и по команде инструктора: «Беги!» один догоняет другого, бегая по кругу за всеми стоящими парами. При этом убегающий может в любое время встать вперед, какой-нибудь пары, а третий в этой паре убегает от ловящего. Если догоняющий поймает убегающего, то они меняются ролями.

### «Овощи и фрукты»

Дети стоят по кругу или в шеренге. В центре круга или перед шеренгой стоит инструктор с большим мячом в руках. Эту игру может вести также кто-нибудь из детей. Водящий бросает мяч, называя овощ или фрукт, например:

Инструктор по физкультуре: Морковь.

Ребенок: Овощ (ловит мяч и бросает обратно) .

Инструктор по физкультуре: Капуста.

Ребенок: Овощ (ловит мяч и бросает обратно) .

Инструктор по физкультуре: Апельсин.

Ребенок: Фрукт (ловит мяч и бросает обратно) .

Инструктор по физкультуре: Виноград.

Ребенок: Фрукт (ловит мяч и бросает обратно) .



Инструктор по физкультуре: Ананас.  
Ребенок: Фрукт (ловит мяч и бросает обратно) .  
Инструктор по физкультуре: Огурцы.  
Ребенок: Овощи (ловит мяч и бросает обратно) .  
Инструктор по физкультуре: Картофель.  
Ребенок: Овощ (ловит мяч и бросает обратно) .  
Инструктор по физкультуре: Груша.  
Ребенок: Фрукт (ловит мяч и бросает обратно) .  
Отмечаются дети, которые ни разу не ошиблись.

### «Рыбалка»

На стульчике с обручем-неводом сидит воспитатель и говорит:

Я рыбак на берегу

Рыбку я сажу ловлю

Вот поймаю карася,

Окунька и пескаря!

Ну-ка, рыба детвора,

Разбегайся кто куда!

Я свой невод запущу

И рыбешек захвачу!

После этих слов воспитатель ловит неводом-обручем «деток-рыбок». Повторять можно несколько раз в зависимости от активности детей.

В конце воспитатель говорит:

Свой улов возьму с собой

И пойду скорей домой!

### Попрыгунчики-воробушки

На земле (на полу) обозначен круг. В центре круга водящий— ворога. За линией круга асе играющие — воробьи. Они впрыгивают в круг, прыгают по кругу, выпрыгивают из него. Ворона старается осалить воробушка, когда тот находится в кругу. Пойманный становится водящим.

### «Игольное ушко»

**Инвентарь для этой игры:** деревянная планка длиной 40—50 сантиметров, прикрепленная к стойке высотой 50—60 сантиметров. Снизу для устойчивости стойка крепится на круглом диске или крестовине. К перекладине на крючках подвешиваются вырезанные из тонкой фанеры "иголки". Длина ушка иголки 12—14 сантиметров. Это необходимо, потому что высота "верблюда" 10—11 сантиметров.

Устройство аттракциона, его размеры показаны на рисунке.

Вы видите, под каждой иголкой подвешен колокольчик или бубенчик. Задачи играющих — провести верблюда через игольное ушко и вернуть его обратно, не шелохнув при этом иголку.

Если иголка шелохнется, раздастся сигнал: зазвонит колокольчик. Значит, задача не выполнена.

**Условия игры:** кто проведет верблюда через ушко вперед и назад, получает 1 очко. Кто успешно прошел два ушка, получает за второй ход 2 очка, за третий — 3 очка. Таким

образом, в один ход умелый игрок может набрать до 6 очков. Побеждает тот, кто первым наберет 25 очков.

### «Догони меня»

Дети сидят на скамейке. Воспитатель предлагает им догнать его и бежит в сторону, противоположную от детей. Дети бегут за воспитателем, стараясь поймать его. Когда они подбегают к нему, воспитатель останавливается и говорит: «Убегайте, убегайте, догоню!» Дети бегом возвращаются на свои места.

Указания к проведению. Воспитатель не должен слишком быстро убежать от детей: им интересно его поймать. Не следует и слишком быстро бежать за детьми, так как они могут упасть. Сначала бег проводится только в одном направлении. Когда дети подбегут к воспитателю, надо отметить, что они умеют быстро бегать. При повторении игры воспитатель может менять направление, убегая от детей.

### «Поймай меня»

Игроки делятся на две равные команды. Команды расходятся в разные стороны на расстояние 3-4 метра и чертят по одной черте (но две эти черты должны быть параллельны друг другу). Играющие то с одной стороны, то с другой попеременно бегают до противоположной черты, а противники пытаются поймать подбежавшего к их черте игрока. Если они поймают, то игрок остается в этой команде. Если же противники не поймают бегущего игрока, то он возвращается к своей команде, и теперь уже он будет участвовать в ловле противников.

Игра продолжается до тех пор, пока в одной из команд не останется один участник.

### «Пчелки»

Дети делятся на две команды. Одни ребята берутся за руки и образуют круг, а несколько ребят выходят в центр круга. Они-то и будут «пчёлками». Все начинают двигаться по кругу вправо и поют песенку:

*- Кто в саду? Кто в саду? Если пчёлка, то жужжи! З-з-з, ж-ж-ж, з-з-з, ж-ж-ж! Как работать, покажи!*

«Пчёлки» в это время сговариваются, какую работу они будут показывать, и на словах «Как работать, покажи!» изображают какую-нибудь работу:

- как будто вяжут,
- рубят дрова,
- пилят,
- подметают.

*- Летают пчёлки*

*То над ветвями,*

*То под ветвями...*

поют ребята, и повторяют движения «пчёлки», а потом хором говорят:

*- Коль найдёшь лентяя вдруг, приводи его к нам в круг!*

При этих словах «пчёлки» выводят в середину круга тех ребят-«лентяев», которые не смогли повторить их движений, а сами становятся на их место. Теперь все стоящие в кругу напевают:

*- Ай-ай-ай! Какой лентяй! Леня быстрее выгоняй!*

И грозят «лентяям» пальцем. После этого игра начинается снова.

### «Салки-выручалки»

Перед игрой дети определяют территорию, за пределы которой нельзя выбегать. Потом выбирают салочку. Он должен догонять игроков, которые разбегаются в разные стороны. До кого дотронется салка, тот должен остановиться и сказать: «Выручайте!» Пока его не

освободят, бегать ему нельзя. Освобождается он, если дотрагивается игрок к его плечу. Если кто-то так сделал, то можно бегать опять. Если осаленного не получается освободить, пока салка считает до двадцати, то осаленный становится салкой.

### **«Гонка мячей»**

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.

### **«Перехват»**

Площадка для игры размечается линиями. В игре участвуют от 20 до 50 человек. Они делятся на две равные команды и колоннами по одному становятся на линии «дома». По уговору одна команда берет на себя роль метальщиков, другая — водит. Метальщики посылают одного из своих игроков «сторожем» на противоположную черту дома. Водящая команда продвигается на 2 шага вперед, так что головной в колонне выходит на линию «кона».

После этого игра начинается. Метальщик с линии дома бросает мяч сторожу и сейчас же уходит в хвост своей колонны, которая в это время продвигается на шаг вперед. В тот момент, когда брошен мяч, ему наперерез бежит от кона головной игрок водящей

команды. Его задача — поймать или отбить летящий мяч, то-есть перехватить его в пределах «поля».

Сторож, в свою очередь, тоже старается поймать мяч раньше, чем он коснется земли. При этом сторожу разрешается отбежать от линии дома назад; переходить же ее он не имеет права. «С воздуха» или от земли пойман сторожем мяч — все равно водящий, который не сумел его перехватить, отходит за линию дома против своей команды. Сторож перебрасывает мяч метальщику, который стоит на черте дома, тот кидает его обратно сторожу, а следующий игрок водящей команды бежит с кона и старается перехватить мяч.

Каждый раз, когда сторож поймает мяч не «с воздуха», а от земли, команда метальщиков штрафует 1 очком. То же самое происходит, если водящий перехватит мяч. Кроме того, в этом случае команды меняются ролями: водящие становятся метальщиками, а их противники водят. Обе команды остаются на прежних местах, только сторож присоединяется к своей колонне, становится на черту кона и в первую очередь бежит ловить мяч. Команда, к которой перешла роль метальщиков, отступает за линию своего дома, а обязанности сторожа исполняет у них тот игрок, который перехватил мяч. Водящие, которые до этого момента перебежали поле, безуспешно пытаются перехватить мяч, становятся в стороне от сторожа на расстоянии в 5—6 шагов и не имеют права помогать ему в ловле мяча.

Когда все игроки той или другой команды, исполняя роль водящих, перебегают от линии своего дома на противоположную сторону поля, первая схватка считается оконченной. Однако игра не прерывается: теперь водящие в погоне за мячом бегают по очереди в обратном направлении

После трех схваток игра заканчивается. Победившей считается та команда, у которой меньше штрафных очков. Иногда случается, что водящим ни разу до конца игры не удастся перехватить мяч; метальщики же оштрафованы несколькими очками, которые засчитывались, когда сторож ловил мяч от земли. В этом случае результат борьбы между командами определяется так: если у метальщиков 5 штрафных очков, считается, что игра закончилась вничью; при меньшем числе штрафных очков победа остается за метальщиками, при большем — за водящими.

#### *4 класс*

##### **«Вьюны»**

Играющие встают в круг и приподнимают руки кверху, образуя «воротца». Ведущий объявляет двух рядом стоящих игроков вьюнами. Один вьюн встает в круг и называется «убегающий», другой - за кругом - «догоняющий». Дистанция пробега невелика - нужно один раз обежать круг и встать на свое место, но бежать придется не по прямой, а по извилистой линии, проскальзывая в «воротца» то с одной, то с другой стороны.

По сигналу ведущего оба вьюна срываются с места. Если победил, то есть добежал раньше до своего места убегающий, то назначается вместо него вьюн, а догоняющий остается прежний. Если догоняющий осалил убегающего, то догоняющий выбирает себе замену, а убегающий вьюн остается старый.

Можно игру проводить с разделением на две команды, рассчитав всех стоящих на первые и вторые номера, тогда убегающий и догоняющий вьюны выбираются из разных команд, а успех того или другого приносит одно очко его команде.

Побеждает тот, кто ни разу не попался, и кошка, сумевшая быстрее других поймать всех "воробышков".

##### **«Плетень»**

Играющие разбиваются на две команды и встают напротив друг друга, образуя плетень, для этого надо скрестить руки перед собой и взяться за руки с соседями. Построившись, ребята двигаются навстречу другой команде со словами:

Раз, два, три, четыре.

Выполнять должны приказ-  
Нет, конечно, в целом мире  
Дружбы крепче, чем у нас!

По команде учителя дети разбегаются в разные стороны, а по второму сигналу должны вернуться на свои места и образовать плетень. Выигрывает та команда, которая сделает это быстрее.

### «Ловишки»

С помощью считалочки выбирается водящий, который стоит в центре круга. Все остальные игроки стоят по большому кругу, за спиной у каждого игрока вешается атласная лента. Дети идут по кругу со словами:

Мы веселые ребята, любим прыгать и играть.

Ну, попробуй нас догнать! (*и бегают по всей площадке*).

Водящий бежит за детьми, стараясь выдернуть ленту. Тем, кто в конце игры остался без ленты, считается проигравшим. В конце подсчитываются ленточки проигравших детей. Отмечается водящий, который собрал больше всего лент.

Игра повторяется 2-3 раза с другими водящими.

### «Краски»

С помощью считалки выбирают «хозяина» и «покупателя». Остальные игроки - «краски». Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его «хозяину», который приглашает «покупателя». «Покупатель» подходит к играющим, и идет разговор:

- Тук, тук!
- Кто там?
- Покупатель.
- За чем пришел?
- За краской.
- За какой?
- За синей.

Если синей краски нет, то «хозяин» отвечает: «Иди по дорожке, принеси мне синие сапожки, поносы, поносы да назад принеси!» Если же «покупатель» цвет краски угадал, то «краску» забирает себе. Когда «покупатель» отгадывает несколько «красок», он становится «хозяином», а новый «покупатель» выбирается из числа «красок».

### «Горелки»

Участники становятся парами, держась за руки, друг за другом – образуют колонну.

Впереди колонны – водящий. По команде водящего последняя пара разъединяет руки и бежит вперед: один по правую, другой по левую сторону колонны.

Задача игроков – увернуться от водящего и успеть взяться за руки. Если водящему удастся поймать одного из игроков, то он вместе спойманным становится первой парой колонны.

Если игроки сумеют перехитрить водящего и взяться за руки – они становятся в голову колонны, а водящий начинает игру сначала.

### «Волки и овцы»

На игровой поле отмежевываются площадки, имеющие 3 - 4 шага в ширину и называемые *загонами*.

Играющие назначают одного из участников *пастухом*, другого - *волком*, а остальные остаются в роли *овец*.

Пространство между *загонами*, называется *полем*. На одной из сторон его отделяют чертой небольшое пространство - *логовище волка*.

После этого *овцы* размещаются в одном из *загонов*, а сам *пастух* становится в поле вблизи *загона*.

*Волк*, предлагает *пастуху* погнать стадо *овец* в поле, а сам в это время старается схватить какую-нибудь из них и увлечь в свое *логовище*. *Пастух* старается оградить *овец*, направляющихся в противоположный *загон*, от *волка*. Пойманные *волком* становятся его помощниками. Помощники не могут ?ловить? *овец*, но могут их всячески задерживать, мешая вернуться в *загон*. После очередной поимки *волк* вновь обращается к *пастуху* со словами: ? *гони стадо в поле?*, и игра продолжается.

Число помощников *волка* постепенно увеличивается, и он каждый раз вместе с ними продолжает выходить на охоту за *овцами*.

*Волк* не должен оставлять *логовища* до тех пор, пока *овцы* не выйдут из своего *загона* и не двинутся по направлению к противоположному.

*Волк* может ловить *овец* лишь в *поле*.

### **Башкирские подвижные игры**

#### **«Юрта» (Тирмэ)**

В игре участвуют четыре подгруппы детей, каждая из которых образует круг по углам площадки. В центре каждого круга стоит стул, на котором повешен платок с национальным узором. Взявшись за руки, все идут четырьмя кругами переменным шагом и поют:

Мы, веселые ребята,  
Соберемся все в кружок  
Поиграем, и попляшем,  
И помчимся на лужок

На мелодию без слов ребята переменным шагом перемещаются в общий круг. По окончании музыки они быстро бегут к своим стульям, берут платок и натягивают его над головой в виде шатра (крыши, получается юрта).

*Правила игры.* С окончанием музыки надо быстро подбежать к своему стулу и образовать юрту. Выигрывает группа детей, первой построившая юрту.

#### **«Медный пень» (Бакыр букэн)**

Играющие парами располагаются по кругу. Дети, изображающие медные пни, сидят на стульях. Дети-хозяева становятся за стульями.

На башкирскую народную мелодию водящий-покупатель двигается по кругу переменным шагом, смотрит внимательно на детей, сидящих на стульях, как бы выбирая себе пень. С окончанием музыки останавливается около пары и спрашивает у хозяина:

Я хочу у вас спросить,  
Можно ль мне ваш пень купить

Хозяин отвечает:

Коль джигит ты удалой,  
Медный пень тот будет твой

После этих слов хозяин и покупатель выходят за круг, встают за выбранным пнем друг к другу спиной и на слова: "Раз, два, три - беги" - разбегаются в разные стороны. Добежавший первым встает за медным пнем.

*Правила игры.* Бежать только по сигналу. Победитель становится хозяином.

#### **Дагестанские игры «Выбей из круга» (Дёгерекден чыгъар. Горалдаса борч/изабе)**

Чертят круг диаметром 30 см. На расстоянии 3 — 4 м от него проводят линию. Играют пять-шесть детей. У каждого игрока имеется плоский камень диаметром 5 см и двадцать маленьких камешков (или косточек). Каждый игрок кладет в круг определенное количество камешков (от двух до пяти — по договору играющих). С помощью считалки определяют, кому начинать игру. Тот, кого выбрали, бросает свой плоский камень в круг, стараясь попасть в кучу маленьких камешков. В случае промаха камень остается лежать на месте. Если никто не попадет в круг, то тот игрок, чей камень находится ближе к кругу,

должен разбить кучу камешков, бросив в круг свой плоский камень с того места, где он лежит. За ним бросает следующий, у кого лежит камень ближе к кругу.

Итак, каждый бросает свой плоский камень в круг до тех пор, пока не будут выбиты все камешки. Выигрывает тот, кто выбьет из круга наибольшее количество камешков.

Правила игры:

- бросать камень надо только от линии или от того места, куда он упал;

- если у двоих игроков камень упадет на одинаковом расстоянии от круга, игру начинают заново.

### **«Подними платок» (Явлукъну гётер. Квербац/борхе)**

Игроки становятся в круг, в центре его кладут головной платок. Звучит национальная мелодия, все танцуют дагестанскую лезгинку. С окончанием музыки каждый участник игры старается первым поднять платок.

Правила игры: нельзя тянуться за платком и выходить из круга раньше, чем прекратится музыка.

### **Удмуртские народные игры «Водяной» (Ву мурт)**

Очерчивают круг – это пруд или озеро, река. Выбирается ведущий – водяной. Играющие бегают вокруг озера и повторяют слова: «Водяного нет, а людей-то много». Водяной бегает по кругу (озеру) и ловит играющих детей, которые подходят близко к берегу (линии круга). Пойманные дети остаются в кругу. Игра продолжается до тех пор, пока не будет поймано большинство игроков.

Правила игры:

- водяной ловит, не выходя за линию круга.

- ловишками становятся и те, кого поймали, они помогают водяному.

Серый зайка (Пурьсь кечпи)

На площадке чертится квадрат (6х6 метров) – это забор. У одной из сторон забора сидит зайка. Собаки (10 игроков) располагаются полукругом в 3-5 м противоположной стороны забора. Участвующие в игре дети говорят: «Зайчонок, зайчонок, почему в огород заходил? Почему мою капусту ел?» На последние слова зайка делает прыжок от забора и старается убежать. Собаки ловят его, окружая сцепленными руками.

Правила игры:

- заяц считается пойманным при полном смыкании круга.

- зайцу нельзя выбегать из-под рук при сомкнутом круге.

Ну и напоследок просьба: напишите отзыв в комментариях об удмуртских играх или опишите свою любимую игру.

### **Тувинские народные игры «Стрельба в мишень»**

Играющие делятся на две команды. На свободном месте ставится пенек (стульчик, любой деревянный предмет). На пенек кладут колобок, скатанный из козьего пуха или шерсти овцы, так, чтобы при попадании в него тупой стрелой или мячом он откатился. На расстоянии 4–5 м от пенька чертится линия. Игроки по очереди поражают цель. Выигрывает тот, кто наберет наибольшее число попаданий.

**Правила игры.** Поражение цели производить из лука или мячом строго от черты.

### **Игра «Борьба»**

Все выстраиваются кому как удобно и передвигаются по площадке, исполняя танец орла, а затем кланяются и идут обратно в танце. Затем борцы делятся на две равные группы и

усаживаются на видном месте. Борются попарно, выставляя от каждой команды по борцу. По окончании борьбы каждая пара исполняет танец орла (руки разводятся в стороны и прыжками с одной стороны на другую продвигаются вперед).

Перед игрой борцы друг другу кланяются в знак уважения и начинают борьбу. Существует много основных приемов, но дети исполняют наиболее легкие:

1. Тевери – удар ногой (подсечка).
2. Катай кагары – удар ногой по обеим ногам (сильная подсечка с отрывом от земли).
3. Бутгаары – хватать за ногу.
4. Чая-тудары – боковой прием.
5. Тары кылаары – круговой прием (вращение).
6. Былдаары – обман (увертывание).

**Правила игры.** При выполнении последнего приема выигрывает тот, кто первым коснется любой части тела, кроме коленей. Каждый игрок имеет право использовать любой прием. Для борьбы желательно иметь спортивный камзол с рукавами (с национальным орнаментом) и трусы. Победа встречается детьми радостно, какая бы команда ни выиграла, дети хлопают в ладоши, раздаются радостные крики. Победитель встает, традиционно похлопывает себя по бедрам, небольшими прыжками обегает вокруг побежденного и уходит на место.

Для личного успеха борца немаловажную роль играет секундант. Он поддерживает его дух, настроение и сопровождает его в течение всей игры. Тому, кто побеждает неоднократно, присваивают почетные титулы: пар – тигр; арзолан – лев; чаан – слон; начын – богатырь и т.д. Дети рисуют эмблемы и выдают всем борцам на память. Игра проводится один раз.

### **Мордовские народные игры «Котел» (*Котелсо налксема. Котелсо налхсема*)**

В земле роется глубокая ямка (диаметром около 50 см). Вокруг нее роют небольшие ямочки (десять — двенадцать штук), которые можно закрыть ступней или пяткой. В руках у играющих по круглой, гладкой палке длиной 50—60 см, диаметром 2,5 см. Ведущий с расстояния 2—3 м бросает небольшой мяч в яму-котел. Играющие должны выбить оттуда мяч. Вылетевший из котла мяч берет ведущий и снова бросает его в котел. Играющие палками мешают попаданию мяча в ямку. Так играют до тех пор, пока мяч не попадет в котел. Если мяч в котле, играющие должны сделать переход от одной маленькой ямочки к другой, при этом и ведущий должен занять одну из ямок (салок). Кому не досталось салки, тот водит. Игра продолжается.

**Правила игры.** Играющие должны выбивать мяч, не сходя с места. Переходить от ямки к ямке можно только тогда, когда мяч попал в котел.

### **«Круговой» (*Мячень кунсема. Топса налхсема*)**

Играющие чертят большой круг, делятся на две равные команды и договариваются, кто будет в кругу, а кто за кругом. Те, кто остается за кругом, распределившись равномерно, стараются попасть мячом в детей, находящихся в кругу. Если кому-либо в кругу удастся поймать мяч, он старается попасть им в любого ребенка за кругом. Если ему это удастся, то у него в запасе очко, если промахнется, то выходит из круга. Когда мяч запятнает всех детей, играющие меняются местами.

**Правила игры.** Мяч можно ловить лишь с воздуха, от земли не считается. Осаленные выходят из круга. Ребенок, поймавший мяч и попавший в игрока за кругом, остается в кругу.

### **Игры русского народа «Фанты»**



Ведущий обходит играющих и говорит:

***Нам прислали сто рублей.  
Что хотите, то купите,  
Черный, белый не берите,  
Да и нет не говорите!***

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

Правила

1. На вопросы играющие должны отвечать быстро, ответ исправлять нельзя.
2. За каждое запрещенное слово играющий платит ведущему фант.
3. Ведущий может вести разговор одновременно с двумя играющими.
4. При выкупе фанта ведущий не показывает его участникам игры.

Указания к проведению

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

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

#### **«Ласточки и пчелки»**

Дети – пчелы летают по поляне и напевают:

*Пчёлки летают,*

*Медок собирают!*

*Зум, зум, зум!*

*Зум, зум, зум!*

Ласточка сидит в своём гнезде и слушает их песенку. По окончании песни ласточка говорит: «*Ласточка встанет, пчёлку поймает*». С последними словами она вылетает из гнезда и ловит пчёл. Пойманный играющий становится ласточкой, игра повторяется.

Пчелы летают по всей площадке.

#### **«Кошки и мышки»**

По считалке выбирают кошку и мышку. Все остальные играющие становятся в круг и они берутся за руки. Кошка выходит за кругом, а мышка заходит внутри круга. Кошка все время старается прорваться к мышке, но ее оберегают остальные игроки. Они мешают кошке, когда она хочет проскочить низом, опуская руки. Игроки стараются не дать кошке перепрыгнуть через сомкнутые руки, поднимая их...

Но когда кошке удастся прорваться в круг, игроки стараются побыстрее разомкнуть цепь, чтобы мышка смогла выскочить за пределы круга, убежать от кошки. Как только мышка выбежала за пределы круга они должны снова взяться за руки, чтобы следом за мышкой не выбежала из круга и кошка.

Если кошка не успела выйти из круга, тогда мышка, находясь снаружи, поддразнивает кошку. Кошка, тем временем, старается выскочить из круга и когда это ей удается, игрокам на время необходимо снова разомкнуть руки, с тем чтобы впустить мышку, но не кошку...

Игра "Кошки-мышки" продолжается до тех пор, пока кошка не поймает мышку, и тогда они меняются ролями. В дальнейшем можно выбрать новых кошку и мышку.

#### **«Колдуны»**

Игровой закличкой организуют детей.

**Конь ретивый, златогривый**

**Скачет полем, скачет нивой**

**Кто того коня поймает,**

**С нами в колдунов играет.**

Когда все желающие собрались, выбирают водящего – «колдуна».

**Тара – бара, домой пора**

**Коров доить – тебе водить.**

«Колдун» бегаёт за игроками и старается коснуться их, кого задела - замирает в той позе, в которой их застукали. Расколдовать их могут другие игроки, дотронувшись до «заколдованных» рукой. Однако колдун следит за игроками и пытается заколдовать тех, кто хочет выручить товарищей. Игра продолжается до тех пор, пока всех не «заколдуют».

#### **«Воздух, вода, земля»**

Играющие становятся в круг, водящий стоит в середине. Подойдя к кому-либо из играющих, водящий говорит одно из четырех слов и считает до пяти. Играющий должен за это время назвать (в зависимости от слова, которое ему задано) птицу, рыбу, зверя или же покружиться на месте. Кто не успел дать ответ, выходит из круга. Потом водящий обращается к другому и т. д. Неожиданно вместо четырех указанных слов водящий говорит кому-нибудь: «Огонь! ». При этом слове все играющие должны поменяться местами и водящий становится на чье-нибудь место в кругу. Последний, не успевший встать в круг, становится водящим.

Участие взрослых в подвижных играх приносит двойную пользу: доставляет детям много радости, а родителям дает возможность лучше узнать своего ребенка, стать ему другом

#### **«Зайцы в огороде»**

На игровой площадке чертятся один в другом два круга диаметром 7—9 и 3—4 м. Из числа играющих выбирается водящий — сторож. Его место — в малом круге (огороде). Остальные играющие — зайцы. Они располагаются в большом круге.

По сигналу учителя зайцы, прыгая на двух ногах, проникают в огород и возвращаются обратно только прыжками. Сторож должен поймать («запятнать») как можно больше зайцев, дотронувшись рукой.

Пойманные зайцы выходят из игры. Когда будет поймано 5—6 зайцев, выбирается новый водящий — сторож, а старый становится зайцем. Игра начинается сначала.

#### **«Хвостики»**

Учащимся раздаются «хвостики», они цепляют их сзади. Выбирается ловишка, который бегая за ними должен выхватить хвостик. Нельзя держать хвостик руками, прижиматься к стене, толкать ведущего. Победит тот, кто сохранил хвостик.

#### **Игры белорусского народа «Прела-горела»**

Ведущий (или игрок) в разных местах прячет игрушки, сопровождая действия словами:

- Прела-горела, за море летела,
- А как прилетела,

- Так где-то и села,
- Кто первый найдет,
- Тот себе возьмет!

После этих слов все разбегаются по площадке, ищут спрятанные предметы. Кто больше найдет, тот и выиграл.

**Правила игры.** Начинать искать предметы можно только после произнесенных слов. Во время раскладывания игрушек все должны стоять с закрытыми глазами и не подсматривать. Прятать игрушки необходимо быстро.

#### **«Посадка овощей»,**

Создаются две команды по пять человек. Игрок, стоящий первым, — капитан, он держит в руках мешочек с пятью картофелинами (камешками). На расстоянии двадцати-тридцати шагов от каждой колонны начерчены пять кружков. По сигналу капитаны команд бегут к кружочкам и сажают картошку по одной в каждый кружочек, затем возвращаются и передают мешочек следующему игроку, который, взяв мешочек, бежит собирать картошку, и т. д.

#### **Правила игры:**

- капитаны стартуют по сигналу;
- игроки не выходят за линию без мешочка. Если картошка упала, ее следует поднять и затем бежать;
- подбегать к команде надо с левой стороны.

#### **«Охотники и утки»**

Играющие делятся на две команды с одинаковым количеством участников. Одна команда – качки (утки), другая – охотники. Охотники образуют внешний большой круг и очерчивают его. Утки очерчивают внутренний малый круг на расстоянии 2,5–3 м от круга охотников. По сигналу охотники стреляют в уток – стараются попасть в них мячом. Когда все утки пойманы, команды меняются.

**Правила игры.** Охотникам и уткам нельзя выходить из очерченных кругов. Осаленный мячом выходит из игры. Если играют несколько команд, выигрывает та команда, которая быстрее переловит уток.

#### **Игры татарского народа «Серый волк» (Сары буре)**

Перед началом игры чертятся параллельные линии на расстоянии 20-30 метров, и выбирается водящий и серый волк. Присев на корточки, серый волк прячется за чертой в одном конце площадки. Остальные играющие находятся на противоположной стороне. По сигналу все идут в лес собирать грибы, ягоды. Навстречу им выходит ведущий и спрашивает (дети хором отвечают):

- Вы, друзья, куда спешите?
- В лес дремучий мы идем.
- Что вы делать там хотите?
- Там малины наберем.
- Вам, зачем малина, дети?
- Мы варенье приготовим.
- Если волк в лесу вас встретит?
- Серый волк нас не догонит!

После этой переклички все подходят к тому месту, где прячется серый волк, и хором говорят:

- Соберу я ягоды, и сварю варенье,
- Милой моей бабушке будет угощенье
- Здесь малины много, всю и не собрать,
- А волков, медведей вовсе не видать!

После слов не видать серый волк встает, а дети быстро бегут за черту. Волк гонится за ними и старается кого-нибудь запятнать.

Пленников он уводит в логово — туда, где прятался сам.

Правила игры:

- изображающему серого волка нельзя выскакивать, а всем игрокам убежать раньше, чем будут произнесены слова не видать.

- ловить убегающих игроков можно только до черты дома.

#### **«Скок-перескок» (Кучтем-куч)**

На земле чертится один большой круг диаметром 15—25 метров, внутри него — маленькие кружки диаметром 30—35 см для каждого участника игры. Водящий стоит в центре большого круга.

Когда водящий говорит: «Перескок!» остальные игроки быстро меняются местами (кружками), прыгая на одной ноге. Задача водящего занять место одного из играющих, прыгая также на одной ноге. Тот, кто останется без места, становится водящим.

Правила игры:

- нельзя выталкивать друг друга из кружков;

- двое играющих не могут находиться в одном кружке;

- при смене мест кружок считается за тем, кто раньше вступил в него.

#### **Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч**

Для игры нужны два мяча из войлока или шерсти белого и черного цвета. Играющие делятся на две равные команды. В каждой команде выбирается ведущий. Одному ведущему дают мяч белого цвета, другому — черного цвета.

По сигналу ведущие бросают свои мячи как можно дальше. По второму сигналу по одному игроку из каждой команды бегут за своим мячом. Победитель, т.е. тот, кто быстрее принес мяч своему ведущему, получает очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

**Правила игры.** Бросать мяч и бежать за ним можно только по команде. Мяч бросать надо как можно дальше.

#### **Азербайджанская народная игра «Отдай платочек»**

Играющие делятся на две группы и выстраиваются в шеренгу друг против друга, держа руки за спиной. В центре между шеренгами стоит один игрок. В каждой команде выбирают ведущего, которому дают платочек. Ведущий проходит позади своей команды и незаметно вкладывает платочек в руку одному из детей. После этого игрок, стоящий в центре, дает команду: «Отдай платочек!» Дети с платочками должны выбежать и отдать платочек ведущему. Побеждает тот, кто быстрее отдаст платочек. Команда, набравшая больше очков, побеждает.

**Правила игры.** Бежать и отдавать платочек можно только по сигналу. Платочек надо каждый раз давать разным детям.

#### **«Охотники и олени»**

В стороне на площадке ставится фигура оленя. Оленеводы располагаются шеренгой лицом к оленю на расстоянии 3 - 4 м от него. Поочередно они бросают в оленя мячом,

стараясь попасть в него. За каждый удачный выстрел оленевод получает флажок. Выигравшим считается тот, кто большее число, раз попадет в оленя.

Правила игры. Бросать мяч можно только с условного расстояния.

### «Лошадки»

Все участники игры делятся на тройки, в каждой тройке кучер и две лошадки. Водящий по ходу игры подает различные команды, лошадки их выполняют, а кучер управляет и внимательно смотрит, точно ли выполняют лошадки все движения. Лошадки идут шагом, бегут галопом по кругу, поворачивают направо, налево и т. д.

На слова ведущего: *«Лошадки, в разные стороны!»* — кучер отпускает вожжи, и лошадки быстро разбегаются по площадке. На слова: *«Найдите своего кучера!»* — они как можно быстрее находят своего кучера. При повторении игры в каждой тройке кучер меняется.

Правила

1. Лошадки должны точно выполнять все команды.
2. Кучер, чьи лошадки ошибаются, получает штраф — к его вожжам привязывают синюю ленточку.

Указания к проведению

Самой трудной в этой игре является роль водящего, который придумывает для лошадок различные движения. Поэтому, когда игра проводится впервые, роль водящего выполняет взрослый. В конце игры, чтобы тройки собрались вместе, можно дать новое задание: *«Кучер, найди своих лошадок!»*

Игра заканчивается, как только в тройке играющих все выполняют роль кучера. В конце игры отмечается лучшая тройка.

### «Ванька-встанька»

В игре участвуют 10—15 человек.

Один игрок («Ванька-встанька») стоит, вытянув руки вдоль туловища. Остальные усаживаются поджав ноги, вплотную вокруг него и протягивают к нему руки. Ванька-встанька падает на вытянутые руки сидящих игроков, которые все время отталкивают его. Кто не смог оттолкнуть «Ваньку-встаньку», сам выходит в середину.

### «Выстрел в небо»

Игроки распределяются по двум командам и располагаются вокруг очерченного круга диаметром 10—12 шагов. Сначала представители одной команды, а затем другой по очереди выходят в круг с теннисным мячом в руке и метают мяч вертикально вверх как можно выше. Руководитель засекает время полета мяча от выпуска из руки до момента удара о землю. Чем сильнее бросок и выше брошен мяч, тем больше время его полета. Можно метать из круга одновременно в два мяча. Чей мяч дольше продержится в воздухе, та команда получает 1 очко.

### «Брось-поймай!»

Играющие бросают мяч через натянутую волейбольную сетку, пробегают под ней и ловят мяч сразу или после того, как он отскочит от пола.

### «Люлька»

Нужна веревка длиной 2—3 м. Вережку держат двое, держа каждый один из концов. Можно один конец привязать к столбику или дереву, и тогда держать сможет один человек. Вережку не крутят, а лишь раскачивают над землей на разной высоте — от 10—20 см до 50 и выше. Участники по одному (или парами) разбегаются и перепрыгивают через раскачиваемую веревку или же начинают прыгать разными способами: с сомкнутыми ногами, на одной ноге, со скрещенными ногами, с поворотом при прыжке и

т. д. Прыгают, пока не совершат ошибки. Допустивший ошибку сменяет одного из качающих веревку. Ошибкой считается не только не получившийся прыжок, но и любое задевание веревки.

Однако если это произошло по вине крутивших веревку, то прыгавший имеет право на повторную попытку.

### «Охотники и утки»

Играющие делятся на две команды с одинаковым количеством участников. Одна команда – качки (утки), другая – охотники. Охотники образуют внешний большой круг и очерчивают его. Утки очерчивают внутренний малый круг на расстоянии 2,5–3 м от круга охотников. По сигналу охотники стреляют в уток – стараются попасть в них мячом. Когда все утки пойманы, команды меняются.

**Правила игры.** Охотникам и уткам нельзя выходить из очерченных кругов. Осаленный мячом выходит из игры. Если играют несколько команд, выигрывает та команда, которая быстрее переловит уток.

### «Корзинки»

Играющие делятся на пары и расходятся по площадке. Берут друг друга за руки и образуют кружки-корзинки.

Двое водящих стоят на некотором расстоянии друг от друга, один из них пятнашка, он догоняет второго игрока. Убегающий бежит между парами и, чтобы его не осалили, быстро называет по имени одного игрока из любой пары. Играющий, чье имя назвали, убегает, на его место встает игрок водящей пары. Если пятнашка осалил убегающего, то они берут друг друга за руки и образуют корзинку. Дети водящей пары не должны убегать далеко от остальных играющих.

### «Сильный бросок»

Две команды играющих размещаются на площадке лицом друг к другу на расстоянии 20 м. В 3 м от игроков каждой команды проводится линия «города». На середину площадки кладут большой мяч. Каждый игрок имеет один малый мяч или снежок. По сигналу играющие в произвольной очередности мечут свои мячи в большой мяч, стараясь перекатить его за линию города противника.

Выигрывает команда, перекатившая мяч первой.

### «Мячик кверху»

Дети встают в круг, водящий идет в его середину 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. Запятнанный становится водящим. Если же водящий промахнулся, то остается им вновь и игра продолжается.

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 в игре должны быть очень внимательны, быстро реагировать на сигнал.

### Вариант игры

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

### «Зевака»

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

### «Заря»

Дети встают в круг, руки держат за спиной, а один из играющих – заря – ходит сзади с лентой и говорит:

- Заря-зарница,
- Красная девица,
- По полю ходила,
- Ключи обронила,
- Ключи золотые,
- Ленты голубые,
- Кольца обвитые –
- За водой пошла!

С последними словами водящий осторожно кладет ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берет ленту, и они оба бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто останется без места, становится зарей. Игра повторяется.

**Правила игры.** Бегущие не должны пересекать круг. Играющие не поворачиваются, пока водящий выбирает, кому положить на плечо платок.

### «Свечки»

На одной стороне площадки нужно прочертить линию длиной 4 м. Вся площадь перед этой линией называется «полем». Игроки должны выбрать двух человек. Один из них будет метальщиком, другой – подающим. И подающий, и метальщик должны находиться у линии.

Подающий игрок берет в руки мяч, а метальщик, соответственно, лапту. Остальные игроки могут находиться в любом месте «поля», но обязательно лицом к подающему и метальщику. По команде судьи (лучше в этом случае использовать свисток) подающий подбрасывает мяч невысоко вверх. Задача метальщика - ударить по мячу очень сильно, чтобы он улетел в «поле» как можно дальше. Остальные игроки должны поймать мяч на лету («поймать свечу»). Тот игрок, кто сможет поймать мяч, становится метальщиком, а бывший метальщик занимает его место в «поле».

Если никто из игроков не смог поймать мяч на лету, то один из игроков в «поле» поднимает его и бросает подающему. Если при этом тот сможет поймать мяч, не заступая за линию, он становится метальщиком. В свою очередь, бросивший мяч игрок становится подающим. А бывший метальщик в это время бежит в «поле».

Если во время игры метальщик промахнется два раза или отобьет мяч назад за черту, то он меняется местами с подающим. При трехразовой плохой подаче подающий становится «полевым» игроком, а на его место выбирается новый участник. Мяч во время игры нельзя отбивать в землю.

### **«Волк и овцы»**

В центре площадки игроки чертят мелом две параллельные линии - ров. Из игроков с помощью считалки выбираются двое водящих - волки, остальные - овцы. Волки должны поймать как можно больше овец, но водящим нельзя покидать ров. Те, кто попались, выбывают из игры.

Волки становятся во рву, а овцы - на площадке. По сигналу овцы начинают бегать и перепрыгивать через ров, а волки пытаются их поймать.

### **«Лови мяч»**

Дети сидят свободно на ковре. Им показывают картинку и рассказывают: «Жил-был маленький зайчик, он ленился, мало двигался, все спал да спал. Пришла морозная зима. Поднялся ветер, стало очень холодно. Замерз зайчик, весь дрожит...» Жил-был зайчик, Длинные ушки. Отморозил зайчик Носик на опушке. Отморозил носик, Отморозил хвостик И поехал греться К ребятишкам в гости. Там тепло, и славно, Волка нет. И дают морковку На обед. (В. Хорол.)

Надо зайчика согреть. Но как? Наверное, лучше всего поиграть с ним в мяч. Воспитатель рассаживает детей кругом (в центре сажают зайчика) и катит мяч каждому по очереди, объясняя, что его надо отталкивать от себя ладонями и пальцами так, чтобы игрушка не подскакивала. Потом дети встают на ноги и бросают мяч взрослому, стоящему на расстоянии 1 м от них. Воспитатель подходит близко к каждому ребенку и бросает ему мяч (рис. 45). Он должен точно рассчитывать бросок, чтобы мяч попал в руки малышу. Упражнение повторяется 4—6 раз. Потом детям позволяют свободно бросать мячи, которые они берут из ящика. Услышав сигнал колокольчика, малыши собирают мячи и складывают их на место. Детей хвалят за то, что они помогли зайчику согреться. Это игра намного лучше, чем смотреть бесплатно мультфильмы по ящику.



