



**Картотека
ПОДВИЖНЫХ
ИГР**

1 класс.

1. Найди свой цвет

Цель: формировать ориентировку в пространстве, приучать действовать по сигналу, развивать ловкость, внимание.



Ход игры:

Воспитатель раздает детям флажки 3-4 цветов. Дети с флажками одного цвета стоят в разных местах зала, возле флажков определенного цвета. После слов воспитателя «Идите гулять» дети расходятся в разные стороны. Когда воспитатель скажет «Найди свой цвет» дети собираются у флага соответствующего цвета.

Игра может сопровождаться музыкальным оформлением. Как усложнение, когда игра освоена детьми, можно менять ориентировочные флажки местами, располагая их в разных местах спортивного зала.

2. Солнышко и дождик

Цель: формировать умение ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь, друг на друга; приучать действовать по сигналу.



Ход игры:

Дети сидят на стульчиках. Воспитатель говорит «Солнышко!». Дети ходят и бегают по залу в разных направлениях. После слов «Дождик!», они бегут на свои места.

После того как игра хорошо освоена, слова можно заменять звуковыми сигналами.

3. Воробушки и автомобиль

Цель: формировать умение двигаться в разных направлениях, не наталкиваясь, друг на друга; совершенствовать умение реагировать на сигнал, развивать ориентацию в пространстве.



Ход игры:

Дети сидят на стульчиках на одной стороне зала. Это «воробушки» в гнездышках. На противоположной стороне – воспитатель. Он изображает автомобиль. После слов воспитателя «Воробушки полетели» дети поднимаются со стульев, бегают по залу, размахивая руками. По сигналу воспитателя «Автомобиль», дети

4. Поезд

Цель: формировать умение ходить и бегать друг за другом небольшими группами, сначала держась друг за друга, затем, не держась; приучать начинать движение и останавливаться по сигналу.



Ход игры:

Сначала к игре привлекается небольшая группа детей. первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем свободно двигаются друг за другом, двигая руками, имитируя движения колес. Роль паровоза сначала исполняет воспитатель. Лишь после

<p>убегают на свои стульчики. После того, как игра освоена детьми, вместо слов можно использовать звуковые сигналы.</p>	<p>многократных повторений роль ведущего поручается наиболее активному ребенку.</p>
<p>5. Наседка и цыплята Цель: совершенствовать умение подлезания под веревку, не задевая ее; развивать ловкость, внимание; действовать по сигналу; воспитывать взаимовыручку, товарищество. Ход игры: Дети изображающие цыплят вместе с наседкой находятся за натянутой веревкой. Наседка выходит из дома и зовет цыплят «ко-ко-ко». По ее зову цыплята подлезая под веревкой бегут к ней. На слова «Большая птица» цыплята быстро убегают. Когда цыплята убегают в дом, можно приподнять веревку повыше, чтобы дети не задевали ее.</p> 	<p>6. Самолеты Цель: формировать умение двигаться в разных направлениях не наталкиваясь друг на друга; приучать действовать по сигналу. Ход игры: Перед игрой необходимо показать все игровые движения. Дети становятся на одной стороне площадки. Воспитатель говорит «К полету готовы. Завести моторы!». Дети делают вращательные движения руками перед грудью. После сигнала «Полетели!» разводят руки в стороны и разбегаются по залу. По сигналу «На посадку!» играющие направляются на свою сторону площадки.</p> 
<p>7. Пузырь Цель: научить детей образовывать круг, меняя его размер в зависимости от игровых действий; формировать умение согласовывать действия с произносимыми словами. Ход игры: Дети вместе с воспитателем, взявшись за руки, образуют круг и проговаривают слова: <i>Раздувайся пузырь, раздувайся большой. Оставайся такой да не лопайся.</i> Играющие в соответствии с текстом отходят назад держась за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет «Лопнул пузырь!». Тогда играющие приседают на корточки и говорят «Хлоп!». И идут в цент круга со звуком «ш-ш-ш». затем снова становятся в круг.</p> 	<p>8. У медведя во бору Цель: закреплять умение двигаться врассыпную, имитировать игровые движения, двигаться в соответствии с текстом. Ход игры: Дети располагаются на одной стороне зала, а водящий на другой. Игроки двигаются к спящему медведю со словами: <i>У медведя во бору Грибы-ягоды беру. А медведь не спит И на нас рычит.</i> Медведь с рычанием пытается поймать детей, те убегают. Поймав кого-либо, отводит к себе. Игра повторяется.</p> 
<p>9. Лохматый пес</p>	<p>10.Ловишки</p>

Цель: совершенствовать умение двигаться враспынную, двигаться в соответствии с текстом, развивать ориентировку в пространстве, ловкость.

Ход игры:

Дети стоят на одной стороне зала. Водящий – пес – на другой стороне. Дети тихо подходят к нему со словами

Вот лежит лохматый пес, в лапы свой уткнувши нос.

Тихо, смирно он лежит, не то дремлет, не то спит. Подойдем к нему, разбудим, и посмотрим что-то будет!

После этих слов пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются, а пес старается их поймать.



Развивать увертливость, ловкость, быстроту.

Ход игры:

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



11. Кот и мыши

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движение по сигналу. Упражнять в беге по разным направлениям.

Ход игры Дети – «мыши» сидят в норках (на стульях вдоль стены). В одном из углов площадки сидит «кошка» - воспитатель. Кошка засыпает, и мыши разбегаются по залу. Кошка просыпается, мяукает, начинает ловить мышей, которые бегут в норки и занимают свои места. Когда все мыши вернуться в норки, кошка еще раз проходит по залу, затем возвращается на свое место и засыпает.



13.

1. Воспитатель следит за тем, чтобы все дети выбегали из норок.

2. Воспитатель может использовать в игре – кошку – игрушку.

Варианты: Мышки перепрыгивают через ручеек, преодолевают препятствия, идут по мостику.

Котик мышек не нашел и поспать к себе пошел,

12. Только котик засыпает, все мышата выбегают!

2 класс.

1. Огуречик... огуречик...

Цель: формировать умение прыгать на двух ногах в прямом направлении; бегать не наталкиваясь друг на друга; совершать игровые действия в соответствии с текстом.

Ход игры:

На одном конце зала – воспитатель, на другом дети. Они приближаются к ловишке прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит:

*Огуречик, огуречик не ходи на тот кончик,
Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет.*

После окончания речевки, дети убегают в свой дом. воспитатель произносит слова в таком ритме, чтобы дети могли на каждое слово подпрыгнуть два раза. После того как игра освоена детьми роль мышки можно поручать наиболее активным детям.



2. Мышеловка

Цель: развивать быстроту, ловкость, внимание; учить согласовывать слова с игровыми действиями.

Ход игры:

Играющие делятся на две неравные подгруппы. Меньшая образует круг – мышеловку. Остальные – мыши. Игроки в кругу двигаются и приговаривают *Ах, как мыши надоели, развелось их просто страсть. Все погрызли, все поели, всюду лезут – вот напасть.* По окончании слов дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают в мышеловку и тут же выбегают с другой стороны. По сигналу дети опускают руки и приседают. Мыши, не успевшие выбежать, считаются пойманными. Они тоже встают в круг. Игра продолжается. Когда большая часть детей поймана, подгруппы меняются местами.



3. Мы веселые ребята

4. Удочка

Цель: развивать ловкость, увертливость; совершенствовать умение соблюдать правила игры.

Ход игры:

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне также проводится черта – это дома. В центре площадки находится ловишка.

Играющие хором произносят

Мы веселые ребята, любим бегать и скакать

Ну, попробуй нас догнать. 1,2,3 – лови!

После слова «Лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка старается поймать их.

Тот, кого ловишка успеет задеть до черты, считаются пойманными и отходят в сторону, пропуская одну перебежку. После двух перебежек выбирается другой ловишка.



Цель: развивать ловкость, внимание, быстроту реакции.

Ход игры:

Играющие стоят по кругу, в центре воспитатель, он держит в руках веревку к которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку по кругу над самой землей, а дети подпрыгивают вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их. Описав мешочком два три круга, воспитатель делает паузу, во время которой подсчитывают количество попавшихся.



5. Не оставайся на полу

Цель: развивать ловкость, быстроту, увертливость; играть, соблюдая правила.

Ход игры:

Выбирается ловишка, который вместе со всеми детьми бегают по залу. Как только воспитатель произносит слово «Лови», все убегают от ловишки и взбираются на предметы. Ловишка старается осалить убегающих. Дети до которых он дотронулся, отходят в сторону. По окончании игры подсчитывается количество пойманных и выбирается новый ловишка.

6. Лиса и куры

Цель: развивать ловкость, быстроту реакции, учить действовать по сигналу, развивать ориентировку в пространстве.

Ход игры:

На одной стороне зала находится курятник (можно использовать скамейки). На насесте сидят куры. На другой стороне – нора лисы. По сигналу куры спрыгивают с насестов и свободно передвигаются по свободному пространству. Со словами «**Лиса!**» куры убегают в курятник и взбираются на насест, а лиса старается поймать курицу. Не успевшую спастись она уводит в сою нору. Когда водящий поймает 2-3 кур, выбирается другой ловишка.



7. Два мороза

Цель: развивать быстроту реакции, ловкость; закреплять умение согласовывать игровые действия со словами.

Ход игры:

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома. Играющие располагаются в одном из них. Водящие - Мороз Красный нос и Мороз Синий нос встают посередине, лицом к играющим и произносят текст

Мы -два брата молодые,

Два Мороза удалые:

Я – Мороз Красный нос. Я – Мороз Синий нос.

Кто из вас решится в путь дороженьку пуститься?

Играющие хором отвечают: "Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!"

После этих слов дети перебегают на другую сторону площадки, а Морозы стараются их поймать и заморозить. «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись и до окончания пробежки стоят не двигаясь.



8. Море волнуется

Цель: дать знания о различных пароходах, 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



9. 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,



10. Совушка.

Цель игры: формировать творческое воображение.

Ход игры. Игроки (жучки, паучки, мышки, бабочки) находятся на площадке, водящий – «совушка» сидит в гнезде. Со словами «День наступает – всё оживает!» игроки передвигаются по площадке, выполняя имитационные действия. Со словами «Ночь наступает – всё замирает!» дети останавливаются и замирают в неподвижной позе. Совушка выходит на



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.

охоту и забирает с собой тех игроков, которые пошевелились.

Правила игры. Совушке нельзя долго наблюдать за одним и тем же игроком.

11. ХИТРАЯ ЛИСА

Задачи: Развивать у детей выдержку, наблюдательность. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле.

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.

13.Морская фигура

Цель: развивать внимание, логическое мышление

Выбирается ведущий. Он отворачивается от остальных и произносит вот такую считалочку:

***Море волнуется раз,
Море волнуется два,***



14.Сбей кеглю

Цель: развивать координацию движений,

умение передать силу броску.

На полу или земле чертят линию или кладут веревочку. На расстоянии 1 -1,5 м от нее ставят 2-3 большие кегли (расстояние между



Море волнуется три,

Морская фигура на месте замри

Пока он говорит, все игроки хаотично двигаются. Как только перестает говорить все игроки замирают, изображая "морские" фигуры.

Ведущий подходит к любому игроку, дотрагивается до него рукой - игрок изображает, кого именно он показывает. Задача ведущего - отгадать, что это за фигура. Если игрок изображает непохоже, он становится водой на следующий этап.

Есть еще усложнение к правилам: если какой-нибудь игрок шевелился или смеялся во время "выступления" другого, то он становился водой.

Загадываются также:

- звериная фигура
- птичья фигура
- клоун-фигура
- рабочая фигура
- безумная фигура

и так далее, на что фантазии хватит.

кеглями 15-20 см).

Дети по очереди подходят к обозначенному месту, берут в руки лежащие рядом мячи и катят их, стараясь сбить кеглю. Прокатив 3 мяча, ребенок бежит, собирает их и передает следующему играющему.

Чтобы сбить кеглю, надо постараться

Указания к проведению. Для выполнения упражнения сначала надо дать мячи диаметром 15-20 см. Затем, когда дети научатся прокатывать мяч энергично, попадать в кегли, им можно дать мячи меньшего размера и увеличить расстояние для их прокатывания

15.«Не задень!»

На площадке раскладывают кубики (или втыкают палки) в шахматном порядке. Дети с санками стоят у одной линии по одну сторону площадки. По сигналу они наклоняются и упираются руками спереди в санки. По сигналу «поехали», везут санки из одного конца площадки в другой, обходя кубики.

Указание: напоминать детям, чтобы при движении они поднимали голову и



16.«Остановись возле снежка»

На площадке раскладывают снежки. Их должно быть на один меньше чем детей. Дети бегают в рассыпную. По сигналу каждый должен остановиться возле снежка. У каждого снежка должен стоять только один ребёнок. Тот, кто не нашёл себе места, выбывает из игры. Игра повторяется до тех пор, пока не выявится победитель.



смотрели вперёд.

3 класс.

1. У кого мяч?

Цель: развивать внимательность; закреплять умение выполнять игровые действия в соответствии с правилами игры.



Ход игры:

Играющие образуют круг. Выбирается водящий, который стоит в центре. Остальные игроки плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной. Воспитатель дает кому-нибудь мяч, и дети за спинами передают его друг другу. Водящий старается угадать, у кого находится мяч. Он говорит «Руки!» и тот к кому обращаются должен выставить обе руки. Если водящий угадал, он берет в руки мяч и становится в круг. Игрок у которого забрали мяч становится водящим.

2. Не попадись

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



Ход игры:

Играющие располагаются вокруг шнура положенного в форме круга. В центре – двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг и из него по мере приближения ловишек. Кого успели запятнать, тот получает штрафное очко. Через 40-50 секунд игра останавливается, подсчитываются проигравшие, и игра повторяется с новым водящим.

3. Ловишки с ленточками

Цель: развивать быстроту, ловкость, глазомер; совершенствовать ориентировку в пространстве, бег в рассыпную.



Ход игры:

Дети стоят в кругу, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит ловишка. По сигналу дети разбегаются в разные стороны, а ловишка старается вытянуть у них ленточки. На сигнал остановки дети собираются в круг, водящий подсчитывает ленточки. Игру можно проводить с усложнением:

4. Рыбаки и рыбки.

Цель игры: формировать согласованность двигательных действий.



Ход игры. Игроки - «рыбки» находятся на площадке. Пара игроков – водящие образуют «сеть» (берутся за руки – одна рука свободна). По сигналу рыбки бегают по площадке, а рыбаки догоняют рыбок и соединяют вокруг них руки. Рыбка, которая попала в сеть, присоединяется к рыбакам. Игра продолжается до тех пор, пока сеть не разорвется или пока не будут пойманы все игроки.
Правила игры. Рыбки не должны сталкиваться, рыбаки –

- в кругу стоят двое ловишек.
- ловишки нет, мальчики собирают ленточки у девочек, а девочки у мальчиков.

5. У Мазая

Цель: совершенствовать согласованность движений.

Ход игры:

Участники сидят на стульях, выбирают деда Мазая. Все остальные отходят от него и договариваются, что будут показывать. После чего идут и говорят:
«Здравствуй, дедушка Мазай с длинной белой бородой, с карими глазами, с белыми усами»
- Здравствуйте, детки! Где вы были, что делали?
- Где мы были - мы не скажем, а что делали - покажем.

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



расцеплять руки.

6. Черный, белый не берите, «Да» и «Нет» не говорите

Цель: развивать внимательность, умение следить за своими ответами в ходе игры, закреплять знания об окружающем.

Ход игры:Игра начинается так:

*Вам прислали сто рублей,
Что хотите, то купите,
Черный, белый не берите,
«Да», «Нет» не говорите.*

После этого водящий ведет разговор, задавая вопросы. Тот кто сбился в ответе, отдает водящему фант. После игры, проштрафившиеся выкупают свои фанты, выполняя различные задания.



7. Краски

Цель: закреплять знание цвета и оттенков; совершенствовать навыки основных движений.

Ход игры:

Выбирают хозяина и двух продавцов. Все остальные игроки – краски, которые выбирают себе цвета. Покупатель стучится:

- *Кто там?*
- *Покупатель.*
- *Зачем пришел?*
- *За краской.*
- *За какой?*
- *За голубой.*



8. Караси и щука.

Цель игры: воспитывать внимание и сообразительность. **Ход игры.** Участвуют 2 группы. Одна строится в круг – это «камешки», другая – «караси», которые «плавают» внутри круга. Водящий – «щука» находится в стороне от игроков. По команде «Щука!» водящий быстро вбегает в круг, а караси прячутся за камешки. Не успевших спрятаться, щука пятнает. Пойманные караси временно выбывают из игры. Игра повторяется с другой щукой. По окончании игры отмечается лучший водящий. Правила игры. Карасям нельзя трогать камешки руками.



Если данной краски нет, хозяин говорит
- Скачи на одной ножке по голубой дорожке.
Выигрывает тот покупатель, который угадал больше
красок.

9. Подвижная игра «Волк во рву»

9. Цель: развивать смелость и ловкость, умение
действовать по сигналу. Упражнять в прыжках
в длину с разбегу.

Описание игры: на площадке проводятся две
параллельные прямые на расстоянии 80 – 100 см –
«ров». По краям площадки очерчивается «дом коз».
Воспитатель назначает одного играющего «волком»,
остальные – «козы». Все козы располагаются на одной
стороне площадки. Волк становится в ров. По сигналу
воспитателя «волк во рву» козы бегут на
противоположную сторону площадки, перепрыгивая
через ров, а волк - старается их поймать (коснуться).
Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность
игры 5-7 минут.



10. Медведи и пчелы.

Цели: упражнять детей в лазании по лестнице,
развивать умение ориентироваться в
пространстве.

Ход игры. Дети делятся на две группы: «медведи» и
«пчелы». На одной стороне зала находится улей, а на
противоположной стороне луг. В стороне располагается
берлога медведей. По условному сигналу воспитателя
пчелы вылетают из улья (слезают с возвышений, летят на
луг за медом и жужжат). Пчелы улетают, а медведи
выбегают из берлоги и забираются в улей (влезают на
возвышение) лакомятся медом. Как только воспитатель
подает сигнал «Медведи! », пчелы летят к ульям, а
медведи убегают в берлогу. Не успевших спрятаться
пчелы жалят (дотрагиваются рукой). Ужаленные
медведи пропускают одну игру. Игра возобновляется, и
после ее повторения дети меняются ролями.

Правила игры. Нельзя влезать на лестницу ногами выше
второй рейки, спрыгивать с лестницы.



11.«Мы веселые ребята»

Задачи: Развивать у детей умение выполнять
движения по словесному сигналу. Упражнять
в беге по определенному направлению с
увертыванием. Способствовать развитию речи.

Описание: Дети стоят на одной стороне площадки.



12.Третий лишний

Цель: учить соблюдать правила игры,
развивать ловкость и быстроту бега.

Играющие становятся парами по кругу лицом к
центру так, что один из пары находится впереди, а
другой —сзади него. Расстояние между парами — 1—2



Перед ними проводится черта. На противоположной стороне также проводится черта. Сбоку от детей, на середине, между двумя линиями, находится ловишка, назначенный воспитателем. Дети хором произносят: «Мы веселые ребята, любим бегать и скакать, ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три- лови!» После слова «лови», дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих. Тот, кого ловишка дотронулся, прежде чем играющий пересек черту, считается пойманным и садится возле ловишки. После 2-3 перебежек производится пересчет пойманных и выбирается новый ловишка.

Правила: Перебегать на другую сторону можно только после слова «лови». Тот, до кого дотронулся ловишка отходит в сторону. Того, кто перебежал на другую сторону, за черту, ловить нельзя.

м. Двое водящих занимают место за кругом: один убегает, другой его ловит. Спасаясь от погони, убегающий может встать впереди любой пары. Тогда стоящий сзади оказывается «третьим лишним» и должен убежать от второго водящего. Если догоняющий коснется убегающего, то они меняются ролями. Никто не должен мешать игроку убежать от преследователя.

Разновидности игры 1. Стоящий сзади в паре «третий лишний» должен не убежать, а догонять второго водящего.

2. Игроки стоят в парах лицом друг к другу и держатся за руки. Убегающий может встать между руками любой пары. К кому он встанет спиной, тот «третий лишний» и должен убежать.

3. Играющие прогуливаются по кругу парами, держат друг друга за руки, а свободные руки на поясе. Убегающий, спасаясь от преследования, может в любой момент взять кого-нибудь под руку. Тогда стоящий с другой стороны становится убегающим.

13.«Кто быстрее залепит круг»

На снегу чертят два небольших круга – цели для попадания. Для детей готовят снежки. Участников делят на две группы. Каждая группа становится возле своего круга (расстояние от него до каждого участника должно быть 1,5 м). По сигналу дети начинают бросать снежки в круг, стараясь залепить всю его площадь. Побеждает группа, которая сделала это первая.



4 класс.

1. Птицы

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

Ход игры:

Играющие выбирают хозяйку и ястреба. Остальные - птицы. Прилетает ястреб. Хозяйка говорит:

- *Зачем пришел?*
- *За птицей!*
- *За какой?*

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



2. Ловля рыб

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

Ход игры:

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

- *Что вы вяжете? (рыбы)*
- *Невод. (рыбаки имитируют движения)*
- *Что вы будете ловить?*
- *Рыбу.*
- *Какую?*
- *Щуку.*
- *Ловите.*

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



3. Белые медведи"

Развивает активные творческие двигательные действия, мотивированные сюжетом игры.

Подготовка. Площадка представляет собой море. В стороне очерчивается небольшое место - льдина. На ней стоит водящий - "белый медведь". Остальные "медвежата" произвольно размещаются по всей площадке.

Содержание игры. "Медведь" рычит: "Выхожу на ловлю!" - и устремляется ловить "медвежат". Сначала он ловит одного "медвежонка" (отводит на льдину),



4. Попади в мяч"

Подготовка. Для игры нужны один волейбольный мяч и теннисные мячи в количестве, равном половине участвующих. Играющие делятся на две команды и выстраиваются шеренгами на противоположных сторонах площадки на расстоянии 18-20 м друг от друга. Перед носками играющих проводятся линии, а посередине площадки кладётся волейбольный мяч. Игроки одной команды (по жребью) получают по маленькому мячу.

Содержание игры. По сигналу руководителя игроки



затем другого. После этого два пойманных "медвежонка" берутся за руки и начинают ловить остальных играющих. "Медведь" отходит на льдину. Настигнув кого-нибудь, два "медвежонка" соединяют свободные руки так, чтобы пойманный очутился между руками, и кричат: "Медведь, на помощь!" "Медведь" подбегает, осаливает пойманного и отводит на льдину. Следующие двое пойманных также берутся за руки и ловят "медвежат". Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все "медвежата". Последний пойманный становится "белым медведем". Побеждает последний пойманный игрок.

Правила игры: 1. "Медвежонок" не может выскользывать из-под рук окружившей его пары, пока не осалил "медведь". 2. При ловле запрещается хватать играющих за одежду, а убегающим выбегать за границы площадки.

бросают мяч в волейбольный мяч, стараясь откатить его к противоположной команде. Игроки из другой команды собирают брошенные мячи и по сигналу тоже бросают их в волейбольный мяч, стараясь откатить его обратно. Так, поочередно команды метают мячи установленное количество раз. Продолжительность игры 8-10 мин.

Выигрывает команда, сумевшая закатить мяч за черту команды, стоящей напротив.

5. Охотники и утки.

Цель игры: воспитывать ловкость.

Ход игры. Игроки -«утки» находятся на площадке. 2 водящих – «охотники» стоят на противоположных сторонах площадки лицом друг к другу, у одного из них в руках мяч. Охотники бросают мяч, стараясь попасть им в уток. Утки перебегают с одной стороны площадки на другую, стараясь увернуться от мяча. Игроки, в которых попали мячом, временно выбывают из игры. Игра длится 5 мин., затем подсчитываются пойманные утки и выбираются новые водящие.

Правила игры. Мяч бросать в спину или ноги игрокам.



6. Плетень.

Цель игры: воспитывать самоорганизацию

Ход игры. Игроки двух команд строятся в 2 шеренги на противоположных сторонах площадки и образуют «плетень» (согнув руки скрестно перед грудью, держат за разноимённые руки соседей справа и слева). По сигналу дети отпускают руки и разбегаются в разных направлениях, а по команде «Плетень!» строятся на своих местах, образуя плетень. Отмечается команда, которая быстрее построится.

Правила. Очередность игроков в шеренге можно не соблюдать.



7. Снежная королева.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Ход игры. Игроки находятся на площадке, водящий – «Снежная королева» в стороне от игроков. По команде игроки разбегаются по площадке, а Снежная королева старается их догнать и запятнать.
Правила игры. Кого коснулась «Снежная королева», превращается в «льдинку» и остаётся стоять на месте.



8. «Повар и котята»

Цель: упражнять детей в различных видах ходьбы или бега, развитие быстроты реакции, сноровки, умения ориентироваться на слово.

Описание игры: По считалке выбирается повар, который охраняет лежащие в обруче предметы – «сосиски». Повар разгуливает внутри обруча, шнура – «кухни». Дети - котята идут по кругу, выполняя различные виды ходьбы, бега, произнося текст:

Плачут киски в коридоре,

У котят большое горе:

Хитрый повар бедным кискам

Не дает схватить сосиски.

С последним словом «котята» забегают на «кухню», стремясь схватить сосиску. Повар пытается осалить вбежавших игроков. Осаленные игроки выбывают из игры. Игра продолжается до тех пор, пока все сосиски не будут украдены у повара. Выигравший котенок становится поваром.

Нельзя раньше времени забегать в круг. Повару не разрешается хватать котят, только салить, ему не разрешается выходить за пределы круга. Запрещено брать одновременно 2 и более предмета.



9. «Найди и промолчи»

Цель: учить ориентироваться в зале.

Воспитывать выдержку, смекалку.

Описание игры: Детям воспитатель показывает предмет, и после того как они закрыли глаза, он прячет его. Потом предлагает поискать, но только не брать, а сказать на ушко, где он спрятан. Кто нашёл первый тот и ведущий в следующей игре



10. Бездомный заяц»

Цель: развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге

Описание игры: из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки – «свой домик».

Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок;



Описание игры: Детям воспитатель показывает предмет, и после того как они закрыли глаза, он прячет его. Потом предлагает поискать, но только не брать, а сказать на ушко, где он спрятан. Кто нашёл первый тот и ведущий в следующей игре

тогда заяц, стоявший в кружке – становится бездомным зайцем. Если охотник поймает, то меняются ролями. Продолжительность игры 5-7 минут

11. Иголлка, нитка, узелок.

Цель: развивать быстроту и реакцию, воспитывать смелость.



Жила-была лисичка, которая хотела научиться шить, но иголлка с ниткой и узелок никак не давались ей. Итак, кто будет лисичка, кто иголлка, кто нитка, а кто узелок? Выбрали?

Остальные участники встают в круг и берут друг друга за руки. Иголлка, нитка и узелок образуют цепочку и бегают от лисы. Они то забегают в круг, то выбегают из него. а лиса за ними. Если ей удастся кого-нибудь из них поймать или кто-то расцепит руки, лиса тут же занимает его место. Игрок возвращается в круг, а остальные участники выбирают новую лисичку.

12. Затейники

Цель: учить соблюдать правила игры, действовать быстро, ловко, упражнять в беге. Современный вариант предыдущей игры. По считалке выбирают затейника. Взявшись за руки, все другие участники, движутся по кругу и пропевают:



Ровным кругом друг за другом

Мы идем за шагом шаг.

Стой на месте, скажем дружно

Потом делаем... вот так.

После слов "Стой на месте" ребята останавливаются, разнимают руки и ждут движения затейника. Затейник показывает какое-нибудь движение, и все повторяют его.

После двух-трех повторений игры затейник назначает себе замену. Каждый последующий затейник придумывает для показа что-нибудь новенькое.

13. Золотые ворота

Цель: развивать внимательность.

Описание игры:

В игре «Золотые ворота» двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «воротики». Остальные дети встают друг за другом и кладут руки на плечи идущему впереди либо просто берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под



14. Кто останется в кругу

Цель: развивать чувство равновесия, ловкость, быстроту движений. Тренировать слаженность коллективных действий, быстроту реакции и смекалки. Начертите круг диаметром 2 метра. В круг встают игроки в количестве от 3 до 5 человек. Нужно встать на одну ногу и по команде ведущего начинать прыгать, стараясь вытолкнуть остальных. Побеждает тот, кто в кругу останется один.



воротами.

«Воротики» произносят:

Золотые ворота

Пропускают не всегда!

Первый раз прощается,

Второй запрещается,

А на третий раз

Не пропустим вас!

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

Правила игры

1. Двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «воротики». Остальные дети встают друг за другом и кладут руки на плечи идущему впереди либо просто берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под воротами.
2. те, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротиками». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается.
3. Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами»

15.«Салки со снежками»

Количество участников: от 6 человек

Что нужно для игры: снежки

Игра проводится на площадке 30 x 15 м. В ее



16.«Гонки снежных комов»

Количество участников: от 2 человек

Что нужно для игры: флажки

Для начала игры каждый участник лепит себе



центре чертят небольшой круг— место для водящего и его помощников. Выбирают водящего, остальные игроки разбегаются по площадке. Задача водящего — осалить заготовленными снежками игроков, которые бегают по площадке. Осаленные игроки становятся помощниками водящего, встают в круг и получают право тоже осаливать игроков за кругом. Таким образом, по ходу игры постепенно уменьшается число игроков, свободно бегающих по площадке. Игра заканчивается, когда остается один не осаленный игрок. Он — победитель и может стать водящим при повторной игре.

снежный ком диаметром 50-60 см. Ведущий принимает комья участников и обтесывает их до приблизительно одинакового размера. Игроки со своими снежными комьями выстраиваются на старте. Игровое поле длиной 10-12 м ограничивается флажками. Игроки по сигналу водящего, катя снежные комья, добираются до флажков, обгибают их и возвращаются на финиш-старт. Игрок, прибежавший первым, побеждает, а из комьев после 3-4 забегов лепят снежную бабу.

5 класс.

1. «Гори, гори ясно!»

Цель: развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

Описание игры:

Играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию. Все говорят:

Гори, гори ясно, Чтобы не погасло.

Глянь на небо- Птички летят,

Колокольчики звенят! Раз, два, три – беги!

После слова «беги» дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа, стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети



2. Хвосты.

Цель: развивать быструю реакцию.

Описание игры.

В эту игру играют по два человека.

Игрокам за пояс заправляют по куску веревки, чтобы сзади свешивался "хвостик". Игрок должен выдернуть "хвостик" у своей пары, в то же время следя, что бы пара не выдернула хвостик у него самого.

Правила игры.

1. Играющие делятся на пары.
2. За пояс играющим заправляют веревку, которая висит сзади вместо хвоста, примерно на 2/3 длины.
3. По сигналу (можно включить веселую музыку) играющий должен отобрать "хвост" у своего противника и одновременно защищать свой собственный.



успеют встретиться и соединить руки. Если ловящему это удастся сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий.

4. Оставшийся без хвоста считается проигравшим и с этого момента не может отбирать хвост у своего противника.

Примечание.

Можно играть одновременно и большим количеством игроков. К примеру 4-5 человек будут пытаться отобрать "хвосты" друг у друга, а победит тот, кто соберет больше всех "хвостиков".

3. Три, Тринадцать, Тридцать.

Цель: развивать внимание и быструю реакцию детей.



Описание игры.

Участники игры заранее оговаривают: какое из чисел – какое действие обозначает.

Игроки строятся в шеренгу на расстоянии вытянутых в стороны рук.

Если водящий (учитель) говорит «три» - все игроки должны поднять руки вверх, при слове «тринадцать» - руки на пояс, при слове «тридцать» - руки вперед и т.д. (Можно придумать самые разные движения).

Игроки должны быстро выполнить соответствующие движения.

Правила игры.

1. Участники заранее договариваются - какое из чисел – какое действие обозначает.
2. Игроки строятся в шеренгу на расстоянии вытянутых в стороны рук.
3. Водящий называет определенное число – участники должны быстро выполнить соответствующее действие.
4. Водящий может называть числа в любом порядке.
5. Игрок, допустивший ошибку, отходит на один шаг

4. Хвост дракона.

Цель: развивать внимание, реакцию и ловкость.



Описание игры.

Игроки встают друг за другом, взяв впереди стоящего за талию (как бы образуя дракона/змейку). Стоящий впереди — голова дракона, задний — хвост. «Голова» дракона пытается поймать свой «хвост», а «хвост» должен увернуться от «головы», при этом все остальные звенья дракона/змейки не должны расцепляться.

Когда передний игрок поймает заднего, пойманный становится «головой». Остальные меняются местами по желанию. Игра продолжается.

Правила игры.

1. Игроки строятся друг за другом, держась за талию впереди стоящего, образуя дракона.
2. Первый игрок - «голова» пытается поймать последнего - «хвост», при этом остальные не должны расцепляться.
3. Когда первый игрок поймает последнего, пойманный становится «головой».
4. Остальные меняются местами по желанию. Игра начинается сначала.

назад и там продолжает игру.

6. Выигрывает тот, кто по окончании игры останется на исходной позиции.

5. Попрыгунчики

Цель: развивать двигательную активность, умение прыгать в длину.



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

Правила

1. Играющим из круга разрешается только выпрыгивать. Тот, кто из круга выбегает, выходит из игры.
2. Пятнашка преследует играющих, также прыгая на двух ногах.

Указания к проведению

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

Вариант игры

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

6. Жмурки

Цель: учить быстро действовать при потере равновесия.



Дети часто и охотно играют в жмурки, в особенности малолетние, так как игра эта очень проста. Местом для нее избирают большую, просторную комнату или чистый двор.

Дети выбирают из своей среды одного, накладывают ему на глаза повязку, пользуясь чистым носовым платком или т. п. По данному сигналу, участвующие в игре бросаются в разные стороны, а мальчик с повязкой на глазах, стоящий среди двора или комнаты, старается поймать кого-нибудь из бегущих.

Попавшийся меняется с ним ролями, т. е. ему накладывают повязку на глаза и он, в свою очередь, старается также поймать кого-нибудь из товарищей.

Дети должны во время бега все-таки следить, чтобы тот из них, у которого глаза завязаны, не наткнулся на какой-нибудь предмет; при виде опасности они предупреждают криком: «огонь!»

пятнашкой. Игра повторяется.

7. Уголки

Цель: закреплять ловкость, быстроту бега.

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

Вариант

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

Указания к проведению

Игра имела разные названия: «Ключи», «Соседи», «Уголки». Игру хорошо проводить на большой площадке. Вначале уголки следует располагать близко один от другого, тогда и водящему легче занять уголок. Затем расстояние можно увеличить. Если на участке есть деревья, расположенные недалеко друг от друга, то играющие встают около деревьев. Водящий может говорить и такие слова:

Мышка, мышка, продай уголок!



8. Шишка-камешек

Цель: учить четко и быстро выполнять повороты, не останавливаясь.

Дети встают тройками и, взявшись за руки, образуют круг. Каждый из тройки имеет название: «шишки», «желуди», «орехи». Ведущий находится за пределами круга. Ведущий произносит слово «орехи» (или «шишки», «желуди»), и все игроки, которые имеют это название, меняются местами, а ведущий старается занять чье то место. Если это ему удастся, то он стает орехом («желудем», «шишкой»), а тот, кто остался без места, стает на место ведущего....



*За шильце, за мыльце, за белое полотенце,
За зеркальце.*

9. Пятнашки

Цель: упражнять в беге враспынную.

Игры в пятнашки происходят либо в просторной комнате, либо на воздухе, где дети собираются в каком угодно количестве, начиная с 4—5 и кончая 25-и более.

Собравшись, дети из своей среды выбирают одного, и дают ему прозвище пятнашки; роль его состоит в том, что он внимательно следит за бегущими по разным направлениям детьми и старается во что бы то ни стало поймать одного и запятнать его, т. е. коснуться рукой.

Пойманный задерживается таким образом и превращается в «пятнашку» при этом его имя произносится во всеуслышание для того, чтобы товарищи знали, кого им следует остерегаться.

Лишь только он, в свою очередь, поймаёт кого-нибудь из участников, то немедленно передаёт ему свою роль, переходя сам в группу детей, спасающихся бегством. Игру эту следует продолжать до тех пор, пока дети сохраняют живой интерес к ней и не почувствуют себя утомленными.

Игры в пятнашки основаны, главным образом, на движении; их можно однако разнообразить, вводя различные элементы, например метание мяча и тому подобное.



10. Попади в городок»

Количество участников: от 2 человек

Что нужно для игры: городки (небольшие палочки).

Играющие делятся на 2 команды, заготавливают снежки и выстраиваются за общей чертой. Перед каждой командой на расстоянии 8 шагов ставят по «городку», закопанному вертикально в снег. Играющие обеих команд одновременно дают залп снежками, каждая по своему «городку». Сбитый «городок» относится на один шаг дальше черты метания. Затем следуют новые залпы. Команда, не сбившая свой «городок», делает новую попытку до тех пор, пока «городок» не будет сбит. Команда, игроки которой сумеют за условленное число залпов отодвинуть свой «городок» дальше другого, побеждает. Переступить за линию метания нельзя.



11.«Тянем-потянем»

Количество участников: 2 человека

Что нужно для игры: санки, веревка

Для проведения игры во дворе находят невысокий столб, металлический турник и т.

п. Вербка крепко привязывается к столбу так, чтобы на каждого игрока приходилось по концу длиной 5-6 м.

К веревке привязывают 2 саней и отводят их в противоположные стороны, на всю длину веревки. 2 игрока по сигналу ведущего садятся в санки, берут в руки концы веревок и, подтягивая к себе веревку, быстро доезжают до столба. Тот, кто быстрее дотронется рукой до столба, выигрывает.



12.