



«Хоровод».

Дети за воспитателем проговаривают слова. Взявшись за руки, ходят по кругу.

Вокруг розовых кустов, среди травок и цветов

Кружим, кружим хоровод, ох, веселый мы народ!

До того мы закружились, что на землю повалились.

Бух! (*На последней фразе дети приседают.)*

«Гуляем».

Воспитатель произносит рифмованный текст, дети ходят между разложенными обручами, имитирующими лужи.

Я иду, я иду, поднимаю ножки.

У меня на ногах красные сапожки.

Ой-ой-ой, посмотри, лужа-то какая,

Ой-ой-ой, посмотри, лужа-то большая.

«Карусель».

У воспитателя в руках обруч, к которому привязаны разноцветные ленты. Дети берутся за ленты, воспитатель в центре двигается с обручем. Дети идут, а затем бегут по кругу.

Еле-еле, еле-еле завертелись карусели,

А потом, а потом все бегом, бегом, бегом!

Тише-тише, не бегите, карусель остановите.

Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра.

«Воробушки и автомобиль».

Дети-воробушки садятся на скамейку-гнездышко. Воспитатель изображает автомобиль. После его слов: «Полетели, воробушки на дорожку» – дети поднимаются и бегают, размахивая крылышками. По сигналу воспитателя: «Автомобиль едет, летите, воробушки, в гнездышко!» – автомобиль выезжает, воробушки улетают *(садятся на скамейку).* Автомобиль уезжает.

«Раз, два, три, к дереву беги».

Дети стоят возле воспитателя и слушают, что он им скажет. Если воспитатель говорит: «Раз, два, три к дереву беги», дети бегут к дереву и ждут воспитателя.

Если воспитатель скажет: «Раз, два, три, к кустику беги», бегут к кустам и ждут воспитателя.

«Найди флажок».

Дети сидят на скамейке. Воспитатель предлагает детям закрыть глаза, а сам в это время раскладывает флажки по площадке. Затем говорит: «Ищите флажки». Дети ходят по площадке, ищут, нашедшие подходят к воспитателю. Он собирает у детей флажки, затем снова раскладывает, игра повторяется.

«Мой весёлый звонкий мяч»**.**

Дети стоят около воспитателя и изображают мячики, прыгая на месте и приговаривая:

Мой весёлый звонкий мяч,

Ты куда пустился вскачь?

Жёлтый, красный, голубой,

Не угнаться за тобой!

После этого мячики убегают, а воспитатель ловит.

«Перебежки».

1. Пробежать в среднем темпе как можно дальше (90-180м).

2. пробежать по краям площадки или по ровненькой дорожке, высоко поднимая колени.

3. Бежать, перешагивая через палки, рейки, положенные на землю.

4. Кто меньше сделает шагов, добежав до определённого места.

5. Кто быстрее пробежит дистанцию.

« На одной ножке вдоль дорожки».

Дети становятся на одной стороне площадки. Воспитатель предлагает им допрыгать до другой стороны площадки на правой ноге. Обратно можно возвращаться бегом. Затем прыгают на левой ноге.

«Птицы и лиса».

Дети-птицы устраиваются на пеньках, это их гнёзда. Вдалеке норка лисы. Птицы слетают с деревьев на землю, перелетают с одного места на другое, ищут различных вредных насекомых. По сигналу воспитателя: «Лиса!» – все прячутся в свои гнёзда, а лиса выбегает из норы и пытается догнать птицу.

«Поезд».

Взрослый предлагает нескольким детям встать друг за другом. Дети выполняют роль вагончиков, а взрослый – паровоза. Паровоз дает гудок, и поезд начинает движение: вначале медленно, а затем все быстрее и быстрее. Дети двигают руками в такт словам «чу-чу-чу».

Вот поезд наш едет, Ребят он повез

Колеса стучат, Далеко-далеко.

А в поезде этом Но вот остановка,

Ребята сидят. Кто хочет слезать?

Чу-чу-чу, чу-чу-чу! Вставайте, ребята,

Бежит паровоз Пойдемте гулять!

Далеко-далеко.

После этих слов дети разбегаются по группе или участку. По сигналу взрослого они встают друг за другом, изображая вагончики.

«Вейся, венок».

Вместе с воспитателем дети водят хоровод вокруг дерева, произнося:

Выйдем, выйдем погулять, погулять в садочек,

Будем листья собирать, сделаем веночек.

Много листьев наберем, желтеньких и красных,

И веночки мы сплетем из листочков разных.

Воспитатель говорит: «Подул ветерок, разлетелись листочки!» (дети выполняют бег по площадке). После слов «вейся, венок, завивайся, да не путайся» дети бегут к воспитателю и снова встают в хоровод.

«Пузырь».

Дети вместе с воспитателем, держась за руки, образуют небольшой круг.

Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,

Оставайся такой, да не лопайся.

Произнося слова, играющие отходят назад, и держась за руки,пока воспитатель не скажет «лопнул пузырь!» Тогда они отпускают руки и приседают, говоря «хлоп!» Можно также держаться за руки и двигаться к центру круга, произнося при этом «ш-ш-ш» *(воздух выходит).*

«Самолеты».

Воспитатель говорит: «К полету приготовиться, завести моторы!» – дети выполняют вращательные движения руками перед грудью и произносят «Р-р-р». По сигналу «полетели!» – дети разводят руки в стороны и летят, разбегаются в разные стороны. По сигналу «на посадку!» – дети садятся на скамейку.

«Позвони в колокольчик».

Воспитатель берет маленький колокольчик на шнурке и держит в руке или подвешивает так, чтобы он находился несколько выше вытянутых вверх рук ребенка. Подпрыгнув, ребенок должен коснуться колокольчика (выполнять прыжок можно как с места, так и с разбега).

«Акула и рыбки».

Дети – «рыбки» плавают. По сигналу воспитателя: «Акула!» – дети прячутся, «уплывают» в укрытие (домик обозначить шнуром или канатом).

«Солнышко и дождик».

Дети сидят на корточках за чертой, воспитатель говорит: «Солнышко! Идем гулять». Дети бегают по площадке. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» – бегут за обозначенную линию, присаживаются на корточки.

«Куры и кошка».

Дети изображают курочек. Роль кошки ис­полняет помощник воспитателя. Воспитатель уточняет с детьми, как курочки машут крыльями, как они ходят, клюют зернышки. Определяет место, где живут курочки и где они будут прятаться от кошки. Затем воспитатель произносит следующие слова:

Выходите, курочки, Жучков, паучков

Собирайте крошки, На зеленой дорожке.

Дети-курочки выбегают на середину зала, машут крыльями, летают. Воспитатель продолжает:

Куры крыльями махали: Куры клювиком стучали:

Ко-ко-ко, ко-ко-ко! Тук-тук-тук, тук-тук-тук!

Дети-курочки присаживаются на корточки и стучат пальцами по полу, произнося: «Тук-тук-тук!»

Вдруг появляется кошка (помощник воспитателя):

Выйду, выйду на дорожку, Там, где куры ищут крошки,

Мяу-мяу-мяу! Мяу-мяу-мяу!

Куры громко кричат: «Ко-ко-ко, ко-ко-ко!» — и убегают в свои домики.

«Я люблю свою лошадку».

Дети имитируют наездников. На слова из стихотворения А. Барто «Я люблю свою лошадку, причешу ей шерстку гладко, гребешком приглажу хвостик...» гладят, причесывают своих ло­шадок. На слова «И верхом поеду в гости...» скачут галопом (если еще не умеют, то как могут). Взрослый вначале действует с детьми, а они подражают ему. Затем дети действуют самостоятельно, а взрослый по­ощряет их.

«Зайчик в домике».

Обручи лежат на полу – это домики зай­чиков. Зайчики прыгают по комнате, бегают. По сигналу взрослого «Серый волк!» бегут в свои домики. Затем игра продолжается. В игре может участвовать один ребенок или несколько детей. Воспитатель хва­лит детей: «Молодцы, зайчата! Все убежали от волка!»

«Поймай перышко».

На конец небольшой палочки, прута привязывают шнурок и к нему перышко. Воспитатель держит прут так, чтобы перышко не слишком быстро летало над головой ребенка. Ребенок, подпрыгивая, старается поймать его.

«По тропинке».

На земле на расстоянии 25-30 см друг от друга проводят две параллельные линии (или кладут два шнура) длиной 2,5-3 м. Дети медленно идут по тропинке туда и обратно.

«Зайцы и волк».

Дети-зайцы прячутся за кустами, деревьями. В стороне, под кустом, находится волк. Дети выбегают, прыгают, щиплют травку. Используется текст:

Зайки скачут скок, скок, скок –

На зеленый на лужок.

Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают,

Не идет ли волк?

С окончанием текста появляется волк и начинает ловить зайцев. Сначала роль волка выполняет воспитатель.

«Принеси кубик».

Дети сидят или стоят на одной стороне площадки. Напротив, на расстоянии 6-8 м от них, на скамейке расставлены кубики. По сигналу воспитателя дети идут к кубикам, берут их и направляются к воспитателю. Затем по сигналу дети бегут к скамейке, кладут кубики и возвращаются обратно.

«Лохматый пес».

Дети стоят на одной стороне площадки. Один ребенок, на противоположной стороне, изображает пса. Дети тихонько подходят к нему, произнося:

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?

Дети приближаются и, как только заканчивается стихотворение, пес вскакивает, громко лает. Дети разбегаются, пес старается поймать кого-нибудь. Когда все дети спрячутся, пес возвращается на место.

« Мотыльки».

Дети изображают мотыльков. Взрослый поет или говорит:

На зеленом на лугу

Мотыльки летают.

И с цветочка на цветок

Весело порхают.

(Дети-мотыльки бегают, машут крылышками руками, порхают с кочки на кочку (мягкие дорожки или коврики разложенные по группе).)

Таня вышла на лужок,

У нее в руках сачок.

Берегись-ка, мотылек,

Улетай скорей, дружок!

(Взрослый держит в руках яркий сачок и пытается поймать мотыльков. Дети убегают.)

«Лиса и цыплята».

Дети изображают цыплят, вышедших на прогулку. Цыплята весело бегают, машут крылышками, клюют зерныш­ки. Взрослый говорит, а дети выполняют действия:

Впереди из-за куста

Смотрит хитрая лиса.

(Цыплята настораживаются.)

Мы лису обхитрим,

Тихо-тихо убежим.

(Цыплята бегут на носочках за обозна­ченную черту.)

Взрослый следит, чтобы цыплята убегали только после слов «Тихо-тихо убежим».

Вариант игры. Во время прогулки цыплята могут прыгать, взбирать­ся на бревнышко, подлезать под веревку, сетку и т. п.

«Снег идет».

Воспитатель читает стихотворение:

Белый снег пушистый в воздухе кружится

И на землю тихо падает, ложится.

Дети бегают, кружатся, изображая легкие снежинки.

«Догони меня».

Дети сидят на скамейке. Воспитатель предлагает им догнать его и бежит в сторону, противоположную от детей. Дети стараются поймать его. Когда дети подбегают к воспитателю, он говорит: «Убегайте, догоню!» Дети бегом возвращаются на свои места. Темп бега невысокий, при повторе направление бега меняется.

«Зайка беленький сидит».

Дети-зайки сидят на скамейке. Воспитатель предлагает им выбежать на полянку. Воспитатель произносит текст, а зайцы выполняют соответствующие движения (изображают ладонями ушки, хлопают в ладошки, подпрыгивают):

Зайка беленький сидит и ушами шевелит,

Вот так, вот так он ушами шевелит.

Зайке холодно сидеть надо лапочки погреть,

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть.

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать,

Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать.

Мишка зайку напугал,

Зайка прыг и ускакал.

Дети-зайцы бегут на свои места, а воспитатель с игрушкой их пытается догнать.

Можно использовать любую игрушку и называть ее (котик, песик и т.д.)

«Снежные мячики».

Дети лепят снежки (используют готовые, сделанные заранее), подбрасывают их вверх и ловят, кидают вперед.

«Сбей флажок».

Воспитатель предлагает детям сбить воткнутый в снег флажок слепленным из снега комом.

«Снежинки и ветер».

Воспитатель произносит слова:

А сейчас я посмотрю,

Кто умеет веселиться,

Кто мороза не боится!

По сигналу воспитателя «Снежинки!» дети ходят в медленном темпе по площадке, кружатся. По сигналу «Ветер!» дети-снежинки разлетаются по площадке (выполняют легкий бег).

«Снайперы».

Воспитатель разбрасывает по площадке снежки, произнося слова:

Поскорее подбирайте

Мои белые снежки,

И в мишень метко бросайте,

Покажите, как ловки.

Дети бросают снежки в мишень (нарисованный круг).

«Поймай снежинку».

Воспитатель вращает снежинку по кругу, а дети ее ловят.

«Зайки-попрыгайки».

Воспитатель читает стихотворение:

А под елкой зайки,

Зайки-попрыгайки.

Скок да скок, прыг да скок,

Зайки-попрыгайки.

Дети прыгают до окончания текста, затем – после паузы – можно повторить упражнение.

«Мороз Красный Нос».

Воспитатель стоит напротив детей на расстоянии 5 м и произносит слова:

Я – Мороз Красный Нос. Бородою весь зарос.

Я ищу в лесу зверей. Выходите поскорей!

Выходите, зайчики! Девочки и мальчики!

*(Дети идут навстречу воспитателю.)*

– Заморожу! Заморожу!

Дети разбегаются, а воспитатель пытается поймать их.

«Кто добросит до флажка».

Дети лепят снежки и по очереди друг за другом бросают их до флажка, воткнутого в снег.

«Хоровод».

Воспитатель читает стихотворение:

Встали звери все в кружок,

Ай да елочка-дружок.

Дети ходят по кругу, держась за руки. Игра повторяется 2-3 раза со сменой направления движения.

«Куры в огороде».

Детская площадка – огород. На одной стороне площадки натягивается лента на уровне груди ребенка (дом для кур). На другой ставится стул, там находится сторож. Воспитатель дает сигнал: «Идите, курочки, гулять», дети-куры подлезают под ограду и выходят на площадку (огород), где бегают, «кудахчут», ищут корм. Сторож замечает кур, хлопает в ладоши – гонит их из огорода, говоря: «Кыш-кыш!» Дети убегают в дом, подлезая под ленту. Сторож обходит площадку и садится на стул. Площадь огорода можно ограничить ориентирами. Роль сторожа сначала выполняет воспитатель..

«Попади в воротики».

Дети сидят на скамейке. По очереди они встают, подходят к отметке, у которой лежат мячи. Нужно прокатить мяч в воротики, которые находятся на расстоянии трех шагов от ребенка. Прокатив 2-3 мяча, ребенок идет и собирает их. Затем задание выполняет следующий.

«Веселые зайчата».

Воспитатель читает стихотворение:

Ну-ка дружно все присели,

Друг на друга поглядели.

Лапками похлопали: хлоп да хлоп,

Хлоп да хлоп.

– Что у зайцев на макушке?

– Пляшут весело там ушки.

Раз подскок, два подскок –

Поскакали все в лесок.

Дети выполняют движения по тексту.

«Кто тише?».

Дети вместе с воспитателем идут с одного конца площадки на другой. Воспитатель предлагает им пройти тихо-тихо, на носочках, так, что бы их не было слышно. Дети продолжают ходьбу на носках, стараясь идти как можно тише.

«Едут автомобили».

Дети выполняют ходьбу и бег по площадке с обручем в руках.

«Птички в гнездышках».

На площадке с одной стороны разложены обручи по количеству детей. Дети стоят в обручах – птички в гнездах». По сигналу воспитателя дети разбегаются по площадке. Воспитатель имитирует кормление птиц в разных местах площадки, дети присаживаются на корточки, стучат пальцами по коленям – «клюют» корм. После слов «полетели птички в гнезда» дети бегут и занимают свои обручи. Когда игра хорошо усвоена, можно класть 3-4 больших обруча-гнездышка, в каждом по 2-3 ребенка («в гнезде живет несколько птичек»). Воспитатель следит, чтобы дети не толкались, помогали друг другу встать в обруч.

«По ровненькой дорожке».

Дети вместе с воспитателем идут по площадке, проговаривая текст. (Дети выполняют движения по тексту.)

По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке

Шагают наши ножки: раз-два, раз-два. *(Идут шагом.)*

По камешкам, по камешкам…

В ямку – бух! *(Прыгают на двух ногах с продвижением вперед, приседают, поднимаются.)*

После нескольких повторений текст меняется:

По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке,

Устали наши ножки, устали наши ножки,

Вот наш дом – здесь мы живем. *(Дети бегут в «дом», заранее условленное место.)*

«Лошадки».

Дети делятся на две группы: одни – «лошадки», другие – «конюхи». У конюха вожжи (скакалка), которые они одевают на лошадок по сигналу воспитателя. Темп бега в парах задает воспитатель: тихо, рысью или вскачь. Затем лошадей отпускают на луг, а конюхи садятся отдыхать. После повторения дети меняются ролями. Усложнение: конюхи должны поймать лошадок, одеть скакалку – «запрячь». Предлагать детям разные сюжеты поездок: на скачки, за сеном, в лес за дровами.

«Курочка-хохлатка».

Воспитатель изображает курицу, а дети цыплят. Один ребенок (постарше) – кошка. Кошка садится в сторонке. Курочка с цыплятами ходит по площадке, говоря:

Вышла курочка-хохлатка, с нею желтые цыплятки,

Квохчет курочка: «Ко-ко, не ходите далеко».

Приближаясь к кошке, воспитатель говорит:

На скамейке у дорожки улеглась и дремлет кошка…

Кошка глазки открывает и цыпляток догоняет.

Кошка мяукает и бежит за цыплятами, которые убегают в «дом». «Курица» защищает цыпляток, разводя руки в стороны: «Уходи, кошка, не отдам тебе цыплят!»

«Полетели птички».

Дети под руководством воспитателя выполняют движения по тексту:

Полетели птички, птички-невелички *(бег по площадке, руки в стороны).*

Сели птички, посидели *(присесть),*

Опять полетели *(бег в разных направлениях).*

«Принеси предмет».

Дети находятся на одной стороне площадки. На противоположной стороне разложены предметы (погремушки, флажки, игрушки). Воспитатель просит одного ребенка добежать до игрушек, взять одну и принести. Рассмотрев с детьми игрушку, просит отнести ее обратно. То же задание предлагает другому ребенку. Дети могут выполнять задание и по двое-трое одновременно.

«Найди свой цвет».

В разных сторонах площадки воспитатель кладет обручи и в них ставит по одной кегле разного цвета. Одна группа детей становится вокруг кегли красного цвета, другая – желтого, третья – синего. По сигналу воспитателя: «На прогулку!» - дети расходятся или разбегаются по всей площадке в разных направлениях. На сигнал: Найди свой цвет!» - дети бегут к своим местам, стараясь найти кеглю своего цвета. Игра повторяется.

«Мыши в кладовой».

Дети-мышки находятся на одной стороне площадки. На противоположной стороне протянута веревка на высоте 50 см от земли – это «кладовка». Сбоку от играющих находится кошка (воспитатель). Кошка засыпает, и мыши потихоньку бегут в кладовую, нагибаются и подлезают, чтобы не задеть веревку. Там они присаживаются, изображают, что грызут корку. Кошка просыпается и ловит мышей, а те убегают в свои норки. В дальнейшем роль кошки берет на себя кто-то из детей.

«Переступи».

Дети переступают через дорожку, высоко поднимая ноги.

«Попади в цель».

В песочнице нарисовать круг или квадрат. Дети бросают мяч обеими руками в нарисованную цель. Мяч бросать снизу или другим удобным для ребенка способом.

«Наседка и цыплята».

Дети-цыплятки и воспитатель-наседка находятся за натянутой на высоте 35-40 см веревкой – в «доме» на одной стороне площадки. На другой стороне сидит большая птица. Наседка выходит из дома, ищет корм, зовет цыплят: «ко-ко-ко». На зов цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке, вместе гуляют. По сигналу «Большая птица!» - цыплята убегают в дом, подлезая под веревку. Роль наседки впоследствии может выполнять ребенок.

«Прокати мяч».

Дети становятся перед шнуром в одну шеренгу. У каждого руках мяч большого диаметра. По сигналу «Покатили!» – дети сильным движением отталкивают мяч двумя руками вперед, а затем бегут за ним. Если размеры площадки позволяют, то игровое упражнение выполняют вся группа одновременно.

«Кролики».

По одну сторону площадки ставятся дуги. На противоположной стороне – стул, это дом сторожа (воспитатель). Площадка – это луг. Воспитатель говорит: «Кролики сидят в клетках». Дети садятся на корточки за дугами. (По 4-5 человек у одной дуги.) Сторож подходит к клеткам и выпускает кроликов: «Погуляйте на лугу, поешьте травки». Кролики пролезают под дугами, бегают, прыгают. «Бегите в клетки!» - говорит сторож. Кролики убегают, каждый возвращается в свою клетку, пролезая под дугу. Игра повторяется.

«Попади в цель».

В песочнице нарисовать квадрат или круг. Дети бросают мяч среднего размера обеими руками в нарисованную цель. Мяч бросать снизу или другими удобными способами.

«Удержи равновесие».

Спокойная ходьба за воспитателем или бег врассыпную по площадке. По сигналу воспитателя дети встают на край песочницы и удерживают равновесие. Затем снова ходьба в чередовании с бегом.

Пастух и стадо.

Выбирают пастуха, дают ему рожок и кнут. Дети изображают стадо (коров, телят, овец). Воспитатель произносит слова:

Рано-рано поутру А коровки в лад ему

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру». Затянули: «Му-му-му».

Дети выполняют под слова действия, затем пастух гонит стадо в поле (на условленную лужайку), все бродят по ней. Через некоторое время пастух щёлкает кнутом, гонит стадо домой.

У медведя во бору.

Определяется берлога медведя (на конце площадке) и дом детей на другой. Дети идут в лес гулять и выполняют движения соответственно стиху, который произносят хором:

У медведя во бору,

Грибы, ягоды беру,

А медведь не спит

И на нас рычит.

Как только дети закончили говорить стихотворение медведь с рычанием встаёт и ловит детей, они бегут домой.

«Из кружка в кружок».

Дети должны перебраться на противоположную сторону площадки, перепрыгивая из кружка в кружок.

« Гуси – лебеди».

Выбирается волк и пастух, остальные – гуси.

На одной стороне отмечается дом гусе, сбоку логово волка. Пастух выгоняет пастись гусей на луг. Гуси ходят, летают. Затем пастух говорит:

– Гуси-гуси.

– Га-га-га

– Есть хотите?

– Да-да-да.

– Так летите же домой.

– Серый волк под горой

– Не пускает нас домой.

– Гуси гуси, вы летите,

– Только крылья берегите.

Гуси летят домой, а волк пытается их поймать.

«Через ручеёк».

Играющие стоят у черты – на берегу ручейка, они должны перейти (перепрыгнуть) его по камешкам, не намочив ног. Те, кто оступился – намочил ноги, идут сушить их на солнышко – садятся на скамейку. Затем снова включаются в игру.

«Пчелки».

Дети изображают пчел, они бегают по ком­нате, размахивая крыльями, жужжат: «Ж-ж-ж». Появляется медведь (помощник воспитателя). Воспитатель-пчела говорит:

Мишка-медведь идет,

Мед у пчелок унесет,

Пчелки, домой!

Пчелки летят в определенный угол комнаты – улей. Медведь, пере­валиваясь с ноги на ногу, идет туда же. Пчелки и взрослый говорят:

Этот улей – домик наш,

Уходи, медведь, от нас,

Ж-ж-ж-ж!

Машут крыльями, жужжат, прогоняя медведя. Медведь уходит, а пчелки опять вылетают на поляну. Они могут угостить в конце игры медведя медом.

« Вороны».

Дети изображают ворон, они стоят стайкой и подражают движениям воспитателя, который поет или говорит нарас­пев:

|  |  |
| --- | --- |
| Вот под елочкой зеленой  Скачут весело вороны,  Кар-кар-кар! | (Дети бегают по комнате, размахи­вая руками, как крыльями, произ­нося «Кар-кар-кар!».) |
| Целый день они кричали,  Спать ребяткам не давали,  Кар-кар-кар! | (Продолжают бегать.) |
| Только к ночи умолкают  И все вместе засыпают,  Кар-кар-кар! | (Садятся на корточки, ручки под щечку и засыпают, тихо произнося «Кар-кар-кар!».) |

« Воробышки и кот».

Дети стоят на скамеечках или на больших кубиках, разложенных на полу по одному сторону площадки. Это воробышки на крыше. В стороне сидит кот (воспитатель или кто-нибудь из детей). Кот спит. "Воробышки полетели", - говорит воспитатель. Воробышки спрыгивают с крыши, расправив крылья, разлетаются во все стороны. Но вот просыпается кот. Он произносит "мяу-мяу" и бежит ловить воробышков, которые прячутся на крыше. Пойманных кот отводит к себе в дом. Игра повторяется 5-6 раз.

«Не боимся мы кота».  
Выбирается водящий – он будет котом, все остальные участники мыши.   
Кот садится на пол и спит. Ведущий говорит:   
*Мышки, мышки, выходите,*   
*Порезвитесь, попляшите,*   
*Выходите поскорей,*   
*Спит усатый кот-злодей!*   
Мышки окружают кота и начинают приплясывать со словами:   
*Тра-та-та, тра-та-та,*   
*Не боимся мы кота!*   
По сигналу ведущего: «Проснулся кот!» – мыши убегают в свой домик, а кот пытается их поймать. Те, кого кот запятнает (коснется рукой), становятся его добычей.   
По второму сигналу ведущего: «Уснул кот!» – играющие вновь подходят к водящему, который вернулся на свое место и спит, и снова поют песенку мышей.   
После трех выходов кота на охоту его сменяет новый водящий.

«Огуречик».

Выбирают из играющих детей Огуречик и Мышку. Все становятся в круг, Огуречик в центре круга. Дети идут по кругу со словами:

«Огуречик, огуречик, не ходи на тот конечик.

Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет». –

Руку под локоток и грозят пальцем.

С окончанием слов мышка ловит огуречик.

«По длинной извилистой дорожке».

Инструктор зигзагообразно раскладывает на полу шнур длиной 5-6 м. Дети проходят по извилистой дорожке.

Рекомендации. Детям будет более интересно выполнять упражнение, если на другом конце дорожки положить какой-либо интересный для них предмет: мишку, куклу, погремушку. Инструктор говорит: «Лена, пойди погладь мишку, погреми погремушкой».

Инструктор следит, чтобы дети не наступали на шнур, веревку. Если кто-либо из них испытывает затруднения, инструктор должен помочь, поддержать за руку, подбодрить.

«На прогулку».

Инструктор предлагает детям встать парами по желанию и пойти гулять по площадке. По сигналу инструктора они должны собраться в определенном месте.

Рекомендации. На площадке можно поставить два стула на небольшом расстоянии друг от друга – это ворота, через которые малыши должны проходить, отправляясь на прогулку. Инструктор помогает детям стать парами, показывает, как надо идти в паре: не тянуть друг друга, не отставать.

«Букет».

Дети сидят на стульчиках, у каждого из них в руках одинаковые по цвету цветы (одних детей ромашки, у других – гвоздики). Инструктор встает перед детьми на 5 – 6 шагов отходит назад и говорит: «Я хочу собрать букет белых цветов» (показывает детям ромашку). Дети подходят к инструктору и высоко поднимают руки – слаживают букет из ромашек. Затем дети возвращаются на свои места. Дальше инструктор показывает красную гвоздику и говорит, что хочет собрать букет из красных цветов. К ней подходят дети с гвоздикой и так же слаживают букет. Инструктор называет детей, которые справились с заданием, не ошиблись. Игра повторяется.

«Кто разбудил медведя?»

Дети сидят на стульчиках полукругом, а один ребенок с медвежонком на руках сидит спиной к детям. Кто-нибудь из детей громко кричит «ку- ка-ре-ку! » Ребенок обращаясь к медведю со словами «Пойдем поищем петушка», обходит всех детей и, остановившись перед тем, кто кукарекал, говорит: «Ты разбудил медведя». Если он отгадал, то они меняются местами, и игра повторяется.

«Догони собачку».

Инструктор держит в руках игрушечную собачку, предлагает догнать ее. Предварительно дети садятся на стулья или на скамейку. По сигналу «Догоните собачку! » инструктор начинает передвигаться по площадке в разных направлениях, дети догоняют его. Когда большинство детей подбегут к инструктору, он говорит: «Теперь вы убегайте, а собачка будет вас догонять! ». Дети убегают и садятся на свои места.

«Догони мяч».

Дети играют на площадке, кто с кем хочет. Инструктор предлагает детям побегать и поиграть в мяч. Называя по очереди их имена, инструктор катит мячи по полу. Дети ловят их и приносят инструктору.

Рекомендации. В игре могут одновременно передвигаться по площадке в разных направлениях 8-10 детей. На 3-м году жизни дети способны с живым интересом, радостно и увлеченно бегать за мячом до 20 раз подряд. Вместо мяча удобно использовать также резиновые кольца.

«Игра с косынками».

Дети сидят на стульчиках с одной стороны площадки. У каждого из них в руках косынки. Инструктор стоит в стороне в нарисованном кругу и спрашивает: «Дети, у всех у вас есть косынки? » Дети отвечают, что у всех они есть. На слова инструктора:

Вы скорей сюда бегите,

И косынки покажите!

Дети бегут к инструктору, встают возле него и показывают косынки в правой и в левой руке. На слова инструктора: «Походим, побегаем» дети ходят, куда кто хочет. Под бубен инструктора в конце игры дети садятся на корточки и закрывают свое лицо косынкой. Инструктор тихонько перебегает в другой круг, который нарисован дальше от детей, и говорит: «Посмотрите, дети, вот где я» и снова завет к себе детей. Игра повторяется.

«Подпрыгни до ладони».

Дети по очереди подпрыгивают, пытаясь достать головой до ладони инструктора.

Рекомендации. Упражнение выполняется индивидуально с каждым ребенком. Руку надо держать на небольшом расстоянии от головы ребенка. Если малыш достает до ладони без затруднения, инструктор может поднять руку повыше. Упражнение на подпрыгивание должно выполняться в удобной форме.

Можно предложить малышам попрыгать, как мячики или как зайчики. В игре могут участвовать несколько детей. Инструктор показывает и подсказывает: «Прыгайте повыше и мягко приземляйтесь! ».

«Пробеги – подпрыгни».

Вариант усложнения игры «Позвони в колокольчик». Детям можно предложить разбежаться и подпрыгнуть, чтобы достать до мяча, колокольчика.

«Зайка серый умывается».

Дети становятся в круг. В центре круга ребенок-зайка. Дети вместе с инструктором говорят:

Зайка серый умывается,

Видно, в гости собирается,

Вымыл носик, вымыл хвостик,

Вымыл ухо, вытер сухо!

Зайка выполняет движения в соответствии с текстом. Затем он направляется в гости, подпрыгивает, продвигаясь к кому-нибудь из детей, стоящих в кругу. Ребенок, к которому пришел зайка, становиться в центр круга, а зайка становится в круг.

«Прыгни через шнур».

Дети сидят на стульях. Инструктор кладет на пол цветной шнур (длина 3-4 м). Дети подходят к шнуру и по сигналу инструктора стараются перепрыгнуть через него.

Рекомендации. Можно положить два-три шнура разного цвета на небольшом расстоянии друг от друга. Дети, перепрыгнув через один шнур, подходят к другому, прыгают через него.

«Птички летают».

Дети становятся на небольшое возвышение – доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) – на одной стороне площадки. Инструктор говорит: «На улице солнышко светит, все птички вылетают из гнездышек, ищут зернышки, крошки». Дети спрыгивают с возвышений, летают (бегают, размахивая руками, приседают, клюют зернышки. Со словами инструктора «Дождик пошел! Все птички спрятались в гнездышки! » дети бегут на свои места.

«Доползи до погремушки».

Дети сидят на стульях, поставленных вдоль одной из стен комнаты. Перед ними на расстоянии 3-4 м на пол кладутся флажки или погремушки. Инструктор просит детей доползти до погремушки на четвереньках, взять ее, встать и погреметь, затем положить игрушку на пол и вернуться на свое место.

«В воротики».

Дети располагаются на стульях. Впереди на расстоянии 2, 5 м стоит дуга – воротики. Дальше, на расстоянии еще 2 м, находится стойка с сеткой, у стойки на полу лежит мяч. Инструктор вызывает кого-нибудь из детей и предлагает на четвереньках доползти под нее, подползти к мячу, затем встать, поднять мяч двумя руками и опустить его в сетку.

«Не наступи на линии».

Инструктор проводит на полу две параллельные линии длиной 3-4 м на расстоянии 40-50 см одна от другой. Дети поочередно проползают на четвереньках между линиями, стараясь не коснуться их. В конце коридора ребенок должен встать, поднять обе руки вверх, потянуться или хлопнуть в ладоши над головой, затем вернуться на свое место.

Рекомендации. Для упражнения можно использовать доску шириной 40-50 см, положенную на пол.

«Будь осторожен».

Перед детьми поставлена гимнастическая скамейка. Инструктор предлагает кому-нибудь из детей подойти к концу скамейки, стать на нее на четвереньки (опираясь на колени и ладони) и проползти до конца, придерживаясь за ее края. На конце скамейки ребенок должен встать и спуститься с нее.

«Обезьянки».

Инструктор предлагает детям-обезьянкам по одному или по двое подойти к гимнастической стенке, стать лицом к ней и подняться на три-четыре рейки, начиная с первой, т. е. взобраться на дерево за фруктами или орехами. Остальные дети следят за выполнением упражнения. Затем следующие дети выполняют задание.

«Мяч в кругу».

Дети садятся на пол в круг и вначале по указанию инструктора, а затем сами перекатывают мяч друг другу.

Рекомендации. Инструктор стоит вне круга и подсказывает при затруднениях, кому катить мяч. Объясняет, что мяч надо отталкивать двумя руками и посильнее; показывает, как лучше это сделать; подает мяч детям, если он выкатился из круга.

«Лови мяч».

Дети становятся в круг. Инструктор с большим ярким мячом (диаметр 18-20 см) стоит в центре круга и поочередно бросает мяч, называя имя ребенка: «Вова, лови мяч! ». Тот, кого назвали, ловит мяч и бросает его инструктору.

«Целься верней».

Дети становятся в круг, каждый ребенок держит в руках маленький мяч. В центре круга стоит ящик или большая корзина (расстояние не более 1,5-2 м).

По сигналу инструктора дети бросают мячи в ящик, затем подходят к нему, достают мячи, возвращаются на свои места и повторяют упражнение несколько раз.

Рекомендации. Упражнение одновременно могут выполнять не более 8-10 детей. Если ребенок не попал в цель, он поднимает мяч. При метании в цель большинство детей бросают предметы одной рукой от плеча. Им следует показать и другой способ метания – одной рукой снизу: так легче попасть в горизонтальную цель.

«Попади в корзину».

На земле ставят корзину. На расстоянии 1,5-2 м от нее очерчивают круг. За ним располагаются 6-8 детей на расстоянии одного шага друг от друга. У каждого по два мяча (мешочки, шишки). По сигналу дети бросают мяч в корзину сначала правой, затем левой рукой. Потом мячи достают из корзины и повторяют упражнение или передают следующим детям.

«Прокати обруч».

Ребенок, стоя лицом к инструктору на расстоянии трех – четырех шагов от него и держа обруч, катит его инструктору, а затем ловит обруч, направленный инструктором.



«Вейся венок!».

Цель – научить детей водить хоровод.

Материал: веночки с цветами и лентами.

Ход игры. Дети, выбирая ободок-веночек, называют цветок, его окраску. Воспитатель рассказывает, что на полянке выросли цветы (дети). Все вместе отбирают цветы по названиям. Подул ветерок, цветы начали шалить, разбежались по полянке. Приходит девочка и говорит: «Вейся, венок! Заливайся, венок!» Дети должны образовать круг. Вместе с воспитателем малыши водят хоровод, поют любую песенку. Игра повторяется 2-3 раза.

«Здравствуй, осень!»

Цель – учить соотносить слова с движениями, развивать диалогическую речь.

Ход игры.

Ведущий: Здравствуй, осень!

*Дети водят хоровод.*

Здравствуй, осень!

Хорошо, что ты пришла.

У тебя мы, осень, спросим,

Что в подарок принесла?

*Имитируют приготовление пирогов.*

Принесла я вам муки —

Дети. Значит, будут пироги.

Ведущий. Принесла вам гречки —

Дети. Каша будет в печке. *Имитируют резание овощей.*

Ведущий. Принесла вам овощей —

Дети. И для супа, и для щей.

Ведущий. Рады ли вы грушам?

Дети. На зиму насушим.

Ведущий. Принесла и меду —

Дети. Полную колоду!

*Разводят руки, показывая колоду меда.*

Ведущий: А уж яблоки — что мед!

На варенье, на компот.

Дети: Ты и яблок, ты и меду,

Ты и хлеба припасла,

А хорошую погоду

Нам в подарок принесла?

Ведущий: Дождику вы рады?

Дети: Не хотим, не надо!

Кто под дождик попадет,

Тот сейчас водить пойдет.

Убегают, «прячутся от дождя».

«Листопад».

Цель – закрепить знания детей о цвете, величине осенних листьев. Закрепить понятие «листопад».

Ход игры. Дети выбирают себе листочек и называют, какой лист они выбрали по величине и по цвету.

Дети бегают, взмахивают руками:

Листопад! Листопад! Действия выполняют дети с

желтыми листьями.

Листья желтые летят!

Кружатся красивые желтые листочки!

Кружатся красивые красные листочки! Действия выполняют дети с

красными листьями.

Сели! Уселись и замерли. Не шевелятся.

Прилетел легкий ветерок, подул. Дуют.

Поднялись листья, Разбежались.

Разлетелись в разные стороны.

Закружились, закружились! Кружатся.

Листопад! Листопад!

Листья по ветру летят!

Затих ветерок, и вновь медленно опускаются на землю то желтые, то красные листья. Игра повторяется 2-3 раза.

«Поймай листок».

Цель – развить умение подпрыгивать на месте как можно выше.

Ход игры. Дети пытаются поймать листок, висящий на веточке и летящий по воздуху.

«Огуречик, огуречик».

Цель – научить детей ходить стайкой на цыпочках, соотносить слова и действия, бегать не толкаясь.

Ход игры. Ребенок («мышка») сидит («спит»), дети тихонько идут и читают стихотворение:

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот конечик,

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет.

«Мышка» догоняет детей.

«Пузырь».

Цель – учить детей становится в круг, делать его то шире, то уже, учить согласовывать свои движения с произносимыми словами.

Ход игры. Дети встают в круг и со словами: «Раздувайся, пузырь, / Раздувайся, большой, / Оставайся такой / Да не лопайся. / Пух!» увеличивают его, на последние слова разрывают круг и приседают.

«Самолеты».

Цель – учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, учить внимательно слушать сигнал и начинать движение.

Ход игры. Дети, изображая самолеты, двигаются по площадке.

«Поймай грибок».

Цель – упражнять в беге врассыпную с уворачиванием, развивать навыки пространственной ориентации.

Ход игры.

Меж еловых мягких лап

Дождик кап, кап, кап.

Где сучок давно засох,

Серый мох, мох, мох!

Где листок к листку прилип,

Вырос гриб, гриб, гриб.

Воспитатель: «Кто нашел его, друзья?» Дети: «Это я, я, я!» Дети-«грибники» (стоят в парах лицом друг к другу, взявшись за руки) ловят «грибы» (заключают в свой круг).

«По ровненькой дорожке».

Цель – учить ходить в колонне по одному, выполнять движения в соответствии с текстом.

Ход игры.

По ровненькой дорожке, «Пружинка» на двух ногах с

продвижением вперед.

По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки.

Раз-два, раз-два,

По камешкам, по камешкам

В ямку – бух! Присесть на корточки.

Вылезли из ямы. Поднимаются.

(Игра повторяется.)

«Мой веселый звонкий мяч».

Цель – учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут произнесены последние слова.

Ход игры.

Мой веселый звонкий мяч,

Ты куда помчался вскачь?

Красный, желтый, голубой,

Не угнаться за тобой!

«Мыши водят хоровод».

Цель – учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, ориентироваться в пространстве, бегать легко на носках, стараясь не попадаться водящему.

Ход игры. Выбирается водящий «кот Васька», остальные – «мыши». Воспитатель говорит:

«Ля-ля-ля! «Мыши» не слушаются, бегаю, пищат.

На печурке дремлет кот.

Ля-ля-ля!

Тише, мыши, не шумите,

Кота Ваську не будите!

Вот проснется Васька-кот –

Разобьет ваш хоровод!

Вот проснулся Васька-кот, «Кот» бегает за «мышами».

Разбежался хоровод!»

Игра повторяется 2-3 раза.

«Кошка и мышки».

Цель – учить имитировать звуки, издаваемые мышками, бегать легко как мышки.

Ход игры. Выбирают «кошку», остальные дети – «мышки».

На скамейке у дорожки «Мышки» выбегают из домика, бегают, пищат.

Улеглась и дремлет кошка.

Кошка глазки открывает

И мышат всех догоняет: «Мышки» убегают в домик.

«Мяу! Мяу!»

«Воробушки и автомобиль».

Цель – учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить свое место.

Ход игры. Дети делятся на две команды: одна – «автомобили», другая – «воробушки». По сигналу «Автомобили!» «автомобили» двигаются по дорожке. «Воробушки» сидят на обочине. По сигналу «Воробушки!» «автомобили» останавливаются и начинают «летать» «воробушки».

«Птички летают».

Цель – учить детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать только по сигналу, учить детей помогать друг другу.

Ход игры. На сигнал «Птички летают!» дети бегают по площадке, изображая птиц. На сигнал «Кот!» птички «улетают» в свои домики.

«Перелет птиц».

Цель – учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу.

Ход игры. Дети-«птицы» собираются на одной стороне площадки. По сигналу «Полетели!» «птицы» «разлетаются» по всей площадке. По сигналу «Буря!» - «летят» к «деревьям».

«Поезд».

Цель – учить детей ходить и бегать друг за другом небольшими группами сначала держась друг за друга, затем не держась, учить начинать движение и останавливаться по сигналу.

Ход игры. Дети встают в колонну, держась друг за друга, и двигаются по команде.

«Такси».

Цель – учить детей двигаться вдвоем, соразмерять движения друг с другом, менять направление движения, быть внимательным к партнеру по игре.

Ход игры. Дети становятся внутри обруча – один водитель, другой пассажир, перемещаются по площадке.

«Светофор».

Цель – учить различать цвета соблюдать правила дорожного движения.

Ход игры. Водящий стоит посередине площадки, называет цвет. Дети, у которых есть такой цвет в одежде, переходят на другой конец площадки, а у кого нет этого цвета должны перебежать. Водящий ловит их, кого поймает, тот становится водящим.

«Перебежки».

Цель – упражнять детей в быстроте и ловкости.

Ход игры. Водящий – в середине площадки. Игроки перебегают из одного «дома» в другой. Водящий ловит игроков.

«Зайка беленький сидит».

Цель – учить детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом, учить их подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста.

Ход игры.

Зайка беленький сидит Дети, присев, складывают ладошки на голове,

изображая уши,

И ушами шевелит – шевелят ими.

Вот так, вот так

Он ушами шевелит.

Зайке холодно сидеть, Встают. Хлопают в дадоши.

Надо лапочки погреть –

Хлоп, хлоп, хлоп,

Надо лапочки погреть.

Зайке холодно стоять, Прыгают.

Надо зайке поскакать –

Скок, скок, скок,

Надо зайке поскакать.

Кто-то зайку испугал. Убегают.

Зайка прыг – и ускакал.

«Птички и дождик».

Цель – учить действовать по команде взрослого, упражнять в произношении звуков.

Ход игры. Педагог раздает детям эмблемы птиц, уточняет, у кого какая, и объясняет: «Все должны слушать слова по ходу игры и выполнять названные действия». Педагог начинает: «Птички летают (дети бегут по площадке), клюют зернышки (дети присаживаются, «клюют»), опять улетают».

Вдруг налетел злой осенний ветер, завыл, зашумел («ввв!» – произносят дети). Закапал частый дождь, застучал по крыше.

«Тук! Тук! Тук!» – повторяют дети. «Прячьтесь, птички! А то все перышки станут мокрыми», - зовет взрослый. Все птички попрятались: кто под кустик, кто под листик (дети присаживаются). Дождик прошел, и опять все птички полетели, веселую песенку запели, радуются. (Дети имитируют голоса знакомых птиц.)

Игра продолжается. Можно усложнить сюжет появлением на площадке собачки, автомобиля. Каждый раз «птички» разлетаются в разные стороны.

«Пойдем гулять».

Цель – учить ходить друг за другом, развивать ориентировку в пространстве.

Ход игры. Дети сидят на стульях, расставленных по краям комнаты. Взрослый подходит к кому-нибудь из детей и зовет его с собой гулять. Названный ребенок становится за взрослым, следующий названный становится за первым ребенком и т. д. По сигналу «Домой, домой!» – все дети бегут и садятся на свои места.

«Птицы и автомобиль».

Цель: развивать внимания, умение быстро бегать.

Материал: игрушечный автомобиль.

Ход игры:

 Дети-«птички» «летают» по комнате, размахивая руками, как крыльями, а взрослый напевает:

– Прилетели птички,

Птички-невелички.

Летали, летали,

Крыльями махали.

(Дети-«птички» «летают»).

Так они летали,

Крыльями махали.

На дорожку прилетали,

Зернышки клевали.

(«Птички» прыгают на скамеечку и приседают на полусогнутых ногах, затем прыгают на пол, садятся на корточки, стучат пальчиком об пол – «клюют»).

Появляется взрослый с игрушечным автомобилем в руках, раздается гудок, и автомобиль, управляемый взрослым, едет. Взрослый приговаривает или поет:

– Автомобиль по улице бежит,

Пыхтит, спешит, в гудок гудит.

Тра-та-та, берегись, посторонись!

Дети-«птички» быстро убегают от автомобиля и встают на скамейку.

«Раз-два-три! Этот лист бери!»

Цель: продолжать учить детей двигаться по участку детского сада, чередуя ходьбу с бегом и другими движениями; упражнять в ходьбе и беге с остановкой на сигнал взрослого; развивать слуховое внимание; приучать детей к совместным действиям в коллективной игре, соблюдению простейших правил игры; упражнять в сохранении правильной осанки.

Ход игры:

Игра проводится во время листопада.  По предложению взрослого дети начинают произвольно двигаться по участку (идут шагом, бегут, кружатся, машут руками), на слова взрослого: «Раз-два-три! Желтый лист бери!» игроки должны найти среди опавшей листвы лист заданного цвета и поднять его. Выигрывает тот игрок, кому это удалось сделать первому.

Условие игры: брать можно только опавшие листья.

Затем взрослый снова предлагает детям отправиться на прогулку по участку и может предложить следующие задания:

–        Раз-два-три! Красный лист бери!

–         Раз-два-три! Кленовый лист!

–         Раз-два-три! Два листа бери!

–         Раз-два-три! Такой же как у меня лист бери!

–         Раз-два-три! Ничего не бери!

«Осенние листочки».

Оборудование:осенние листья.

Цель:  Побуждать детей начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить свое место, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами; развивать ловкость и координацию движений; способствовать укреплению мышечного корсета позвоночника.

Ход игры:

Взрослый привлекает внимание детей к букету осенних листьев. Он говорит: «Ребята, посмотрите, какие красивые осенние листочки: красные, желтые, зеленые. Есть большие листья и маленькие. Вот как много в вазе листочков. Хотите с ними поиграть? Берите себе листочки в каждую руку». Дети берут по два листочка и по показу воспитателя выполняют несложные движения в соответствии с текстом произносимого им стихотворения:

|  |  |
| --- | --- |
| Дует, дует ветер,  Дует-задувает. | *Качаются вправо-влево, руки перед собой.* |
| Желтые листочки  С дерева сдувает! | *Машут руками сверху вниз перед собой.* |
| И летят листочки  Прямо по дорожке, | *Кружатся на месте.* |
| Падают листочки  Прямо нам под ножки! | *Останавливаются, присаживаются на корточки, руки вниз.* |

 Затем воспитатель произносит слова:

Ветер дует – полетим

Мы туда, куда хотим.

Дети поднимаются, игра повторяется еще раз. Затем листья собираются в общий букет и ставятся в вазу.

«У медведя во бору».

Цель: учить действовать согласно словам текста.

Материал: крупная игрушка (медведь).

**Ход игры:**

Воспитатель сажает медведя под кустом и рассказывает детям, что осенью можно пойти в лес, набрать грибов и ягод; спрашивает, кто из детей ходил с родителями за грибами: «Много грибов принесли? Находили ли в лесу малину? Кто любит малину? Конечно, медведь! Он при­ходит полакомиться сладкими ягодами, а как увидит кого, сразу рычит, отгоняет всех, хочет один ягоды собирать. Ишь какой мишка-сладкоежка! Пойдемте и мы в лес!»Воспитатель медленно читает стихотворение:

У медведя во бору Грибы-ягоды беру,

А медведь глядит И на нас рычит: «Рррр!»**»**

Слушая текст, ребята медленно приближаются к медведю (мягкой игрушке).Как только медведь «зарычит», все разбегаются в разные стороны.

Затем воспитатель спрашивает: «Кто хочет быть медведем? Ты, Миша? А рычать будешь? Тогда садись рядом. У нас будет два медведя».

По желанию детей игра повторяется 3-4 раза, «медведи» могут меняться.

**«Солнышко и дождик».**

Оборудование: стульчики по количеству участников или скамейка, зонт.

**Цель:** формировать умение преодолевать естественные препятствия: бугорки, канавки, лужи на участке, переходить от ходьбы к бегу и от бега к ходьбе; воспитывать ловкость; способствовать укреплению связочно-мышечного аппарата стоп.

**Ход игры:**

Перед началом игры познакомьте малышей с ситуацией: «Если светит солнышко, то всем весело, птички поют песни, летают бабочки и жуки, на цветочках пчелки сидят. Но вот подул ветер, солнышко закрыла туча, и пошел дождик, а птички и бабочки куда-то спрятались».

Спросите детей, а куда спрячутся они, если пойдет дождик? Конечно, под зонтик!

Сообщаете малышам название игры, и по словесному сигналу «Солнышко светит» дети начинают бегать по площадке.

На одной из сторон игровой площадки устанавливается скамейка или стульчики – это дом. Играющие садятся на скамейку.

**Воспитатель говорит:**

**Выглянуло солнышко!**

**Идите все** **гулять!**

**Если дождь начнется,**

**Придется в дом бежать!**

Дети ходят  и бегают по всей площадке. Во время прогулки можно предложить детям собирать цветы, ягоды, попрыгать, походить, как великаны или карлики, погулять парами. После слов взрослого: «Дождик! Раз-два-три! Домой беги!» они бегут на свои места. Взрослый отмечает тех ребят, которые первыми вернулись на свои места. Через некоторое время воспитатель снова произносит: «Солнышко! Можно идти гулять!», игра повторяется.

Вариант игры:

Вместо домиков-стульев воспитатель может использовать большой яркий зонтик, под который дети прячутся по сигналу «Дождик!». Дальнейшим усложнением игры может стать размещение домиков (стульев, обручей, плоских резиновых дисков) в разных местах комнаты. Дети должны запомнить свой домик и по сигналу возвращаться именно в  него.

**«Соревнования на осеннем лугу».**

**Цель:** совершенствовать сформированные у детей двигательные навыки и учить быстро выбирать наиболее эффективный способ выполнения движений; развивать координацию движений в часто меняющихся игровых ситуациях; воспитывать у детей настойчивость в достижении цели при решении игровой задачи; способствовать укреплению связочно-мышечного аппарата стоп детей дошкольного возраста.

**Ход игры:**

Все играющие встают на одной стороне игровой площадки в шеренгу за стартовой чертой. На противоположной стороне площадки на расстоянии 10-12 м отмечается линия финиша. Взрослый объявляет начало забавных соревнований на осеннем лугу. В этих соревнованиях дети попеременно становятся  лисичками, кузнечиками, лошадками, раками, лягушками и т.д. В соответствии с ролью дети должны добежать до финиша легким бегом, как лисички,   допрыгать до финиша на двух ногах, как кузнечики, добежать, высоко поднимая колени, как резвые лошадки, идти спиной вперед, как раки (для детей  7-го года жизни) или допрыгать в полуприседе, как лягушки.

 Главным условием соревнований является умение услышать команду «Марш!» и начать движение. Это обусловлено тем, что взрослый, объявляя  начало соревнований, произносит веселые нелепые команды: «На старт – внимание – морковка!», «На старт – внимание  – молоко убежало!», «На старт – внимание – мартышка!» и т.д.

Выигрывают те дети, которые пересекают финиш первыми без фальстарта.

### «Осенний букет».

**Цель:** совершенствовать умение дифференцировать листья разных деревьев, развивать наблюдательность, внимание.

**Ход игры:**

Дети стоят по кругу, в центре-листья. Под музыку дети движутся по кругу. Музыка прекращается, каждый ребёнок выбирает себе листок. Дети с листьями одного дерева составляют осенний букет, проговаривая с какого дерева листья. Далее дети кладут листья в круг и игра начинается заново.

### «Найди пару».

**Цель:** учить составлять пары листьев по одному признаку, указанному взрослым, закреплять знания о форме, цвете и размере, развивать слуховое и зрительное восприятие.

**Ход игры:** дети стоят по кругу, в центре-листья (их количество по количеству детей и подобраны листья так, чтобы можно было составить пары листьев). Дети идут по кругу со словами: «Раз, два, три – лист скорей бери! » Каждый берёт листок. Воспитатель говорит: «Найдите себе пару – листочек такого же цвета. » (Другие задания: составь пару-листья с одного дерева, или листья, отличающиеся размером: большой и маленький, или листья одного размера с одного дерева.)

**Примечание:** для этой игры нужно приготовить дополнительные листья из двусторонней цветной бумаги меньшего размера по сравнению с теми, что раскрашивали дети.

«Перелет птиц».

Цель: дети «птицы» собираются на одной стороне зала, напротив гимнастической стенки или скамеек. По сигналу «полетели» птицы разлетаются по всему залу, расправляя крылья (руки в стороны) и помахивая ими. По сигналу «буря» птицы летят к деревьям (дети влезают на стенку или гимнастическую скамейку). Когда воспитатель говорит: «Буря прошла», – птицы спокойно опускаются с деревьев, продолжают летать. Игра повторяется 3-4 раза.

«Воробушки».

Цель: развивать быстроту, ловкость.

Ход игры:

Дети сидят в одном из углов комнаты и «спят». Взрослый поет, а дети двигаются в

такт песенке:

В гнезде воробушки живут

И утром все встают.

«Чирик-чик-чик, чирик-чик-чик» –

Так весело поют.

(«Воробушки» встают, машут «крылышками», «чирикают»).

Довольно в гнездышке сидеть,

Пора на солнышко лететь.

«Чирик-чик-чик, чирик-чик-чик» –

И крылышки согреть.

(«Вылетают» из угла комнаты, кружатся, «чирикают»).

Вот возле домика есть сад, летите крошечки искать,

«Чирик-чик-чик, чирик-чик-чик» – И крошечки искать.

(«Летят» на другой конец комнаты, садятся на корточки, постукивают пальцами по полу – клюют.)

Будь осторожен, воробей,

Крадется кошка из дверей.

«Чирик-чик-чик, чирик-чик-чик» –  появляется «кошка» – взрослый гонится за воробышками, они вскакивают и прячутся в «гнезде»

Все в гнездышко скорей!

#### «Найди свой домик».

Цель: формировать умение действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость, внимание, умение двигаться в разных направлениях.

Ход игры:

С помощью воспитателя дети делятся на группы, каждая из которых становится у определенного места. По сигналу они разбегаются по залу в разные стороны. После сигнала «Найди сой домик» – дети должны собраться группами у того места, где стояли вначале. После освоения игры, исходные дома можно менять местами. Игра эмоциональнее происходит с музыкальным сопровождением.

«Зайки».

Цель: обучать прыжкам на месте, создать эмоциональный настрой детей на игру.

Ход игры:

Дети стоят кружком, один в центре. Взрослый поет, а дети двигаются в соответствии        со словами песенки:

Вышли дети на лужок,

Заглянули под кусток,

Увидали зайчика,

Поманили пальчиком.

(Дети прикладывают правую ладошку к глазам, "всматриваются", "Зайчик" сидит в центре на корточках, дети манят его пальчиком.)

Зайка, зайка, поскачи,

Твои лапки хороши.

Стал наш заинька скакать,

Малых деток забавлять.

(Хлопают в ладошки, «зайка» скачет.)

Вместе с зайчиком скорей

Мы подпрыгнем веселей!

(Все дети прыгают на своих местах, а «зайчик» – в центре круга.)

Появляется «волк» (взрослый), все дети убегают.

«Шишки».

Цель: развивать внимание, координацию движений.

Материал: Корзина с шишками (могут быть мячики или другие небольшие предметы).

Ход игры:

Ребенок сидит на стуле или на ковре. Взрослый приносит корзиночку и предлагает ребенку пойти с ней «в лес» за шишками. По полу рассыпают шишки, ребенок бежит «в лес» и «собирает шишки» в корзиночку под песенку.

Оля по лесу гуляла,

Оля шишки собирала.

Ай, люли, ай, люли!

Оля шишки собирала,

И в корзиночку их клала.

Ай, люли, ай, люли!

(После этого взрослый спрашивает сколько шишек собрано и просит показать наполненную корзиночку. Присев на корточки, малыш ставит на пол корзиночку и отдыхает.)

Села Оля отдыхать,

Захотелось ей поспать.

Баю-бай, баю-бай.

Появляется «мишка» (взрослый берет игрушечного мишку). «Мишка» рычит (не очень громко, чтобы ребенок не испугался) и спрашивает: «Где мои шишки?» Взрослый, обращаясь к ребенку, говорит: «Мишка за шишками идет. Скорее высыпай шишки и беги домой!»

Ребенок высыпает шишки из корзиночки и убегает на свое место.

«Мишка» сначала идет медленно, чтобы дать возможность ребенку высыпать шишки, а затем догоняет ребенка, приговаривая: «"Где мои шишки?» Ребенок показывает пустую корзинку и отвечает: «У нас нет шишек, уходи, мишка!» «Мишка» уходит, игра повторяется по желанию ребенка.

## «Не будите медведя».

 Цель: учить бегать легко, обегая предметы, меняя направление и темп движения,  увертываясь от водящего, с сохранением равновесия после внезапной остановки; формировать  волевые качества личности детей (смелость, ре­шительность, уверенность в своих силах); способствовать совершенствование деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма ребенка; способствовать тренировке артикуляционного аппарата.

Ход игры:

Из числа играющих выбирается медведь. На одном краю площадки обозначается дом медведя – берлога, в которой он спит. На другом – встают дети.

Играющие хором читают стихотворение И. Токмаковой

– Как на горке – снег, снег,   
И под горкой – снег, снег,   
И на елке – снег, снег.   
А под снегом спит медведь.   
Тише, тише... Не шуметь.

Во время произнесения текста игроки идут к «берлоге», имитируя скольжение на лыжах.  По сигналу взрослого: *раз-два-три – лови!*Ребята стараются убежать от «проснувшегося» медведя и вернуться на линию старта. Выигрывают те дети, кому удастся большее количество раз остаться непойманными.

## «Снежки».

 Цель: продолжать учить метать снежки, развивать глазомер, быстроту реакции, продолжать воспитывать умение рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности; создавать условия для тренировки мелких и крупных мышц руки.

Помимо традиционной игры в снежки можно использовать другие варианты любимой зимней  забавы ребят.

Ход игры:

Вариант 1. «Кто дальше бросит снежок»

Играющие встают в шеренгу и по сигналу воспитателя  стараются   добросить свой снежок до обозначенного ориентира: флажка, дерева, забора и т.д. Метать снежки в цель можно как правой, так и левой рукой. Выигрывает тот, чей снежок пролетит дальше других.

Вариант 2. «Самый меткий»

Играющие пытаются сбить флажок или кеглю, укрепленные на снежном валу. Чей снежок первым попадет в цель, тот и победитель.

На снегу цветной водой рисуют три окружности диаметром от 30 до 60 см. Игроки встают за линию на расстоянии 5-8 м от обозначенных  кругов. Их задача попасть в цель, при этом за попадание в самый маленький круг игрок получает 3 очка, за попадание в средний – 2, за попадание в самый маленький – 1 очко. Выигрывает тот игрок, который за пять бросков наберет максимальное количество очков.

«Салочки-выручалочки».

Цель – учит быстро бегать в разных направлениях, не сталкиваясь друг с другом.

Ход игры.

Салочка нас не догонит,

Салочке нас не поймать.

Мы умеем быстро бегать

И друг друга выручать.

Дети а последними словами убегают. Тот, кого осалили, должен остановиться.

«Зима пришла!»

Цель – учить детей бегать врассыпную, развивать навыки пространственной ориентации, быстроту и ловкость.

Ход игры. Дети разбегаются по площадке и прячутся, присаживаясь на корточки за снежными валами, горкой, снеговиком и т. п. Взрослый говорит: «Сегодня тепло, солнышко светит, идите гулять!» Дети выбегают из укрытий и разбегаются по площадке. На сигнал: «Зима пришла, холодно! Скорей домой!» – все бегут на свои места и снова прячутся.

«Ловишки с ленточками».

Цель – тренировать в беге врассыпную, учить уворачиваться от водящего, развивать навыки пространственной ориентации.

Ход игры. Ловишка бегает за детьми, забирая ленточки. У кого забрал, тот выбывает из игры.

«Снег кружится».

Цель – учить соотносить собственные действия с действиями товарищей в соответствии с текстом.

Ход игры.

Снег, снег кружится, Дети кружатся, затем приседают.

Белая вся улица. Дуют, изображая, как дует ветер.

Собрались мы в кружок, Разлетелись «снежинки» в разные стороны

Завертелись, как снежок.

Игра проводится 3-4 раза.

«Дед Мороз».

Цель – привить умение выполнять характерные движения.

Ход игры.

Я – Мороз, Красный нос, Дети прыгают навстречу воспитателю, как

зайчики.

Бородою зарос.

Я ищу в лесу зверей.

Выходите поскорей!

Выходите, зайчики!

Заморожу! Заморожу! Воспитатель пытается поймать ребят.

Игра повторяется. Каждый раз Дед Мороз приглашает выходить из леса новых зверей (мишек, лисичек…).

«Два мороза».

Цель – учить детей бегать врассыпную, развивать навыки пространственной ориентации, быстроту и ловкость.

Ход игры. Дети делятся на две группы, располагаясь в противоположных сторонах помещения. В середине братья Морозы:

«Мы – два брата молодые,

Два Мороза удалые:

Я – Мороз Красный Нос,

Я – Мороз Синий Нос.

Кто из вас решится

В путь дороженьку пуститься?»

Дети:

«Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз!»

Дети перебегают из одного конца помещения в другой. Морозы их ловят.

«Ворона и собачка».

Цель – учить подражать движениям и звукам птиц, двигаться, не мешая друг другу.

Ход игры. Выбирается «собачка», остальные дети – «вороны».

Возле елочки зеленой Дети прыгают, изображая ворону.

Скачут, каркают вороны:

«Кар! Кар! Кар!»

Тут собачка прибежала Дети убегают от «собачки».

И ворон всех разогнала:

«Ав! Ав! Ав!»

Игра проводится 2-3 раза.

«Беги к тому, что назову».

Цель – напомнить детям названия деревьев. Обучить бегать стайкой.

Ход игры.

Раз, два, три – елку найди!

Раз, два, три – к березе беги!

«Паровозик».

Цель – учить детей двигаться в разном темпе, менять направление, показывать предметы, передавать характерные движения животных, птиц. Упражнять в произношении звуков.

Ход игры. Дети идут паровозиком.

Чух-чух! Чух-чух! Дети произносят: «Чух-чух».

Мчится поезд во всех дух. Гудят: «У-у-у».

Загудел паровоз и вагончики повез: Гудят: «У-у-у».

Я пыхчу, пыхчу, пыхчу,

Сто вагонов я тащу.

Чух-чу! Чух-чу!

Далеко я укачу!

Приехали! Шипят: «Ш-ш-ш».

– Паровоз, паровоз,

Что в подарок нам привез?

– Мячики! Прыгают.

«Собачка и воробьи».

Цель – закрепить знания детей о характерных движениях птиц, учить имитировать их голоса.

Ход игры. Один ребенок – «собачка», все остальные – «воробьи».

Скачет, скачет воробей – Дети скачут.

Скок-поскок! Повторяют: «Чив! Чив! Чив!»

Скок-поскок!

Кличет маленьких детей:

Чив! Чив! Чив!

Чив! Чив! Чив!

Киньте крошек воробью,

Я вам песенку спою:

Чик-чирик! Повторяют: «Чик-чирик!»

Чик-чирик!

Вдруг прибежала «собачка» и громко залаяла. «Воробьи» разлетаются.

Игра проводится 2-3 раза.

«Зимние забавы».

Цель – развивать координацию речи с движением, общие речевые навыки.

Ход игры.

Мы бежим с тобой на лыжах, Дети изображают ходьбу на лыжах.

Снег холодный лыжи лижет.

А потом – на коньках, Дети изображают бег на коньках.

Но упали мы. Ах! «Падают».

А потом снежки лепили, Стоят, сжимают воображаемый снежок

ладонями.

А потом снежки катали, Катят воображаемый комок.

А потом без сил упали. «Падают».

А домой мы побежали. Бегут по кругу.

«Найди свой домик».

Цель – учить действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве, находить нужный цвет.

Ход игры. Воспитатель раздает детям кружочки красного, зеленого, желтого цветов. Дети с кружочками стоят в «домиках» такого цвета. После слов воспитателя «идите гулять» дети расходятся по площадке в разные стороны. Когда воспитатель скажет: «Найди свой домик», дети собираются в своих домиках.

«Лохматый пес».

Цель – учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему.

Ход игры.

Вот лежит лохматый пес, Водящий сидит на корточках и изображает,

что спит.

В лапы свой уткнувши нос,

Тихо, смирно он лежит,

Не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему, разбудим Дети подкрадываются к нему на цыпочках

прикасаются к водящему.

И посмотрим, что же будет. Водящий пытается запятнать убегающих детей.

«Догоняшки в лабиринте».

Цель – учить бегать друг за другом, делая осторожные повороты.

Ход игры. Дети бегают по заранее сделанному лабиринту.

«Воробушки и кот».

Цель – учить бегать, не задевая друг друга, быстро убегать, находить свое место.

Ход игры. Воспитатель выбирает одного ребенка – это кот, остальные дети – воробушки. Кот – спит, воробушки разлетаются в разные стороны и ищут зернышки. Просыпается кот, он подтягивается, произносит мяу-мяу и бежит ловить воробушков, которые прячутся в домиках. Пойманных воробушков кот отводит к себе в дом.

«Бегите к флажку».

Цель: развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу, упражнять в беге, ходьбе.

Ход игры. Дети получают флажки двух цветов: одни – синего, другие – красного.

Воспитатель становится на одной стороне площадки и держит в одной руке синий, в другой – красный флажок. Дети с флажками синего цвета свободно группируются возле воспитателя напротив синего флажка, дети с красными флажками - напротив красного. Затем воспитатель предлагает всем погулять, и дети начинают ходить и бегать по площадке. Воспитатель в это время переходит на другую сторону площадки и говорит: «Раз, два, три, скорей сюда беги» и протягивает в стороны руки с флажками, дети бегут к нему и собираются возле руки с флажком соответствующего цвета. Когда все дети соберутся, воспитатель предлагает поднять флажки вверх и помахать ими.

Игра проводится 4-5 раз.

«Птичка и птенчики».

Цель – учить соблюдать правила игры, развивать координацию движений, упражнять в беге по всей площадке, учить ориентироваться в окружающем пространстве.

Ход игры. «Я буду птица, а вы – мои птенчики», – говорит воспитатель, чертит большой круг (можно выложить круг из шнура). «Вот какое большое гнездо у птицы! Заходите в него!». Дети входят в круг и присаживаются на корточки. «Полетели, полетели, птенчики, зернышки искать», – говорит воспитатель. Птенчики выпрыгивают из гнезда и летают по всей комнате, птица-мама летает вместе с ними. По сигналу «полетели, птенчики, домой» дети бегут и круг. Игра повторяется несколько раз.

«Снежинки и ветер».

Цель – формировать у детей умение использовать знания о природных явлениях в игровых действиях, развивать навыки ориентировки в пространстве, скоростные качества.

Ход игры. Дети собираются в кружок и берутся за руки. По сигналу взрослого: «Ветер задул сильный, сильный. Разлетайтесь, снежинки!» – разбегаются в разных направлениях по площадке, расправляют руки в стороны, покачиваются, кружатся. Взрослый говорит: «Ветер стих! Возвращайтесь, снежинки, в кружок!» Дети сбегаются в кружок и берутся за руки.

«Филин и пташки».

Цель – учить детей соблюдать правила игры, развивать выразительность и красоту движений.

Ход игры. Играющие выбирают филина, он уходит в свое гнездо. Подражая крику той птицы, которую выбрали, играющие летают по площадке. На сигнал «Филин!» все птицы стараются улететь в свои гнезда. Если филин успеет кого-то поймать, то он должен угадать, какая это птица, и только тогда пойманный становится филином.

Перед началом игры играющие выбирают для себя названия тех птиц, голосу которых они смогут подражать (например, голубь, ворона, галка, воробей, синица, журавль и т. д.). Гнезда птиц и филина лучше выбирать на высоких предметах (на пнях, скамейках и т.д.). Птицы от филина прячутся каждая в своем гнезде.

Вариант

Дети делятся на 3-4 подгруппы и договариваются, каких птиц они будут изображать. Затем подходят к филину и говорят: «Мы сороки, где наш дом?»; «Мы чайки, где наш дом?»; «Мы утки, где наш дом?» Филин называет место, где птицы должны жить. Птицы летают по площадке, на слово «Филин» прячутся в свои гнезда. Пойманную птицу филин должен узнать.

«Берегись – заморожу».

Цель – учить бегать, не задевая друг друга, быстро убегать, находить свое место.

Ход игры. Все играющие собираются на одной стороне площадки. «Убегайте, берегитесь, догоню и заморожу!», – говорит взрослый. Дети бегут к противоположной стороне площадки, чтобы спрятаться в «доме».

«Волк во рву».

Цель – учить по сигналу перепрыгивать через ров и обратно, парами  
по сигналу быстро бежать вперед

Ход игры. Поперек зала (площадки) – «ров» шириной в 1,5-2 детских шага (обозначенный веревками, лентами). Во рву сидит Волк. Козы по сигналу перебегают с одной стороны зала (площадки) на другую, перепрыгивая по пути через ров. Волк, не выбегая изо рва, старается поймать перепрыгивающих Коз (осалить касанием руки). Осаленные игроки выбывают из игры. Перебежки Коз повторяются 3-4 раза, после чего назначается новый водящий (Волк).

Вариант. Во рву могут быть 2-3 волка.

«Охотники и зайцы».

Цель – развивать глазомер.

Ход игры. С помощью считалки выбирают двух «охотников», которые берут у руки по маленькому резиновому мячику. Остальные дети – «зайцы», они сидят в «норке» – на противоположной стороне площадки за начерченной чёрточкой. Охотники обходят площадку, притворяясь, что ищут добычу, потом прячутся за двумя стульчиками или просто приседают в уголке площадки.

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

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

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

## «Дед Мороз – не морозь!»

**Цель:** упражнять детей в беге с ловлей и увертыванием; с преодолением препятствий; с сохранением равновесия после внезапной остановки; продолжать учить  быстро реагировать на сигнал и изменения в окружающей обстановке; развивать произвольность во время выполнения двигательных заданий; тренировать артикуляционный аппарат, укреплять связочно-мышечный корсет позвоночника.

**Ход игры:**

Из числа играющих при помощи считалки выбирается Дед Мороз. Все игроки вместе могут  произносить такие слова:

–     Добрый Дедушка Мороз,

Ты ребяток не морозь.

Не ленись, не зевай,

А скорей нас догоняй!

Раз-два-три – беги!

После этих слов дети разбегаются по игровой площадке, а Дед Мороз старается осалить кого-либо из игроков. Пойманный игрок считается «замороженным» и замирает на площадке в той позе, в которой его осалили. Игра продолжается до тех пор, пока Дед Мороз не поймает 2-3 игроков. Затем происходит смена водящего. Выигрывает тот, кто ни разу не попался Деду Морозу.

«Мороз Красный нос».

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 домов. Водящий – Мороз Красный нос становится посредине площадки лицом к играющим и произносит:

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь дороженьку пуститься?

Играющие отвечают хором:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий догоняет их и старается коснуться рукой, «заморозить». «Замороженные» останавли -ваются на том месте, где до них дотронулись, и до окончания перебежки стоят не двигаясь. Педагог вместе с Морозом подсчитывает количество «замороженных». После перебежки выбирают нового Мороза. В конце игры сравнивают, какой водящий Мороз заморозил больше играющих.

«Два мороза».

Цель: упражнять детей в беге, развивать ловкость, воспитывать взаимовырочку.

Ход игры:

Все играющие располагаются на одной стороне площадки. Двое водящих – морозы – стоят, повернувшись лицом к играющим, и говорят:

             Мы два брата молодые,

             Два мороза удалые.

             Я Мороз Красный нос,

             Я Мороз Синий нос.

             Кто из вас решится

             В путь – дороженьку пуститься?

Дети дружно отвечают:

             Не боимся мы угроз

             И не страшен нам мороз.

Дети перебегают на другую сторону площадки, а морозы стараются их заморозить (осалить). Те, кого морозы коснулись, считаются замороженными, т.е. пойманными. После двух перебежек водящие меняются.

«Ловишки».

Цель: упражнять детей в беге, развивать внимание, ловкость

Ход игры:

Дети выстраиваются за чертой на одной стороне площадки. Они должны добежать до следующей черты (на противоположную сторону) так, чтобы ловишка, стоящий посредине, не успел их осалить. После слов «Раз, два, три – беги» дети перебегают на другую сторону, а ловишка старается коснуться кого-нибудь. Тот, до кого дотронулся ловишка, считается пойманным и отходит в сторону. После 2—3 перебежек подсчитываются пойманные. Выбирают нового ловишку.

«Зайцы и волк».

Цель: развивать способность к подражанию, умение ритмично двигаться.

Ход игры:

Одного из играющих выбирают волком. Остальные дети изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы устраивают себе домики. В начале игры зайцы стоят в своих домиках (кружках), волк на другом конце площадки (в овраге). Воспитатель говорит:

«Зайки скачут, скок, скок, скок

На зеленый, на лужок.

Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают

Не идет ли волк».

Зайцы выпрыгивают из домиков и разбегаются по всей площадки. Они то прыгают на двух ногах, то присаживаются, щиплют траву и оглядываются, не идет ли волк. Когда воспитатель произнесет последнее слово, волк выходит из оврага и бежит за зайцам, стараясь их поймать (коснуться). Зайцы убегают каждый в свой домик. Пойманных зайцев волк отводит в овраг. Игра возобновляется. После того как поймано2-3 зайца, выбирают другого волка.

«Дед мороз».

Цель: прививать умение выполнять характерные движения.

Ход  игры:

Воспитатель предлагает детям начать игру. Все вместе вспоминают, что Дед Мороз живет в лесу и приносит зимой детям подарки. Воспитатель говорит грубым голосом:

Я – Мороз Красный Нос,

Бородою зарос.

Я ищу в лесу зверей.

Выходите поскорей!

Выходите, зайчики!

*Дети прыгают навстречу воспитателю, как зайчики.*

Воспитатель пытается поймать ребят: «Заморожу! Заморожу!» Дети разбегаются. Игра повторяется.

Каждый раз «Дед Мороз» приглашает выходить «из леса» новых «зверей» (мишек, лисичек), лесных птичек. Дети имитируют их движения, а затем убегают от «Деда Мороза».

«На елку».

Цель: научить имитировать характерные движения зверей.

Ход игры:

Воспитатель напоминает детям, что скоро наступит Новый год – праздник для всех. Везде будут стоять украшенные елки, вокруг них все будут водить хороводы, петь песни, плясать. Лесные зверушки тоже любят этот праздник, приходят к детям в гости, полюбоваться их наря­дами, наряженной елкой, повеселиться.

Воспитатель: «Ребята, слушайте и сразу же выполняйте то, что делают зверушки».

Ну-ка, елочка, светлей,

Засверкай огнями!

Пригласили мы гостей

Веселиться с нами.

По дорожкам, по снегам,

По лесным лужайкам

Прискакал на праздник к нам

Длинноухий зайка.

*(Дети скачут, как зайчики; бегут вприпрыжку.)*

А за ним, смотрите все,

Рыжая лисица.

Захотелось и лисе

С нами веселиться.*(Педагог: «Тихо-тихо бегите, как лисонька».)*

Вперевалочку идет

Косолапый мишка.

Он несет в подарок мед

И большую шишку.*(Педагог: «Медленно топает, вперевалочку».)*

Ну-ка, елочка, светлей,

Засверкай огнями,

Чтобы лапы у зверей

Заплясали сами!

*(Дети пляшут, кто как хочет.)*

Игра по желанию детей повторяется два раза.

«Ножки, ножки».

Дети бегут друг за другом под слова воспитателя «Ножки, ножки бежали по дорожке. Топ-топ-топ-топ! Прыг!» На последнее слово прыжком быстро поворачиваются в другую сторону.

«Догоните меня».

Несколько детей бегут за воспитателем вначале в прямом направлении, затем меняя его, обегая дерево, скамейку, вбегая на горку и сбегая с нее. Воспитатель должен обязательно учитывать индивидуальные особенности и возможности детей и в соответствии с этим менять продолжительность бега (от 10-15 до 20-25 сек) и его интенсивность (в быстром или среднем темпе). Временами надо давать малышам догнать себя, поддерживая у них интерес к игре и создавая этим одновременно моменты отдыха.

«Ау, ау!»

Цель:

– развивать внимание, умение ориентироваться в пространстве;

– различать левую и правую стороны.

Ребенок прячется в комнате и время от времени говорит: «Ау, ау!», а другой

ребенок ищет его. Взрослый читает стихи:

Я скажу тебе "Ау!",

Угадай, где я стою?

Ты найди меня, найди,

Здесь я; где-то на пути?

Где я, где - реши скорей:

Иль левее, иль правей!

Повнимательнее будь,

Все облазить не забудь!

«Птичка».

Цель: развивать внимание, умение быстро бегать.

Ход игры:

Дети сидят скамейке, один ребенок изображает птичку, он

сидит на корточках впереди всех. Взрослый поет:

– Села птичка на окошко.

Посиди у нас немножко,

Посиди, не улетай.

Улетела – ай!

После слов «Улетела – ай!» ребенок-«птичка» улетает, т. е. убегает, махая руками,

как крыльями, и прячется. Взрослый предлагает детям найти «птичку». Все бегут,

находят "птичку" и приводят к взрослому, после чего игра повторяется.

«Чижик».

Цель: развивать навыки общения, умение подражать движениям, чувство ритма.

Ход игры:

Дети стоят в кругу, взявшись за руки. В стороне стоит «чижик» (один из малышей).

Дети вместе с взрослым поют и играют.

Мы откроем все окошки,

Приготовим зерна, крошки.

Ты к нам, чижик, прилетай,

С нами, чижик, поиграй!

(Дети поднимают сцепленные руки – «окошки»).

Чижик к деткам прилетел,

Чижик песенку запел:

Клю-клю-клю, клю-клю-клю.

Очень крошечки люблю!

(«Чижик» прилетает в круг, дети сыплют воображаемые зерна, которые «чижик»

«клюет», а дети постукивают пальчиками по полу.)

Чижик с детками все пляшет,

Чижик крылышками машет.

Веселятся детки с ним,

С птичкой чижиком своим.

(«Чижик» пляшет в середине круга, и дети подражают его движениям.)

Попрощаюсь с вами, детки,

Не хочу жить в вашей клетке.

Я в свой садик улечу,

Я на ветке жить хочу!

(«Чижик» «вылетает» из круга, машет ручкой, как бы прощаясь с детьми. Они в

ответ также машут ручками.)

«Игра с собачкой».

Цель: способствовать формированию чуткого отношения к животным, расширять словарный запас ребенка.

Материал: Игрушечная собачка, мисочка.

Ход игры:

Взрослый держит в руках игрушечную собачку и говорит:

– Гав-гав!

– Кто там?

Это песик в гости к нам.

Я собачку ставлю на пол.

Дай, собачка, Пете лапу!

Затем идет с собачкой к кому-нибудь из детей и отдает ее. Ребенок держит собачку за лапу, а взрослый просит покормить ее. Собачке приносят мисочку с воображаемой едой. Собачка «ест суп» и «лает»: «Гав-гав!»

Взрослый говорит ребенку: «Это собачка говорит тебе «спасибо!».

«Пес Барбос».

Цель: развивать внимание, ловкость, быстроту.

Материал: Игрушечная собачка.

Ход игры:

Взрослый сидит на стуле, в руках у него игрушечная собачка, которая «спит». Взрослый говорит:

– Вот сидит наш пес Барбос,

В лапы спрятал черный нос.

(Ребенок встает с места и подходит к собачке.)

Ну, Барбос, скорей вставай!

И Наташу догоняй!

Взрослый с собачкой бежит за ребенком и говорит: «Гав-гав!» Пойманный ребенок садится на место, и игра начинается снова.

«Карусель».

Ход игры:

Дети вместе с взрослым бегут по кругу, держась за руки, и говорят или поют:

– Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели,

А потом, а потом

Все бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите,

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра!

В соответствии со словами песенки дети бегут по кругу все быстрее и быстрее, затем все медленнее и останавливаются.

«Солнечные зайчики».

Цель: развивать ловкость.

Материалы: Маленькое зеркальце.

Ход игры:

Взрослый зеркалом делает солнечных зайчиков и говорит при этом:

– Солнечные зайчики

Играют на стене,

Помани их пальчиком,

Пусть бегут к тебе!

Затем по команде: «Лови зайчика!» – ребенок бежит и пытается поймать «зайчика». Игра обычно проходит шумно и весело, ее можно повторить 2-3 раза.

«Кто поймает?»

Цель: развивать ловкость.

Материал: К палке-удочке привязан шнурок, на конце которого рыбка.

Ход игры:

Взрослый водит удочкой над головой ребенка, то, приближая рыбку, то удаляя. Ребенок должен поймать рыбку. Когда ему это удается, ребенок танцует, а взрослый поет:

– Саша наш – молодец!

Саша наш – удалец!

Саша рыбку поймал,

А потом поплясал!

«Котята и ребята».

Подгруппа детей изображает котят, остальные – их хозяева (у каждого 1-2 котенка). Котята на заборчике – на второй-третьей перекладинах лесенки. Хозяева сидят на скамейке. «Молока, кому молока», – говорит воспитатель, подходит к хозяевам и делает вид, что наливает им молоко в кружки (мисочки, колечки, круги). Котята мяукают – просят молока. Хозяева выходят на площадку (за черту) и зовут: «Кис-кис-кис!» Котята слезают с заборчика и бегут пить молоко. Ребята – хозяева говорят: «Мохнатенький, усатенький, есть начнет, песенки поет». С последним словом котята убегают, хозяева их ловят. Кто поймал котенка, меняется с ним ролью.

Правила: по сигналу влезать и слезать любым способом; – убегать после слова «поет»; ловить можно только до черты (на расстоянии двух шагов от заборчика).

«Кружись – не упади!»

В играх с ходьбой «Нам весело», «Парами на прогулку», «Солнышко и дождик» вводится кратковременное медленное кружение на месте.

«Лошадки».

Дети становятся парами. В паре один – «лошадка». Другой – «возчик». Используются вожжи, или дети держат друг друга за поясок. Воспитатель говорит:

Поехали, поехали, с орехами, с орехами

К детке по репку, по пареньку,

по сладеньки, по горбатеньки.

С окончанием текста дети продолжают бежать в том же ритме под проговаривание воспитателя: «Гоп, гоп» бегу до тех пор пока воспитатель не скажет: «Тпру-у».

«Ровным кругом».

Дети взявшись за руки, ритмично идут по кругу, говорят:

«Ровным кругом друг за другом

Мы идем за шагом шаг, стой на месте!

Дружно вместе, сделай вот так!»

С окончанием слов останавливаются и повторяют движения, которые показывает воспитатель, например повернуться, наклониться. Нужно ритмично идти по кругу, сохраняя интервал; не заходить в круг.

«Поймай воробышка!»

Дети становятся в круг, выбирают «воробья» и «кошку». «Воробей» в кругу, «кошка» – за кругом. Она пытается вбежать в круг, поймать «воробья». Дети не пускают.

«Воробей, чирикни!»

Один ребенок сидит на скамейке, спиной к детям. Ведущая выбирает «воробья», который подходит сзади к сидящему, кладет руки на плечи. Тот говорит: «Воробей, чирикни!» «Воробей» чирикает: «Чик-чирик!» Сидящий угадывает, кто это.

«Займи домик!»

Дети разбиваются на пары, берутся за руки – это домики. Группа детей – птички, их больше, чем домиков. Птички летают. «Закапал дождик», птички занимают домики. Кому не хватило домика, выбывают из игры, а потом меняются с детьми-«домиками».

«Кошка и скворцы».

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

«Горелки с платочком».

Игроки стоят парами друг за другом. Впереди водящий, он держит в руке над головой платочек.

Все хором.

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо,

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Дети последней пары бегут вдоль колонны (один справа, другой слева). Тот, кто добежит до водящего первым, берет у него платочек и встает с ним впереди колонны, а опоздавший «горит», т. е. водит.

«Ловлю птиц на лету».

Детям одевают на голову шапочки с изображением птиц. Произносится текст, адресованный ловушке (водящему):

Мы – птички-невелички,

Любим по небу летать,

Ты попробуй нас догнать.

Ловушка (водящий) догонят птиц. Тот, кого он затронет, выбывает из игры.

«Трактора».

Тара-тара-та-ра-ра

Из колхозного двора

Выезжают трактора.

Будем землю пахать,

Будем рожь засевать,

Будем хлеб молотить,

Малых детушек кормить!

В исходном положении дети стоят по кругу друг за другом с «рулем» в руках. Во время чтения стихотворных строк дети выполняют движения.

Первые три строки: дети двигаются дробным топающим шагом.

С окончанием третьей строки разворачиваются на дробном шаге лицом к центру. Оставшиеся строки: дети без остановок продолжают движение дробного шага на месте, выделяя ударные слова и слоги более сильным притопом.

«Веснянка».

Цель – развивать координацию речи с движением, общие речевые навыки.

Ход игры.

Солнышко, солнышко, Дети идут по кругу, взявшись за руки.

Золотое донышко.

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Побежал в саду ручей, Бегут по кругу.

Прилетели сто грачей, «Летят» по кругу.

А сугробы тают, тают, Медленно приседают.

А цветочки подрастают. Тянутся на цыпочках, руки вверх.

«Наседка и цыплята».

Цель – учить детей подлезать под препятствие, действовать по сигналу, развивать мышцы живота, спины, ног.

Ход игры: взрослый собирает детей за натянутой верёвкой в домике, надевает им шапочки-маски цыплят, объясняет, что цыплятки пойдут из домика на улицу искать зёрнышки. Как только услышат, что прилетела большая птица, они должны быстро спрятаться в домике.

Дети и взрослый подлезают под верёвку, начинают собирать небольшие шарики, рассыпанные на полу. По команде взрослого: «Большая птица!» дети прячутся в домик.

Птицей может быть другой взрослый, он пытается поймать детей, затем роль птицы может выполнять ребёнок.

«Гуси-лебеди».

Цель – учить бегущего уворачиваться, развивать навыки пространственной ориентации.

Ход игры.

Гуси-лебеди, домой!

Серый волк под горой!

Что он там делает?

Сереньких, беленьких рябчиков щиплет.

Ну, бегите же домой! (Волк догоняет.)

«Гуси-гуси».

Цель – учить диалоговой речи.

Ход игры. Выбирается «гусыня», «волк», остальные дети «гусята».

– Гуси, гуси!

– Га-га-га!

– Есть хотите?

– Да, да, да!

– Хлеба с маслом?

– Нет!

– А чего же вам?

– Конфет!!!

– Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Раз, два, три – домой беги!

(Гуси бегут, волк догоняет.)

«Птички раз! Птички два!»

Цель – учить детей выполнять движения счет.

Ход игры. Сколько у птички лапок, глаз, крыльев?

Птички, раз! Выставляют вперед одну ногу.

Птички, два! Выдвигают другую ногу.

Скок, скок, скок! Скачут на обеих ногах.

Птички, раз! Поднимают одну руку.

Птички, два! Поднимают другую руку.

Хлоп! Хлоп! Хлоп! Хлопают в ладоши.

Птички, раз! Закрывают рукой один глаз.

Птички, два! Закрывают другой глаз.

Все улетели! Открывают глаза, бегают, машут крылышками,

чирикают пищат.

Игра проводится 2-3 раза.

«Мыши в кладовой».

Цель: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в подлезании, в беге.

Ход игры. Дети «мыши» сидят в норках – на стульях или на скамейках, поставленных вдоль стен комнаты или по одной стороне площадки. На противоположной стороне площадки протянута верёвка на высоте 50-40 см. это «кладовая». Сбоку от играющих сидит «кошка», роль которой исполняет воспитатель.

Кошка засыпает, и мыши бегут в кладовую. Проникая в кладовую, они нагибаются, чтобы не задеть верёвку. Там они присаживаются и как будто грызут сухари или другие продукты. Кошка внезапно просыпается, мяукает и бежит за мышами. Мыши убегают в норки (кошка не ловит мышей, а только делает вид, что хочет поймать их). Возвратившись на место, кошка засыпает, и игра возобновляется.

Повторить игру можно 4-5 раз.

«Стадо».

Цель – учить быстро реагировать на сигнал.

Ход игры. Выбирают «пастуха» и «волка» («волк» в середине площадки). «Овцы» зовут пастуха:

«Пастушок, пастушок,

Заиграй в рожок!

Трава мягкая,

Роса сладкая.

Гони стадо в поле,

Погулять на воле!»

По сигналу «пастуха» «Волк!» «овцы» бегут в «дом» на противоположную сторону площадки.

«Заинька, выйди в сад».

Цель – учить детей действовать в соответствии со словами.

Ход игры. Дети выполняют движения в соответствии в текстом.

Заинька, выйди в сад,

Серенький, выйди в сад,

Вот так, вот так,

Выйди в сад.

Вот так, вот так,

Выйди в сад.

Заинька, топни ножкой,

Серенький, топни ножкой,

Вот так, вот так,

Топни ножкой.

Вот так, вот так,

Топни ножкой.

Заинька, покружись,

Серенький, покружись,

Вот так, вот так,

Покружись.

Вот так, вот так,

Покружись.

Заинька, попляши,

Серенький, попляши,

Вот так, вот так,

Попляши!

Твои ножки хороши!

«Ручейки у озера».

Цель – учить бегать друг за другом, становиться в круг.

Ход игры. По сигналу «ручейки» – дети бегут друг за другом. По сигналу «озеро» – становятся в круг.

«Бегите ко мне».

Цель – развивать умение действовать по сигналу педагога, бегать в прямом направлении, одновременно всей группой.

Ход игры. Убрав рейки (или шнуры), воспитатель предлагает детям встать к стене так, чтобы не мешать друг другу, а сам переходит на противоположную сторону зала и говорит: «Лужи высохли, бегите ко мне, все, все бегите!» дети бегут, воспитатель приветливо встречает их, широко раскрыв руки. Когда малыши соберутся, она переходит на другую сторону зала и вновь говорит: «Бегите ко мне». Игра повторяется 3-4 раза. Перед началом игры воспитатель напоминает, что бежать можно только после слов «бегите ко мне».

«Найди свой цвет».

Цель – закреплять и использовать знания детей об основных цветах, учить соблюдать правила игры, ориентироваться в пространстве.

Ход игры. Дети получают флажки 3-4 цветов: один - красного, другие – синего, третьи – желтого, и группируются по 4-6 человек в разных углах комнаты. В каждом углу воспитатель ставит на подставке цветной флажок (красный, синий, желтый).

По сигналу воспитателя «идем гулять» дети расходятся по площадке группками или в одиночку. По сигналу воспитателя «найди свой цвет» дети бегут к флажку соответствующего цвета. «Найди себе пару»

Для игры нужно приготовить флажки по количеству детей. Половина флажков одного цвета – остальные другого. Дети получают по одному флажку. По сигналу воспитателя дети разбегаются по площадке. По другому сигналу дети, имеющие одинаковые флажки, находят себе пару.

В игре должно принимать не четное количество детей, чтобы один из играющих оставался без пары. Обращаясь к оставшемуся ребенку без пары, все играющие хором говорят:

Ваня, Ваня не зевай себе пару выбирай.

Затем по удару бубна дети опять разбегаются, и игра повторяется.

«Поймай комара».

Цель – упражнять детей в выполнении прыжков вверх на месте на двух ногах, развивать мышцы ног, внимание, ловкость.

Ход игры. Дети стоят в кругу на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру круга. Воспитатель находится в середине круга. В руках у него прут длинной 1-1,5 м с привязанным на шнуре комаром из бумаги или материи. Воспитатель кружит шнур немного выше голов играющих – комар пролетает над головой; дети подпрыгивают, стараясь поймать его обеими руками. Тот, кто поймает комара, говорит «Я поймал!».

«Найди свое место».

Цель – учить детей понимать суть игровой задачи, правильно выполнять игровые действия, развивать способность ориентироваться в пространстве, быстроту реакции на сигнал, зрительную память.

Ход игры. Дети образуют круг. Водящий за кругом с платочком в руке. По сигналу воспитателя он пробегает за стоящими в кругу детьми, кладет кому-нибудь из них платок на плечо и продолжает бежать. Тот, у кого оказался платок, бежит навстречу водящему. В это время дети раздвигаются, как бы заполняя освободившееся место. Водящий и ребенок с платком должны отыскать это место и встать. Вставший на место остается в кругу, а опоздавший становится рядом.

«Мыши и кот».

Цель – способствовать совершенствованию выполнении детьми основных движений при беге, развивать скоростные качества, ловкость, координацию движений.

Ход игры. Дети – «мышки» сидят в «норках»- на стульчиках или скамейке, поставленной вдоль стен комнаты, или сторонам площадки в одном из углов площадки сидит «кошка», роль которой исполняет воспитатель. Кошка засыпает и только тогда мышки разбегаются по комнате. Но вот кошка просыпается, мяукает и начинает ловить мышат, которые бегут в свои норки и занимают свои места на стульчиках. После того как все мышки вернулись на свои места, кошка еще раз проходит по комнате, а затем возвращается на свое место, засыпает и игра повторяется.

Воспитатель может использовать в игре игрушечную кошку.

«Птички в гнездышках».

Цель - учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

Описание: дети сидят на стульях, расставленных по углам комнаты – это гнездышки. По сигналу птички вылетают из своих гнездышек в середину комнаты и летают. По сигналу «Птички, в гнездышки!» дети возвращаются на свои места.

Указания: для гнездышек можно использовать большие обручи, положенные на пол, а на участке это могут быть круги, начерченные на земле, в которых дети приседают на корточки.

«Цветные автомобили».

Цель – закреплять знания детей о транспорте, формировать умение правильно реагировать на зрительный сигнал, точно выполнять игровые действия, развивать способность переключать внимание, сопоставлять и сравнивать.

Ход игры. Дети стоят на краю площадки. Они автомобили. Каждому дается цветной руль. В центре площадки стоит воспитатель. В руках цветные флажки. Когда воспитатель поднимает флажок какого-либо цвета, то бегут дети, в руках которых руль такого же цвета. Когда опускает флажок, то дети направляются в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, игра повторяется.

Указания: Воспитатель одновременно может поднимать 2-3 флажка.

«Трамвай».

Цель – учить детей двигаться парами, согласовывая свои движения с движениями других играющих, учить распознавать цвета.

Ход игры. 3-4 пары детей становятся в колонну, держа друг друга за руку. Свободными руками они держаться за шнур, концы которого связаны, т.е. одни держат шнур правой рукой, а другие левой. Воспитатель держит в руках 3 флажка: желтый, зеленый, красный. Зеленый сигнал – трамвай движется, желтый – замедляет движение, красный – останавливается. Воспитатель поочередно поднимает флажки.

Указания: если детей много, можно сделать 2 трамвая; при остановке одни пассажиры выходят из трамвая, а другие заходят, приподнимая шнур.

«Догони мяч».

Цель – воспитывать умение действовать по сигналу воспитателя, бегать в прямом направлении. Ход игры: Воспитатель катит мяч вдоль дорожки и предлагает детям догнать его. Затем педагог переходит на другую сторону и снова прокатывает мяч, дети догоняют. Игра повторяется 2-3 раза.

Вариант игры: можно приготовить мячи по количеству детей. Воспитатель кладет мячи в корзину и предлагает каждому догнать мяч, взять его и принести.

«Матушка-весна».

Двое детей зелеными ветками или гирляндой образуют ворота. Все дети говорят:

Идет матушка-весна,

Отворяйте ворота.

Первый март пришел,

Всех детей провел;

А за ним и апрель

Отворил окно и дверь;

А уж как пришел май -

Сколько хочешь гуляй!

Весна ведет за собой цепочкой всех детей в ворота и заводит в круг.

«Найди свой домик».

Дети с помощью взрослого выбирают для себя домики (скамейку, бревно, начерченные на земле кружки) и находятся в них. В одном домике может быть 2-3 детей. По сигналу воспитателя выбегают из домиков на середину площадки, изображая ловлю бабочек (хлопают в ладоши перед собой и между ног), зайчиков (подпрыгивают на двух ногах), самолеты (бегают с поднятыми в стороны прямыми руками). По сигналу «Найди домик!» быстро разбегаются по местам, занимая домики.

«Быстро возьми».

На площадке по кругу разложены кубики. Дети идут, затем бегут вокруг кубиков. Их может быть на 1-2 меньше, чем детей. На сигнал «Бери!» быстро останавливаются у любого ближайшего кубика и поднимают его вверх.

«Звоночек».

Дети стоят полукругом, воспитатель перед ними, за спиной у него звоночек (бубен, барабан, погремушка). Он показывает его детям и быстро прячет. Спрашивает, что они видели, затем перебегает на другую сторону, говоря: «Я бегу, бегу, бегу, и в звоночек я звоню». Кладет звоночек сзади, широко разводит руки в стороны и говорит: «Все сюда скорей бегут и звоночек мой найдут». Дети бегут. Кто первый нашел, звонит и отдает воспитателю. Игра повторяется.

«Прячем мишку».

Задачи: развивать внимание, вызвать положительные эмоции.

Взрослый прячет знакомую ребенку большую игрушку (например, медведя) так, чтобы она немного была видна. Говоря: "Где мишка? Ищи мишку!", взрослый ищет его вместе с ребенком.

Когда ребенок найдет игрушку, взрослый прячет ее так, чтобы найти было сложнее. После игры с мишкой прячется сам взрослый, крича "Ку-ку". Когда ребенок найдет его, он перебегает и прячется в другое место. В конце игры взрослый предлагает спрятаться ребенку.

«Вороны».

Цель: развивать способность к подражанию, умение ритмично двигаться.

Ход игры:

Дети изображают ворон, они стоят «стайкой» и подражают всем движениям

взрослого, который поет или говорит нараспев:

Вот под елочкой зеленой

Скачут весело вороны.

«Кар-кар-кар!»

Целый день они кричали,

Спать ребяткам не давали.

«Кар-кар-кар!»

(Дети бегают по комнате, размахивают ручками, как крыльями.)

Только к ночи умолкают,

Спят вороны, отдыхают.

Тихо. «Кар-кар-кар!»

(Садятся на корточки, ручки под щечку – «засыпают».)

«Пчелки».

Цели: развивать ловкость.

Ход игры:

Дети изображают пчел, бегают по комнате, размахивая ручками-крыльями,

«жужжат». Появляется взрослый – «медведь» – и говорит:

– Мишка-медведь идет,

Мед у пчел унесет.

Пчелки, домой!

«Пчелки» летят в определенный угол комнаты – «улей». «Медведь», переваливаясь,

идет туда же. «Пчелки» говорят:

– Этот улей – домик наш.

Уходи, медведь, от нас!

Ж-ж-ж-ж-ж!

«Пчелки» машут крыльями, прогоняя «медведя», «улетают» от него. «Медведь» ловит их.

«Бабочки».

Цели: развивать умение двигаться красиво, подражать движениям бабочек.

Материал: картонные ободки с нарисованными бабочками, колокольчик, мелки, картинки с ласточками.

Ход игры:

Детям показывают картинки с изображением ласточек и рассказывают, какие они красивые и быстрые, например: «Птицы летают высоко над землей, их не надо ловить и обижать». Взрослый поет армянскую народную песенку «Ласточка»:

Ласточка – «Тивит, тивит» –

К нам в гости летит,

Ах, к нам летит!

А под крылышком ее

Весна сидит,

Ах, весна сидит!

Взрослый рассказывает, что весной начинают летать и яркие бабочки, надевает на головы детей ободки с бабочкой, а на асфальте мелом рисует цветы. Потом звонит в колокольчик, и по этому сигналу «бабочки» начинают «летать», резвиться. После следующего сигнала колокольчика «бабочки» садятся на нарисованные цветки (приседают на корточки).

«Игра с мишкой».

Цели: развивать умение быстро бегать, ловкость.

Ход игры:

Взрослый ходит по комнате, переваливаясь, и изображает медведя. Ребенок стоит в противоположном конце комнаты. Взрослый говорит:

– Мишка по лесу гулял,

Нашу Машеньку искал.

Долго, долго он искал,

Сел на травку, задремал.

(«Мишка» садится на стул и «засыпает». Ребенок бегает вокруг.) Далее говорит:

– Стала Машенька плясать,

Стала ножками стучать.

Мишка, мишенька, вставай,

Нашу Машу догоняй!

(«Мишка» просыпается, «рычит» и догоняет ребенка).

«Воронята».

Цели: развивать способность к подражанию, внимание.

Материал: Игрушечная собачка, мисочка.

Ход игры:

Дети-«воронята» сидят на стульях, расставленных полукругом. Дети «спят» (закрывают глаза, склонив головку на руки со сложенными ладошками) под стихотворение.

Воронята крепко спят,

Все по гнездышкам сидят.

А проснутся на заре,

Будут каркать во дворе.

(«Воронята» просыпаются, машут крыльями, кричат «кар-кар-кар». Затем, «летают» (бегают) по комнате, размахивая разведенными в стороны руками-крыльями. Во время «полета воронят», взрослый поет дальше.)

Полетели, полетели,

Воронята полетели, «Кар!» (2 раза)

Вышла тетя на дорожку,

Воронятам сыплет крошки.

(Выходит на середину и сыплет из чашки воображаемые крошки. Дети садятся на стульчики, а взрослый продолжает петь.)

Воронята прилетали,

Все до крошки поклевали. (2 раза)

Тук-тук-тук, тук-тук-тук –

Клювами стучали. (2 раза)

(Дети подбегают к тому месту, где «насыпаны крошки», садятся на корточки и «клюют», стучат пальчиками о пол.) Взрослый говорит:

Тузик по двору гулял,

Вороняток испугал!

(Взрослый берет игрушечную собачку, «лает» и догоняет убегающих детей.)

В дальнейшем «сыплют крошки» и изображают собачку сами дети

«Кот и мышь».

Цель: Развивать внимание, ловкость, быстроту.

Ход игры:

Взрослый изображает кота, ребенок – мышку. Ребенок сидит «в норке» (за стульчиком), «кот» ходит по комнате, говоря при этом:

– Котик по двору идет,

Ищет мышек Васька-кот,

Ищет мышек кот.

Тихо мышка сидит,

На кота она глядит,

На кота глядит.

Взрослый садится на стул и закрывает глаза – «спит». Ребенок-«мышка» подходит на близкое расстояние, видит, что «кот спит», бегает и играет вокруг «кота». «Кот» потягивается, открывает глаза, «мяукает» и бросается ловить «мышку». Ребенок-«мышка» убегает в «норку».

«Мишка-медведь».

Цель: учить ритмично хлопать и двигаться.

Ход игры:

Дети сидят кружком, один из них в центре круга. Взрослый говорит:

– Выходи-ка, Мишенька, попляши, попляши.

Лапой, лапой, Мишенька, помаши, помаши.

А мы вокруг Мишеньки хороводом пойдем,

Песенку веселую запоем, запоем!

Будем, будем в ладушки ударять, ударять!

Будет, будет Мишенька нам плясать, нам плясать!

«Мишка» в центре круга пляшет, дети хлопают в ладошки.

«Гуси».

Ход игры:

Взрослый («птичница») стоит на одном конце площадки, а ребенок-«гусь» – на противоположном.

Птичница говорит:

– Гуси, гуси!

Гуси:

– Га-га-га.

Птичница:

– Есть хотите?

Гуси:

– Да-да-да!

Птичница:

– Идите ко мне!

«Гусь» (или несколько «гусей») бежит к ней, раскинув руки-«крылья» в стороны, «клюет» воображаемые зернышки. Затем «птичница» говорит: «Кыш! А ну-ка, бегите в поле!»

Ребенок бежит, помахивая ручками-«крыльями», на прежнее место.

Игра повторяется снова.

«Мотылек».

Цели: развивать умение красиво и плавно двигаться.

Материал: Яркий сачок.

Ход игры:

Взрослый поет, а ребенок изображает мотылька.

На зеленом на лужку

Мотыльки летают

И с цветочка на цветок

Весело порхают.

(Малыш бегает, руки в стороны – «мотылек летает»).

Тетя вышла на лужок,

У нее в руках сачок.

Берегись-ка, мотылек,

Улетай скорей, дружок!

(Взрослый держит в руках яркий сачок. После слов «Берегись-ка, мотылек» ребенок убегает, и взрослый «ловит» его сачком).

«Курочка-хохлатка».

Цели: развивать ловкость.

Ход игры:

Взрослый и дети ходят стайкой по комнате. Взрослый изображает «курицу», дети – «цыплят». В стороне сидит старший ребенок – это «кошка». Взрослый говорит:

– Вышла курочка-хохлатка,

С нею желтые цыплятки.

Квохчет курочка «Ко-ко» –

Не ходите далеко.

(Взрослый приближается к «кошке»).

Говорит:

– На скамейке у дорожки

Улеглась и дремлет кошка.

Кошка глазки открывает

И цыпляток догоняет!

«Кошка» открывает глаза, «мяукает» и бежит за «цыплятами», которые убегают в определенный угол комнаты – «курятник», к «курочке-маме».

«Курица» защищает «цыплят», разводя руки в стороны и говоря при этом: «Уходи, кошка, не дам тебе цыпляток!».

«Огород».

Цель: развивать координацию движений, умение действовать по команде.

Ход игры:

Ребенок изображает курочку, а взрослый – дедушку-сторожа. На полу мелом проводят черту, объясняя ребенку, что за чертой «огород».

В огороде у ребят

Есть морковка и салат,

Все для ребят,

Все для ребят!

Старый дедушка ходил,

Он морковку сторожил.

Кыш, куры, кыш,

Кыш, куры, кыш!

(«Дедушка» с палкой ходит в «огороде»).

Старый дедушка устал,

Сел на травку, задремал.

Дедушка спит,

Дедушка спит.

(Садится, дремлет.)

Курочки бегут, бегут

И цыплят к себе зовут

Морковку щипать,

Морковку щипать.

(Дети-«курочки» выбегают на носочках).

Дедушка нас услыхал,

Всех курочек прогнал.

Кыш, куры, кыш,

Кыш, куры, кыш!

(Щиплют «овощи», поглядывая на «дедушку». «Дедушка» просыпается и прогоняет «курочек»).

«Куры с цыплятами2 убегают. Игра повторяется снова. «Дедушку» может изображать ребенок, а «курочку» – взрослый.

«Сорви яблоко».

Цель: обучать прыжкам.

Материал: Яблоки или шарики.

Ход игры:

Взрослый изображает яблоню, в каждой руке он держит по яблоку или шарику. Руки вытянуты на уровне головы ребенка – это «ветки», которые шевелятся от ветра. Ребенку предлагают сорвать яблоко. Он протягивает руки к нему, но «яблоня» сразу не поддается: «ветки» качаются из стороны в сторону, вверх и вниз.

Ребенок подпрыгивает, стараясь схватить яблоко, и, в конце концов, это ему удается.

«Сорванные» яблоки остаются у ребенка, а взрослый берет другие яблоки и предлагает «сорвать» их.

«Лягушки».

Посередине площадки чертят большой круг или кладут толстый шнур в форме круга. Группка детей располагается по краю круга, остальные садятся на стулья, расставленные по одной стороне площадки. Вместе с детьми, сидящими на стульях, воспитатель говорит следующие стихи:

Вот лягушки по дорожке

Скачут, вытянувши ножки,

Ква-ква-ква, ква-ква-ква,

Скачут, вытянувши ножки.

Дети, стоящие по кругу, подпрыгивают, изображая «лягушек». По окончании стихотворения дети, сидящие на стульях, хлопают в ладоши (пугают лягушек); лягушки прыгают в «болотце» – перепрыгивают через черту – и тихонько присаживаются на корточки.

При повторении игры роли меняются.

Правила: мяч останавливать руками, не допуская касания ног; долго не задерживать, стараться тут же откатить другому.

«Мишка идет по мостику».

На землю кладут доски (ширина 25 см, длина 2-2,5 м). За ними на высоте поднятой руки ребенка подвешивают на веревке ленточки. Соответственно количеству досок вызывают детей, они встают на четвереньки и по сигналу ползут до конца доски. Сходят с доски, подпрыгивают, снимают по одной ленточке – медведи достают малину. Когда все дети проползут, воспитатель предлагает побегать с ленточками по площадке. По сигналу все собираются, воспитатель вешает ленточки на веревку. Игра повторяется.

Правила: идти по скамейке на четвереньках (на ступнях и ладонях); доходить до конца доски.

«Найди свой цвет».

Дети получают флажки 3-4 цветов : один- красного, другие – синего, третьи – желтого, и группируются по 4-6 человек в разных углах комнаты. В каждом углу воспитатель ставит на подставке цветной флажок (красный, синий, желтый).

По сигналу воспитателя «идем гулять» дети расходятся по площадке группками или в одиночку. По сигналу воспитателя «найди свой цвет» дети бегут к флажку соответствующего цвета. «Найди себе пару»

Для игры нужно приготовить флажки по количеству детей. Половина флажков одного цвета – остальные другого. Дети получают по одному флажку. По сигналу воспитателя дети разбегаются по площадке. По другому сигналу дети, имеющие одинаковые флажки, находят себе пару.

В игре должно принимать не четное количество детей, чтобы один из играющих оставался без пары. Обращаясь к оставшемуся без пары, все играющие хором говорят:

Ваня, Ваня не зевай себе пару выбирай.

Затем по удару бубна дети опять разбегаются, и игра повторяется

«Прихлопни комара».

К пруту привязывается веревка длиной 0,5 м, на конце которой прикрепляется платочек — «комар». Взрослый держит прут так, чтобы «комар» находился на 5-10 см выше поднятой руки ребенка. Двигая прутом, взрослый заставляет «комара» летать. Ребенок старается, подпрыгивая, прихлопнуть «комара» ладонями.

«Жмурки».

Цель – упражнять детей в беге с увертыванием, ориентироваться в пространстве.

Ход игры. Водящий с завязанными глазами ловит детей.

«Выше земли».

Цель – развивать ловкость, быстроту реакции на сигнал.

Ход игры. Выбирается ловишка. Все дети занимают места так, чтобы ноги не касались пола. По сигналу дети бегают по площадке, по команде «Лови!», ловишка ловит детей.

«Попади в круг».

Цель – развивать глазомер, умение соизмерять свои силы при бросании.

Ход игры. В центре площадки рисуется круг или ставится корзина. Дети с шишками или мячами стоят на расстоянии одного метра от круга. По команде «Бросай!» бросают шишки в круг.

«Солнечные зайчики».

Цель – уточнить с детьми направления: вверх, вниз, в сторону. Учить выполнять разнообразные движения.

Ход игры.

Скачут побегайчики – Дети пытаются поймать солнечного зайчика.

Солнечные зайчики.

Прыг! Скок!

Вверх – вниз – вбок!

Мы зовем их – Дети ищут солнечного зайчика.

Не идут.

Были тут –

И нет их тут.

Прыг! Скок!

Вверх – вниз – вбок!

Прыг, прыг, по углам.

Были там –

И нет их там.

Где же побегайчики –

Солнечные зайчики?

«Жуки».

Цель – учить детей бегать врассыпную, по сигналу менять направление.

Ход игры. По сигналу «Жуки полетели!» дети бегут врассыпную. По сигналу «Жуки сели на землю!» дети приседают и шевелят пальцами, жужжат.

«Не оставайся на земле».

Цель – развивать ловкость, быстроту реакции на сигнал.

Ход игры. Выбирается один ребенок – ловишка. Остальные дети занимают места так, чтобы ноги не касались земли. По сигналу дети бегают по площадке, по команде «Лови!» ловишка ловит детей

«Садовник и цветы».

Цель – развивать умение перебегать на противоположную сторону площадки, уворачиваясь от ловишки, развивать ловкость, быстроту реакции.

Ход игры. Дети-«цветы» находятся на одной стороне площадке, а водящий – «садовник» – на противоположной. Приближаясь к цветам, он произносит: «Я иду сорвать цветок, из цветов сплету венок». Цветы отвечают: «Не хотим, чтоб нас срывали / И венки из нас сплетали. / Мы хотим в саду остаться, / Будут нами любоваться». С последними словами дети бегут на другую сторону площадки, а «садовник» старается поймать кого-нибудь.

«Веселый воробей».

Цель – учить выполнять движения по тексту игры.

Ход игры.

Воробей с березы Дети прыгают.

На дорогу прыг!

Больше нет мороза – Прыгают и чирикают.

Чик-чирик!

Вот журчит в канавке Произносят: «Ж-ж-ж!»

Быстрый ручеек,

И не зябнут лапки – Прыгают.

Скок-скок-скок!

Высохнут овражки – Прыгают.

Прыг, прыг, прыг!

Вылезут букашки – Прыгают.

Чик-чирик!

«Музыкальные ребята».

Цель – учить выполнять движения, не мешая друг другу.

Ход игры. На земле параллельно раскладываются два шнура – это «речка». Здесь лягушата будут плавать.

Ква! Ква! Ква! Дети прыгают и говорят: «Ква! Ква!»

В речку прыгать нам пора.

Ква! Ква! Ква! Дети «плавают» и повторяют: «Ква! Ква!»

Плавать можно до утра!

Раз, два, три! Дети «гребут» и повторяют: «Ква! Ква!»

Лапками греби!

Ква! Ква! Выпрыгивают из «речки».

На берег пора!

Ква! Ква! «Ловят» комаров.

Поймайте комара!

«Ягодка-малинка».

Цель – развивать координацию речи с движением.

Ход игры.

За малиной в лес пойдем, Дети идут в хороводе, взявшись за руки.

В лес пойдем,

Спелых ягод на берем, «Собирают» ягоды.

Наберем.

Солнышко высоко, Показывают солнышко.

А в лесу тропинка. Показывают тропинку.

Сладкая ты моя, Бегут по кругу, взявшись за руки.

Ягодка-малинка.

«Мы веселые ребята».

Цель – учить детей ходить и бегать врассыпную на ограниченной площади. Развивать быстроту, ловкость.

Ход игры.

Мы веселые ребята,

Любим бегать и играть.

Ну, попробуй нас догнать!

Раз, два, три – лови!

Ловишка ловит детей.

«Игра с косынками».

Цель – учить детей действовать по сигналу воспитателя.

Ход игры.

Дети сидят на стульчиках с одной стороны площадки. У каждого из них в руках косынки. Воспитатель стоит в стороне в нарисованном кругу и спрашивает: «Дети, у всех у вас есть косынки?» Дети отвечают, что у всех они есть. На слова воспитателя:

Вы скорей сюда бегите,

И косынки покажите!

Дети бегут к воспитателю, встают возле него и показывают косынки в правой и в левой руке. На слова воспитателя: «Походим, побегаем» дети ходят, куда кто хочет. Под бубен воспитателя в конце игры дети садятся на корточки и закрывают свое лицо косынкой. Воспитатель тихонько перебегает в другой круг, который нарисован дальше от детей, и говорит: «Посмотрите, дети, вот где я» и снова завет к себе детей. Игра повторяется.

«Дети в лесу».

Цель – учить детей выполнять правила игры, развивать быстроту реакции на сигнал.

Ход игры.

Дети сидят на стульчиках, которые стоят с одной стороны площадки. На слова воспитателя:

Дети по лесочку гуляют,

Листья желтые и красные собирают,

В букеты красиво собирают,

В небо высоко поднимают

Дети расходятся по всей площадке и выполняют соответствующие движения. На слова: «На свои места!» дети бегут к своим стульчикам и садятся на них. Выигрывает тот участник игры, который ни разу не ошибся, правильно выполнял движения.

«Смелые мышки».

Цель – упражнять детей в беге, развивать координацию речи с движением.

Ход игры.

Вышли мыши как-то раз

Посмотреть который час.

Раз – два – три – четыре,

Мыши дёрнули за гири.

Вдруг раздался страшный звон!

Бом- бом- бом- бом!

Убежали мышки вон!

(кот догоняет мышей-детей).

«Догоните меня!»

Цель – учить детей действовать по сигналу воспитателя, развивать ловкость, быстроту реакции.

Ход игры.

Воспитатель подходит к детям, которые сидят на стульчиках с одной стороны площадки, и говорит: «Толик, Аня, Маша, догоните меня!» Названые дети встают и догоняют воспитателя. Побегав немного, не очень быстро и не очень далеко, он дает себя поймать. При повторении игры количество детей, которые ловят воспитателя, увеличивается. Под конец игры воспитателя ловят уже все дети.

«Непослушные цыплятки».

Цель – способствовать двигательной активности, снятию импульсивности, развитию игровых навыков и произвольности поведения.

Ход игры.

Воспитатель выступает в роли мамы-курицы, а дети - цыплятки. Детки убегают от воспитателя, а воспитатель их догоняет и рассаживает на скамеечку.

«Пчелки и ласточка».

Цель – учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.

Ход игры.

Дети-пчелы летают по площадке и напевают:

Пчелки летают,

Медок собирают!

Зум, зум, зум!

Зум, зум, зум!

Ласточка сидит в своем гнезде и слушает их песенку. По окончании песенки ласточка говорит: «Ласточка встанет, пчелку поймает». С последним словом она вылетает из гнезда и ловит пчел. Пойманный ребенок становится ласточкой, игра повторяется.

«Медведь и пчелы».

Цель – учить детей действовать по сигналу воспитателя, развивать выносливость, ловкость, смекалку.

Ход игры.

Дети делятся на пчел и медведей. Пчелы живут в ульях по 2-3 на дереве, большом пне, бревне, медведи в берлоге (условно обозначенное место). По сигналу пчелы вылетают из ульев, летают по лесу, собирают мед и жужжат. Когда пчелы покидают ульи, медведи выбегают из берлоги и забираются в них, лакомятся медом. Как только: «Медведи! », медведи спешат спрятаться в берлогу, а пчелы летят к ульям и жалят тех медведей, которые не успели убежать.

«Кот и мыши».

Цель – развитие общей моторики; зрительного внимания; оптико-пространственных представлений; координации речи, движения и музыки; мелодического слуха; певческого и речевого дыхания; просодических компонентов речи; тормозных установок; терпения и быстроты реакции; переключаемости; развитие творческих способностей.

Ход игры: 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.



«Пробеги тихо».

Ц е л ь: учить бесшумно двигаться.

Ход игры: Дети делятся на группы из 4-5 человек. Вы­бирается водящий, который становится в середине зала. По сиг­налу одна группа бежит мимо водящего. Дети должны бежать бесшумно. Если водящий услышит шум шагов, он говорит: «Стой», – и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, веду­щий показывает, где слышит шум. Если он указал правильно, дети отходят в сторону; если ошибся, они возвращаются на свои места и бегут снова. Так бегут поочередно все группы. Выигры­вает та группа, которую не услышал водящий.

«Кот и мыши».

Цель: учить ориентироваться в пространстве, действовать после сигнала.

Ход игры: Дети-«мыши» сидят в норках. В другой сто­роне сидит «кот». «Кот» засыпает, и только тогда «мыши» разбегаются по залу. Но «кот» просыпается и начинает ловить «мышей». Они бегут в норки и занимают свои места.

«Самолеты».

Цель: учить легкости движений, действовать после сигнала.

Ход игры: Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изобра­жают летчиков. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя: «К полету готовься!» – дети делают движения руками – за­водят мотор. «Летите!» – говорит педагог. Дети поднимают руки в стороны и «летят» врассыпную, по площадке. По сигналу вос­питателя: «На посадку!» «самолеты» находят свои места и приземляются: строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась быстрее.

«Совушка».

Цель: учиться неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.

Ход игры: Играющие свободно располагаются в зале или на площадке. В стороне («в дупле») сидит или стоит «сова», Воспитатель говорит: «День наступает – все оживает». Все иг­рающие свободно двигаются па площадке, выполняя различные движения, имитируя руками полет бабочек, стрекоз и т. д. Не­ожиданно произносит: «Ночь наступает, все замирает, сова вы­летает». Все должны немедленно остановиться в том положе­нии, в котором их застали эти слова, и не шевелиться. «Сова» медленно проходит мимо играющих и зорко осматривает их. Кто пошевелится или засмеется, того «сова» отправляет к себе в «дупло». Через некоторое время игра останавливается, и под­считывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих.

«Бездомный заяц».

Цели: быстро бегать; ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Выбирается «охотник» и «бездомный заяц», остальные «зайцы» стоят в обручах – «домиках». «Бездомный заяц» убегает, а «охотник» догоняет. «Заяц» может встать в до­мик, тогда «заяц», стоявший там, должен убегать. Когда «охотник» поймал «зайца», он сам становится им, а «заяц» – «охотником».

«Лиса в курятнике».

Цель: учить мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать. не задевая друг друга, увертываться от ловящего.

Ход игры: На одной стороне площадки очерчивается ку­рятник. В курятнике на насесте (на скамейках) сидят «куры». На противоположной стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается «лисой», остальные – «куры». По сигналу «куры» спрыгивают с насеста, ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу: «Лиса!» – «куры» убегают в курятник и взбираются на насест, а «лиса» старается утащить «курицу», не успевшую спастись, и уводит ее в свою нору. Остальные «ку­ры» снова спрыгивают с насеста, и игра возобновляется. Игра оканчивается, когда «лиса» поймает двух-трех «кур».

«Зайцы и волк».

Цели: учить правильно, прыгать на двух ногах; слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом.

Ход игры: Одного из играющих выбирают «волком». Остальные - «зайцы». В начале игры «зайцы» стоят в своих домиках, «волк» находится на противоположной стороне. Воспитатель говорит:

Зайцы скачут, скок, скок, скок,

На зеленый на лужок, на лужок,

Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают – не идет ли волк.

Дети прыгают, выполняют движения. После этих слов «волк» выходит из оврага и бежит за «зайцами», они убегают в свои до­мики. Пойманных «зайцев» «волк» отводит к себе в овраг.

«Охотник и зайцы».

Цель: учить метать мяч в подвижную цель.

Ход игры: На одной стороне - «охотник», на другой в обручах по 2-3 «зайца». Охотник обходит площадку, как бы разыскивая следы «зайцев», зачем возвращается к себе. Воспитатель говорит: «Выбежали на полянку зайцы». «Зайцы» прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед. По слову «охотник», «зайцы» останавливаются, поворачиваются к нему спиной, а он, не *сходя* с места, бросает в них мячом. Тот «заяц», в которого попал «oxотник», считается подстреленным, и «охотник» уводит его к себе.

«Жмурки».

Цель: учить внимательно слушать текст.

Ход игры: Жмурка выбирается при помощи считалки. Ему завязывают глаза, отводят его на середину комнаты, и поворачивают несколько раз вокруг себя. Разговор с ним: Кот, кот, на чем стоишь?

– На квашне (деревянная посуда для замешивания текста).

– Что в квашне?

– Квас.

– Лови мышей, а не нас!

Игроки разбегаются, жмурка их ловит. Пойманного игрока жмурка должен узнать, назвать его по имени, не снимая повязки. Тот становится жмуркой.

«Удочка».

Цель: учить правильно подпрыгивать: оттолкнуться и ***по***добрать ноги.

Ход игры: Дети стоят по кругу, в центре - воспитатель с веревкой в руках, на конце которой привязан мешочек. Воспитатель крутит веревку, а дети должны перепрыгнуть.

«Кто скорее до флажка?»

Цель: развивать быстроту, ловкость.

Ход игры: Дети распределяются на несколько команд. На расстоянии 2 м от

исходной черты ставятся дуги, на расстоя­нии *3*м флажки на подставке.

Задание: по сигналу воспитателя выполнить подлезание под дугу, затем прыжками на двух ногах допрыгать до флажка, обогнуть его и бегом возвратиться в конец своей колонны.

«Птички и кошка».

Цель: учить двигаться по сигналу, развивать ловкость.

Ход игры: В большом кругу сидит «кошка», за кругом «птички». «Кошка» засыпает, а «птички» впрыгивают в круг и летают там, присаживаются, клюют зерна. «Кошка» просыпает­ся и начинает ловить «птиц», а они убегают за круг. Пойманных «птичек» «кошка» отводит в середину круга. Воспитатель под­считывает, сколько их.

«Не попадись!»

Цель: учить правильно прыгать на двух ногах, развивать, ловкость.

Ход игры: Кладется шнур в виде круга. Все играющие стоят за ним на расстоянии полушага. Выбирается водящий. Он становится внутри круга. Остальные дети прыгают в круг и обратно. Водящий бегает по кругу, стараясь коснуться играющих  
в то время, когда они находятся внутри. Через 30-40 секунд воспитатель прекращает игру.

«Ловишки».

Цель: развивать ловкость, быстроту.

Ход игры: С помощью считалочки выбирается ловишка. Он становится в центре зала. Дети стоят в одной стороне. По сигналу дети перебегают на другую сторону, а ловишка старается их поймать. Пойманный становится ловишкой. В конце игры говорят, какой ловишка самый ловкий.

«К названному дереву беги».

Цель: тренировать в быстром нахождении названного дерева.

Ход игры: Выбирается водящий. Он называет дерево, все дети должны внимательно слушать, какое дерево названо, и в соответствии с этим перебегать от одного дерева к другому. Водящий внимательно следит за детьми, кто побежит не к тому дереву, отводит на скамейку штрафников.

«Найди листок, как на дереве».

Цель: учить классифицировать растения по определенному признаку.

Ход игры: Воспитатель делит группу на несколько под­групп. Каждой предлагает хорошо рассмотреть листья на одном из деревьев, а потом найти такие же на земле. Педагог говорит; «Давайте посмотрим, какая команда быстрее найдет нужные ли­стья». Дети начинают поиски. Члены каждой команды, выпол­нив задание, собираются около дерева, листья которого они ис­кали. Выигрывает та команда, которая соберется возле дерева первой, или та, которая соберет больше листьев.

«Кто скорее соберет?».

Цели: учить группировать овощи и фрукты; воспитывает: быстроту реакции на слова, выдержку и дисциплинированность.

Ход игры: Дети делятся на две бригады: «Садоводы и «Огородники». На земле лежат муляжи овощей и фруктов и две корзины. По команде воспитателя бригады начинают со­бирать овощи и фрукты каждый в свою корзину. Кто собрал первым, поднимает корзину вверх и считается победителем.

«Замри».

Цель: учить понимать схематическое изображение позы че­ловека.

Ход игры: Все должны передвигаться по площадке, а по команде ведущего «Раз, два, три, замри» остановиться. Про­износя эти слова, воспитатель показывает детям одну из карто­чек со схематическим изображением позы человека. Ребята должны замереть в той же позе. Тот, кто примет неправильную позу, выбывает из игры.

«Пчелки».

Цель: упражнять в диалогической речи, в правильном произношении звука [ж]; учить действовать по словесному сигналу,

Ход игры: Помните, мы видели пчелок на клумбе с цветами? Как они жужжали? Пчелки собирают мед на цветах, Мишка тоже любит мед. Он подходит к улью и хочет забрать мед. Пчелки его прогоняют. А он их ловит. Но пчелки быстро улетают от него. Я буду пчелка-мама, вы – пчелки-детки. А Ко­ля (Петя...) будет мишкой.

*На пего надевают шапочку. Медведь становится в стороне.*

Пчелка-мама. Полетели пчелки собирать мед **с** цветочков. Мишка-медведь идет, мед у пчелок унесет. Пчелки, домой!

Пчелки-дети. Этот улей домик наш, уходи, медведь, от нас: Ж-ж-ж-ж!

*В соответствии со словами дети двигаются.*

«Жуки».

Цель: развивать ритмичную, выразительную речь и коор­динацию движений.

Ход игры: Дети-«жуки» сидят в своих домах (на скамейках) и говорят: «Я жук, я жук, я тут живу, жужжу, жужжу: ж-ж-ж».

По сигналу педагога «жуки» летят на поляну, греются ми солнышке и жужжат, по сигналу «дождь» возвращаются в домики.

«Найди себе пару».

Цели: учить быстро бегать, не мешая друг другу; уточнить названия цветов.

Ход игры: Воспитатель раздает разноцветные флажки по количеству играющих. По сигналу воспитателя дети бегают, при звуке бубна находят себе пару по цвету флажка и берутся за руки. В игре должно принимать участие нечетное количество детей, чтобы один остался без пары. Он и выходит из игры.

«Такой листок – лети ко мне».

Цели: упражнять в нахождении листьев по сходству; акти-  
визировать словарь (названия деревьев: клен, тополь, береза);-  
воспитывать слуховое внимание.

Ход игры: Воспитатель с детьми рассматривает листья, упавшие с деревьев. Описывает их, говорит, с какого они дерева. Через некоторое время, воспитатель раздает детям листья от разных деревьев, находящихся на участке, и просит внима­тельно его послушать. Показывает лист от (тополя, березы, вя­за...) и говорит: «У кого такой же листок, бегите ко мне!».

«Пчелки и ласточка».

Цель: развивать ловкость, быстроту реакции.

Ход игры: Играющие дети – «пчелки» сидят на корточках. «Ласточка» – в своем гнезде.

Пчелки (сидят на поляне и напевают).

Зум, зум, зум! Зум, зум, зум!

Ласточка. Ласточка летает, пчелок поймает.

Вылетает и ловит «пчел». Пойманный становится «ласточкой».

«Лягушки».

Цель: учить сопоставлять движения со словами.

Ход игры: Дети делятся на две группы. Одна из них –«кочки на болоте», другая - «лягушки». «Кочки» стоят большим кругом. За каждой «кочкой» спряталась «лягушка». Одна «лягушка» » (водящий) стоит в середине круга, у нее нет своего домика. Воспитатель говорит: «Вот лягушки по дорожке скачут, вытянувши ножки». Все дети скачут внутри круга и говорят «ква – ква - ква». Дети(«кочки») говорят: «Вот из лужицы на кочку, да за мошкою вприскочку». После этих слов все «лягушки» и водящий прячутся за «кочки». Тот, кому не хватило «кочки», становится водящим. Он говорит: «Есть им больше неохота, прыг опять в свое болото». «Лягушки» снова прыгают внутрь круга, и игра начинается сначала.

«Песенка стрекозы».

Цель: развитие ритмичной, выразительной речи и координации движений.

Ход игры: Дети становятся в круг, произносят хором стихотворение, сопровождая слова движениями:

Ялетала, я летала, устали не знала,

*(Плавно взмахивают руками.)*

Села посидела, опять полетела.

*(Опускаются на одно колено.)*

Я подруг себе нашла, весело нам было.

*(Плавные взмахи руками.)*

Хоровод кругом вела, солнышко светило.

*(Водят хоровод.)*

«Повар».

Цель: развитие ритмичной, выразительной речи и коорди­нации движений.

Ход игры: Все дети становятся в круг. Водящий ходит и кругом. У него в руках поварской колпак. Дети хором произ­носит стихотворение:

Будем в повара играть,

Если повар будешь ты,

Никому нельзя зевать,

То скорей кругом иди.

После слов «Скорей кругом иди» водящий останавливается и надевает колпак на рядом стоящего ребенка. Получивший колпак и водящий становятся спиной друг к другу и по сигналу педагога идут по кругу.

«Кот на крыше».

Цели: развитие ритмичной, выразительной речи, коорди­нации движений; автоматизация звука [ш] в связном тексте.

Ход игры: На стуле или скамеечке сидит с закрытыми глазами один из играющих. Он «кот». Остальные дети – **«мы**ши». Они тихо подходят к «коту» и, грозя друг другу пальцем, говорят хором вполголоса:

Тише, мыши, тише, мыши...

Мышка, мышка, берегись

Кот сидит на нашей крыше.

Икоту не попадись...

После этих слов «кот» просыпается, говорит «мяу», вскакивает и гонится за «мышками». «Мышки» убегают. Нужно отметить чертой мышкин дом - норку, куда» кот» не имеет права забегать.

«Найди себе пару».

Цели: учить детей быстро бегать, не наталкиваясь друг на друга; уточнить знания цвета.

Ход игры: Воспитатель раздает детям разноцветные флажки по количеству играющих. По сигналу воспитателя дети бегают, при звуке бубна находят себе пару по цвету флажка и берутся за руки. В игре должно принимать участие нечетное количество детей, чтобы один остался без пары. Он и выходит из игры.

«Жадный кот».

Цели: дифференциация звуков [ш] – [ж]; развитие ловкости.

Ход игры: Выбирается водящий, он «кот». «Кот» садится в угол площадки и говорит: «Я ужасно жадный кот, всех мышей ловлю и в рот». Остальные дети – «мышки». Они проходят ми­мо «кота» и испуганно шепчут: «Тише, тише, кот все ближе». Дети дважды произносят эти слова. С последними словами «кот» выскакивает и ловит «мышей». Кто попался «коту» в ла­пы, должен произнести 5-6 раз слова «тише» и «ближе». Затемроль «кота» передается другому ребенку.

«Журавль и лягушки».

На земле чертится большой прямоугольник. Это река. На берегах нарисованы кочки (кружочки, начертанные па расстоянии 45-55 см от берега, чтобы нетрудно было с кочки одним прыж­ком попасть в воду, т. е. в очерченный прямоугольник). Один ребенок – «журавль», а остальные – «лягушки». «Журавль» сидит и споем гнезде поблизости. А «лягушки» усаживаются на кочки и начинают свой концерт.

Вот с насиженной гнилушки

Стала квакать из воды:

В воду шлепнулась лягушка.

«Ква, кэ, кэ, ква, кэ, кэ.

И надувшись, как пузырь,

Будет дождик на реке».

Как только «лягушки» произнесут последние слова, «журавль» вылетает из гнезда и ловит их. «Лягушки» прыгают в воду, где «журавлю» ловить их не разрешается. Пойманная «лягушка» остается на кочке до тех пор, пока «журавль» не улетит, и пока не вылезут снова «лягушки». «Лягушки» сидят до тех пор, пока не улетит «журавль».

«Охота на зайцев».

Ход игры: Все ребята – «зайцы» и два-три – «охотники». На одной стороне площадки педагог рисует круги по числу «зайцев» (заячьи норки), в которых они размещаются. «Охотники» находятся на противоположной стороне, где для *них*  нарисован домик.

Ведущий.

Никого нет на лужайке.

Выходите, братцы-зайки,

Прыгать, кувыркаться!..

По снегу кататься!..

«Зайцы» выбегают из норок и разбегаются по всей площадке и прыгают. Педагог хлопает в ладоши и говорит «Охотники!».

«Охотники» выбегают из домика и охотятся на «зайцев», а те должны вовремя занять свои домики. Пойманных «зайцев» «охотники» забирают себе в дом, и игра повторяется.

«Догони мяч».

Цели: учить детей действовать по сигналу быстро; развивать ловкость; учить ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Дети становятся у одной из сторон площадки, Воспитатель стоит вместе с ними, в руках у него корзина с мячами (по количеству детей). Бросает мячи из корзины в разные стороны, подальше от детей. После слов «Догони мяч» дети бегут за мячами, берут их и снова кладут в корзину.

*«Жмурки с колокольчиком*».

Цель: развлечь детей, способствовать созданию у них хорошего, радостного настроения.

Ход игры: Одному из детей дают колокольчик. Двое других детей – жмурки. Им завязывают глаза. Ребенок с колокольчиком убегает, а жмурки его догоняют. Если кому-то из детей удается поймать ребенка с колокольчиком, то они меняются ролями.

«Воробушки».

Цели: активизация звука [ч] в звукоподражании; развитие ловкости.

Ход игры: Дети (воробушки) сидят на скамейке (в гнез­дышках) и спят. На слова педагога: «В гнезде воробушки живут и утром рано все встают», дети раскрывают глаза, громко говорят: «Чирик-чик-чик, чирик-чик-чик! Так весело поют».

После этих слов дети разбегаются по участку. На слова педагога: «В гнездышко полетели!» возвращаются на свои места.

«Зайка».

Цель: развитие ловкости, быстроты.

Ход игры: Выбираются два ребенка: «зайчик» и «волк». Дети образуют круг, взявшись за руки. За кругом-«зайчик». В кругу «волк». Дети ведут хоровод и произносят стихотворение. А «зайцы» прыгает за кругом:

Скачет зайка маленький около завалинки, Быстро скачет зайка, ты его поймай-ка!

«Волк» старается выбежать из круга и поймать «зайчика». Когда «зайчик» пойман, игра продолжается с другими игроками.

«Зимующие и перелетные птицы».

Цели: закрепить знание названий перелетных и зимующих

Ход игры: Дети надевают шапочки птиц, перелетных и зимующих. В середине участка на расстоянии друг от друга стоят два ребенка в шапочках Солнышка и Снежинки. Птицы бегают врассыпную со словами:

Птички летают, зерна собирают.

Маленькие птички, птички-невелички.

После этих слов «перелетные птицы» бегут к Солнцу, а «зимующие» к Снежинке. Чей круг быстрее соберется, тот и выиграл.

«Солнечные зайчики».

Цель: упражнять в произношении стихотворения в соответствии с движениями.

Ход игры: Воспитатель с помощью маленького зеркала пускает солнечного зайчика и произносит стихотворение: Солнечные зайчики играют на стене,

Помани их пальчиком, пусть бегут ко мне.

Ну, лови, лови скорей, вот он светленький кружок

Вот, вот, нот левей, левей! Убежал на потолок.

Дети ловят «зайчика» па стене.

«Солнышко и дождик».

Цели: учить ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их действовать по сигналу воспитателя (можно использовать большой зонт).

Ход игры: Дети садятся на скамейки. Воспитатель гово­рит: «Солнышко! Идите гулять!» Дети ходят по всей площадке, После слов: «Дождик! Скорее домой!» - они бегут на свои мес­та. Когда воспитатель снова произносит: «Солнышко! - можно идти гулять», игра повторяется.

«Зайцы и медведи».

Цель: развивать ловкость, умение перевоплощаться.

Ход игры: Ребенок-«медведь» сидит на стульчике **и** дремлет. Дети- «зайцы» прыгают вокруг и дразнят его:

Мишка бурый, мишка бурый,

Отчего такой ты хмурый?

«Медведь» встает со стула, отвечает:

*Я* медком не угостился

Вот на всех и рассердился.

1, 2, 3, 4, 5 – начинаю всех гонять!

Нa последнем слове «медведь» ловит «зайцев» **и** отводит их к стульчику - «берлоге».

«Найди себе пару».

Цели: учить детей быстро бегать, не наталкиваясь друг на дру­га, уточнить знания цвета.

Ход игры: Воспитатель раздает детям разноцветные флажки по количеству играющих. По сигналу воспитателя дети бегают, при звуке бубна находят себе пару по цвету флажка и берутся за руки. В игре должно принимать участие нечетное количество детей, чтобы один остался без пары. Он и выходит из игры.

«Что мы видели не скажем, а что дела­ли – покажем».

Цель: развитие дыхания, сообразительности и наблюда­тельности.

Ход игры: Выбирается водящий. Он выходит за дверь. Оставшиеся дети сговариваются, какие движения они будут де­лать. Потом приглашают водящего. Он говорит: «Здравствуйте, дети! Где вы были, что вы делали?»

Дети отвечают: «Что мы видели не скажем, а что делали покажем».

Если водящий отгадал выполняемое детьми движение, то вы­бирается новый водящий. Если не смог отгадать, снова водит.

«Улиточка».

Цель: узнать товарища по голосу.

Ход игры: Водящий (улиточка) становится в середине круга, ему завязывают глаза.

Каждый из играющих, изменяя го­лос, спрашивает:

Улиточка, улиточка, высунь-ка рога,

Дам тебе я сахару, кусочек пирога.

Угадай, кто я.

Тот, чей голос улитка узнала, сам становится улиткой.

«Пузырь».

Цель: развитие длительного плавного выдоха.

Ход игры: Дети стоят тесным кругом, наклонив голову вниз, имитируя пузырь. Повторяют слова за воспитателем: «Раздувайся пузырь, раздувайся большой, оставайся такой и не ло­пайся». Дети поднимают головы и постепенно отходят назад, образуя большой круг. По сигналу воспитателя «воздух выходит» или «пузырь лопнул» дети идут к центру круга, произнося «С-С-С», подражая выходящему воздуху. После сигнала «Лопнул» нужно следить, чтобы дети не бежали, а шли (воздух *мед*ленно выходит).

«Зайка беленький сидит».

Цели: приучать слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом; учить подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать услышав последние слова текста.

Ход игры: Дети сидят на скамейке по одну сторону площадки. Воспитатель говорит, что все они «зайки» и предлагает им выбежать на полянку. Дети выбегают к воспитателю и приседают на корточки. Воспитатель читает текст.

Зайка беленький сидит

И ушами шевелит...

Дети под слова текста выполняют движение. После слов:

Кто-то зайку испугал,

Зайка прыг... и ускакал

убегают на место.

«Через ручеек».

Цели: учить по-разному, обозначать предметы в игровой ситуации; формировать умение изображать определенные действия.

Ход игры: Дети сидят па скамейке. Воспитатель раскладывает на земле две длинные веревки параллельно друг другу на расстоянии 40 см. «Это ручеек, – говорит воспитатель. – Вы сейчас будете прыгать через него. Не замочите ноги. Кто осту­пится, попадет в воду, тот больше играть не сможет, сядет на скамеечку и будет сушить ноги на солнышке». Дети группами подходят к ручейку и перепрыгивают через него. «Очень редко ручеек бывает такой прямой и ровный. На самом деле он изгибается – в одном месте становится шире *(раздвигает веревки),* и а другом – уже (немного соединяет их: то же делает в других местах). В широких местах на земле рисует камешки, для перехода через ручеек». Дети повторяют переходы через ручеек, во многих местах.

«Что делают животные?».

Цели: активизация глагольного словаря; закрепление зна­ний о животных; развитие воображения, ловкости.

Ход игры: Взрослый, разными способами бросая мяч ка­ждому ребенку по очереди, называет какое-либо животное, а ребенок, возвращая мяч, произносит глагол, который можно отнести к названному животному.

– Собака. – *Стоит, сидит, лежит, идет, бежит, лает...*

– Кошка. – *Мурлычет, мяукает, крадется, царапается, умывается...*

– Мышка. – *Шуршит, пищит, грызет, прячется.*

И т. д. (утка, ворона, змея).

«У медведя во бору...».

Цель: учить ориентироваться в пространстве, выполнять действия после сигнала.

Ход игр ы: С помощью считалочки воспитатель выбирает «медведя». Он находится на одной стороне, дети на другой. Вос­питатель говорит: «Идите гулять». Дети идут, собирают грибы, имитируя соответствующие движения (наклон и выпрямление корпуса) и одновременно произнося:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру,

А медведь сидит

И на нас рычит.

После последнего слова «медведь» с рычанием встает, а дети бегут домой.

Пойманного «медведь» ведет к себе домой.

«Перелет птиц».

Цель: учить двигаться в одном направлении, быстро убегать после сигнала.

Ход игры: Дети стоят в одном углу участка – они птицы. В другом углу стоят стульчики. По сигналу взрослого: «Птички улетают!», дети, подняв руки, бегают по залу. По сигналу «буря» малыши бегут к стульчикам. По сигналу взрослого: «Бури кончилась», дети слезают на пол и продолжают бег.

«Огуречик, огуречик...».

Цель: учиться прыгать на двух ногах, развивать ловкость.

Ход игры: На одном конце площадки воспитатель (ловишка), на другом - дети. Дети приближаются к ловишке прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит:

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот конечик:

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет.

При последних словах дети убегают на свои места, а воспитатель их догоняет.

«Ловишка, бери ленту».

Цели: развивать ловкость; воспитывать честность, справедливость при оценке поведения в игре.

Ход игры: Вес играющие закладывают за пояс сзади ленточки. По сигналу воспитателя «беги» разбегаются по площадке, а ловишка бегает за ними, стараясь вытянуть больше ленточек. По сигналу «раз-два-три – в круг быстрей беги!» дети становятся в круг. Подсчитывается число взятых лент, после чего они возвращаются детям. Лишившись ленты, ребенок временно пи кидает игру.

«Дети и волк».

Цель: учить понимать и употреблять в речи глаголы прошедшего времени и глаголы повелительного наклонения.

Ход игры: Выбирается «волк». Остальные дети собирают в лесу землянику и грибы. Дети говорят:

Дети по лесу гуляли, землянику собирали.

Много ягодок везде – и на кочках, и в траве.

Но вот сучья затрещали...

Дети, дети не зевайте, волк за елью – убегайте!

Дети разбегаются, «волк» ловит. Пойманный ребенок становится «волком», и игра начинается сначала.

«Пробеги тихо».

Цель: учить бесшумно двигаться.

Ход игры: Дети делятся на группы из 4-5 человек. Выбирается водящий, который становится в середине площадки. Ни сигналу одна группа бежит мимо водящего. Дети должны бежать бесшумно. Если водящий услышит шум шагов, он гово­рит: «Стой», – и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, ведущий показывает, где слышит шум. Если он указал правильно, дети отходят в сторону; если ошибся, они возвращаются

на свои места и бегут снова. Так бегут поочередно все группы, Выигрывает та группа, которую не услышал водящий.

«Цветные автомобили».

Цель: учить в соответствии с цветом флажка выполнять действия, ориентироваться в пространстве.

Ход игры: У воспитателя три флажка разного цвета. Он поднимает один или все флажки сразу. Дети, держащие такие же флажки, разбегаются по залу. Когда воспитатель опускает флажок, «автомобили» останавливаются и шагом возвращаются в гараж.

«Птицы и автомобиль».

Цель: развивать слуховое внимание, умение двигаться в соответствии со словами стихотворения.

Ход игры: Воспитатель. Посмотрите, какой у меня руль. Я буду автомобилем, а вы птичками. Вы будете летать и прыгать на полянке.

Прилетели птички, птички-невелички,

Весело скакали, зернышки клевали.

Дети-«птички» «летают» и прыгают. Садятся на корточки, стучат пальчиками об пол. Воспитатель поворачивает в руках руль, гудит и приговаривает: «Автомобиль по улице бежит, пыхтит, спешит, гудок гудит. Тра-та-та, берегись, посторонись», Дети – «птички» убегают от автомобиля. При повторении дети произносят слова вместе с воспитателем.

«Мышеловка».

Цели: развивать ловкость, умение быстро действовать после сигнала.

Ход игры: Делятся на две неравные группы. Меньшая образует круг - «мышеловку». Остальные – «мыши». Они находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и, начиная ходить по кругу, говорят:

Ах, как мыши надоели,

Развелось их – просто страсть.

Все погрызли, все поели,

Всюду лезут – вот напасть.

«Воробушки».

Цели: активизация звука *(ч) в* звукоподражании; развитие ловкости.

Ход игры: Дети (воробушки) сидят на скамейке (в гнездышках) и спят.

На слова педагога:

В гнезде воробушки живут,

И утром рано все встают.

Дети раскрывают глаза, громко говорят:

Чирик-чик-чик, чирик-чик-чик!

Так весело поют.

После этих слов дети разбегаются по участку. На слова педагога: «В гнездышко полетели!» возвращаются на свои места.

«Пустое место».

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

Ход игры: Дети держатся за обруч правой рукой, и двигаются по часовой стрелке, а ведущий идет в противоположную строну со словами:

Вокруг домика хожу

Ив окошечко гляжу,

К одному я подойду

И тихонько постучу:

«Тук-тук-тук».

Все дети останавливаются. Игрок, возле которого остановился ведущий, спрашивает: «Кто пришел?» ведущий начинает имя ребенка и продолжает:

Ты стоишь ко мне спиной,

Побежим-ка мы с тобой.

Кто из нас молодой

Прибежит быстрей домой?

Ведущий и ребенок бегут в противоположные стороны. Выигрывает тот, кто первым займет пустое место у круга.

«Лохматый пес».

Цель: учить по-разному обозначать предметы в игре.

Ход игры: Выбирается «лохматый пес», он будет дремать в середине площадки. Дети идут к «псу» и будят его, «пес лает», а дети убегают и прячутся. В конце площадки будет домик. Дети на цыпочках подкрадываются к «псу», и воспитатель говорит:

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.

Дети пытаются дотронутся до «пса». **«**Пес» не дается, рычит,Ловит детей. Все убегают в домик, а «пес» ловит.

«Мы веселые ребята».

Цель: развивать ловкость, внимание.

Ход игры: Дети стоят па одной стороне площадки или у стены комнаты. Перед ними проводится черта. На противоположной стороне площадки также проводится черта. Сбоку от детей, примерно на середине между двумя линиями, находится ловишка, назначенный воспитателем или выбранный детьми.

Дети хором произносят текст:

Мы веселые ребята,

Любим бегать и играть.

Ну, попробуй нас догнать.

Раз, два, три – лови!

После слова «лови» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих. Тот, до кого ловишки дотронулся прежде, чем играющий перешел черту, считается пойманным и садится возле ловишки.

После двух-трех перебежек производится подсчет пойман­ных и выбирается новый ловишка.

«Найди, о чем расскажу».

Цель: найти предметы по перечисленным признакам.

Правило: бежать к узнанному дереву можно только по сигналу воспитателя.

Ход игры: Игра проводится на воздухе. Воспитатель описывает дерево (величину и окраску ствола, называет и описывает семена. Затем он просит детей угадать, что это за дерево. 'Гот, кто узнал, должен подбежать после слов воспитателя: «Раз, два, три – беги!».

«Карусель».

Цель: учить одновременно двигаться и говорить, быстро действовать после сигнала.

Ход игры: Играющие образуют круг. Воспитатель дает детям шнур, концы которого связаны. Дети, взявшись правой рукой за шнур, поворачиваются налево и произносят стихотворение:

Еле, еле, еле, еле

Завертелись карусели.

А потом кругом, кругом,

Все бегом, бегом, бегом.

В соответствии с текстом дети идут по кругу: сначала мед­ленно, потом быстрее, а под конец бегут. Во время бега воспи­татель приговаривает: « По-бе-жа-ли, по-бе-жа-ли».

После того как дети пробегут два раза по кругу, Воспитатель меняет направление движения, говоря: «Поворот». Играющие поворачиваются кругом, быстро перехватывая шнур левой рукой, и бегут в другую сторону. Затем воспитатель продолжает имеете с детьми:

Тише, тише, не спешите!

Карусель останови те!

Раз-два, раз-два!

Вот и кончилась игра!

Движение карусели становится постепенно все медленнее. При словах «Вот и кончилась игра!» дети опускают шнур на землю и расходятся по площадке.

После того как дети немного отдохнули, воспитатель даеттри звонка или три раза ударяет в бубен. Играющие спешат за­нять места на карусели, т. е. становятся в круг, берут шнур.

Игра возобновляется. Неуспевший занять место до третьего звонка не катается на карусели, а стоит и ждет, когда будет новая посадка.

«Маленькие ножки бежали по дорожке».

Цели: отрабатывать произношение звука [ш] в связном **тек­сте;** учить сопоставлять движения со словами.

Ход игры: Дети строятся в колонну. Воспитатель предлагает всем детям показать свои ноги. Дети поднимают их. Педагог говорит, что ножки у них маленькие но бегают быстро. Дети  
бегут и приговаривают:

Маленькие ножки бежали по дорожке,

Маленькие ножки бежали по дорожке.

Затем воспитатель говорит, что у медведя ноги большие иидет медведь медленно:

Большие ноги шли по дороге,

Большие ноги шли по дороге.

Дети несколько раз выполняют ритмичные подражательныедвижения, то быстрые и легкие, то медленные и тяжелые,со­провождая свои действия словами.

«Котята и щенята».

Цели: учить красиво передвигаться на носочках, соединять движение со словами; развивать ловкость.

Ход игры: Игру можно проводить, где есть скамейка. Играющих делят на *две группы.* Дети одной группы изображают «котят», другой - «щенят». «Котята» находятся около скамейки; «щенята» - на другой стороне участка. Воспитатель предлагает «котятам» побегать легко, мягко. На слова воспитателя: «Щеня­та!» - вторая группка детей перелезает через скамейки. Они на четвереньках бегут за «котятами» и лают: «Ав-ав-ав». «Котя­та», мяукая, быстро влезают па скамейку. Воспитатель все время находится рядом. «Щенята» возвращаются в свои домики. После двух-трех повторений дети меняются ролями, и игра продол­жается.

«Песенка стрекозы».

Цель: развитие ритмичной, выразительной речи и коорди­нации движений.

Ход игры: Дети становятся в круг, произносят хором стихотворение­, сопровождая слова движениями:  
Я летала, я летала,  
Устали не знала,

*Дети плавно взмахивают руками.*

Села посидела,

Опять полетела.

*Опускаются на одно колено.*

*Я* подруг себе нашла,

Весело нам было.

*Вновь делают летательные движения руками.*

Хоровод кругом вела,

Солнышко светило.

*Берутся за руки и водят хоровод.*

«Кот Васька».

Цель: развитие внимания, ловкости.

Ход игры: Дети - «мышки» сидят на скамейке или присе­ли, один ребенок - «кот». Он идет на носочках, смотрит то на­право, то налево, мяукает.

Педагог и дети. Ходит Васька беленький,

Хвост у Васьки серенький,

А летит стрелой,

А летит стрелой.

«Кот» бежит в конец площадки, садится - засыпает.  
Дети.

Глазки закрываются –

Спит иль притворяется?

Зубы у кота – острая игла.

Одна «мышка» говорит, что она пойдет посмотрит, спит ли «котик». Посмотрев, она машет руками, приглашая к себе других «мышек». «Мышки» подбегают к ней, стараются дотронуться до «кота».

Только мышки заскребут,

Серый Васька тут как тут,

Всех поймает он!

«Кот» встает и бежит за «мышками», они убегают от него.

«Журавль и лягушки».

Цель: развитие двигательной активности. Ход игры: На земле чертится большой прямоугольник. Это река. На берегах нарисованы кочки (кружочки, начерченные на расстоянии 45-55 см от берега, чтобы нетрудно было с кочки одним прыжком попасть в воду, т. е. в очерченный прямоуголь­ник). Один ребенок – «журавль», а остальные – «лягушки». «Журавль» сидит в своем гнезде поблизости. А «лягушки» уса­живаются на кочки и начинают свой концерт.

Вот с насиженной гнилушки

В воду шлепнулась лягушка.

И, надувшись, как пузырь,

Стала квакать из воды:

«Ква, кэ, кэ, ква, кэ, кэ.

Будет дождик на реке.

Как только «лягушки» произнесут последние слова, «жу­равль» вылетает из гнезда и ловит их. «Лягушки» прыгают в во­лу, где «журавлю» ловить их не разрешается. Пойманная «ля­гушка» остается на кочке до тех пор, пока «журавль» не улетит, и пока не вылезут снова «лягушки». «Лягушки» сидят до тех пор, пока не улетит «журавль».

*«Кто где живет».*

Цель: умение группировать растения по их строению (дере­вья, кустарники).

Ход игры: Воспитатель делит детей на две группы, одни дети будут «белочками», другие «зайчиками». «Белочки» ищут растения, за которыми могут укрыться, а «зайчики» - под кото­рыми могут спрятаться. «Белочки» прячутся за деревья, а «зай­чики» - за кустики. Выбирают водящего - «лису». «Зайчики» и «белочки» бегают по поляне. По сигналу: «Опасность - лиса!» - «белочки» бегут к дереву, «зайцы» - к кустам. Кто неправильно выполнил задание, тех «лиса» ловит.

«Голубь».

Цель : упражнять в произношении звуков [л] и [р].

Ход игры: Дети выбирают «ястреба» и «хозяйку». Ос­тальные дети – «голуби». «Ястреб» становится в стороне, а «хо­зяйка» гонит «голубей»: «Кыш, кыш!». «Голуби» разлетаются, а «ястреб» их ловит. Затем «хозяйка» зовет: «Гули-гули-гули» – и «голуби» слетаются к «хозяйке». Тот, кого «ястреб» поймал, становится «ястребом», а прежний «ястреб» - «хозяйкой».

«Перенеси предметы».

Цель: развитие ловкости.

Ход игры: На земле чертят *2-Л* круга (диаметром 50 см) на расстоянии 8-10 метров. В один круг ставят несколько раз­ных предметов (кегли, кубики, игрушки), другой остается сво­бодным.

Ребенок становится у свободного круга и по сигналу взрослого начинает переносить сюда предметы по одному из другого круга. Могут играть одновременно две команды.

«Ловишки с приседанием».

Цель: развивать ловкость, быстроту.

Ход игры: С помощью считалочки выбирается ловишка. Он становится в центре зала. Дети стоят в одной стороне. По сигналу дети перебегают, а ловишка ловит. В этой игре нель­зя ловить того ребенка, который успел присесть. В конце гово­рят, какой ловишка самый ловкий.



«Мышеловка 1».

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

«Кто быстрее опустит обруч?»

Детей поделить на 4 группы. Каждая группа встает перед определенной линией на расстоянии вытянутых рук в стороны. Перед каждой группой положить обруч диаметром 60 см.  
По сигналу «раз» первые из колон наклоняют туловище вперед, берут обруч по бокам и поднимают его вверх. Затем опускают на плечи, через туловище и опускают на пол, быстро переступают и спешат в конец колоны.  
Воспитатель фиксирует внимание детей на то, кто правильно пропускал обруч и раньше встал в конец колоны, и отмечает их флажком.  
Затем по сигналу «раз» это делают другие дети изколон и т. д. Каждый раз воспитатель награждает первого из четырех колон флажком, а в конце подсчитывается количество флажков в каждой колоне. Выигрывает та колона, в которой больше флажков. Игра повторяется.

«Шоферы».

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

«Сова 2».

С одной стороны площадки место для «бабочек» и «жучков». В стороне начертан круг – «гнездо совы». Выделенный ребенок – «сова» встает в гнездо. Остальные дети – «бабочки» и «жучки» встают за линией. Середина площадки свободна. На слово воспитателя: «день» бабочки и жучки летают (дети бегают по площадке).  
На слово воспитателя: «ночь» бабочки и жучки быстро останавливаются на своих местах и не шевелятся. Сова в это время тихо вылетает на площадку на охоту и забирает тех детей, которые пошевелятся (отводит их в гнездо). На слово воспитателя: «день» сова возвращается в свое гнездо, а бабочки и жучки начинают летать. Игра заканчивается, когда у совы будет 2-3 бабочки или жучка. Воспитатель отмечает детей, которые ни разу не были забраны совой в гнездо.

«Пастух и волк».

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

«Стоп!»

С одной стороны площадки за линией дети стоят в шеренге. На расстоянии 10-15 шагов от детей чертят круг (диаметром 2-3 м). Из детей выбирают одного ведущего, который становится в круг спиной к ним.  
Ведущий закрывает глаза и говорит: «Быстро иди, не отставай, стоп!» В то время, когда он говорит эти слова, дети большими шагами быстро идут вперед по направлению к ведущему. На слово «стоп!» все замирают на местах, ведущий быстро смотрит. Если ребенок не успел остановиться и встать ровно, ведущий снова ведет его к линии и он при повторении игры начинает двигаться снова от линии.  
Ведущий снова закрывает глаза и говорит те же слова, а дети дальше двигаются к ведущему в круг, и так до тех пор, пока кто-нибудь из детей не дойдет к ведущему в круг раньше, чем тот скажет «стоп!» Этот ребенок меняется местами с ведущим, и игра повторяется

«Смени флажок».

Дети делятся на 2 или на 4 одинаковые группы и встают перед линией в параллельные колоны, лицом в одну сторону. С противоположной стороны площадки перед каждой колонной лежит по одному обручу, в обручах флажки (например, зеленые). Каждому первому игроку в колоне дается флажок определенного цвета (например, синего). На сигнал воспитателя «раз» первые дети из колон (по одному ребенку с каждой) с синими флажками быстро бегут к обручам, Меняют синие флажки на зеленые, возвращаются на свои места и поднимают вверх зеленые флажки. Зеленые флажки передают вторым в своей колоне, сами встают в конце колоны. Колона подходит к линии.  
Воспитатель снова дает сигнал, бегут вторые, затем третьи и т. д. Воспитатель каждый раз отмечает того, кто первый сменил флажок и правильно его положил. Игра продолжается до тех пор, пока каждый ребенок с колонны не сменит флажок. Выигрывает та колона, которая качественно и быстро выполняла задание воспитателя. Игру можно повторить.

«Палочка – стукалочка».

С одной стороны площадки посадить детей, поделив их на одинаковые колоны. На расстоянии 1-2 шагов от них начертить линию, от которой дети будут бегать на противоположный конец площадки, где стоит стул. Под стулом лежит палочка.  
На линию выходят по одному из каждой колоны и на слово «раз» или «беги» бегут. Кто быстрее вытянет палочку, тот стучит и говорит: «Раз, два, три, палочка – стукалочка, стучи!», кладет палочку на место и садится на свое место. Колона, в которой ребенок выиграл, получает флажок. Затем выходит вторая, третья пара и т. д.  
В конце игры подсчитываются флажки. Выигрывает та колона, которая имеет больше флажков.

«Где кто живет?»

Дети стоят в две шеренге на расстоянии 8-10 шагов одна от другой. Посередине между шеренгами начертить два круга, каждое 80-100 см диаметром; один круг – «двор», другой – «лес». В каждой шеренге есть одинаковые «птицы» и «животные».  
Каждый ребенок с первой шеренги выбирает себе название любой птицы или животного, которые живут в лесу, или названия домашних животных и птиц, которые ходят по двору. Такие же названия выбирает себе и вторая шеренга. Например, первые два ребенка в двух шеренгах – зайцы, вторые – кошки и т. д. Когда воспитатель называет домашних животных, дети, которые имеют названия этих животных, быстро бегут в лес. Например, на сигнал воспитателя «кукушки!» дети – «кукушки» из двух шеренг спешат в круг, которое является лесом; на сигнал «кошки» дети – «кошки» из двух шеренг спешат в круг, которое является двором. Воспитатель отмечает того ребенка из пары, который быстрее добежит до круга. Когда все дети будут в кругу, игра заканчивается.

«Смелее вперед!»

Дети делятся на две группы. Строятся в шеренгу и встают лицом к середине площадки. На первый сигнал одна группа поворачивается лицом в противоположный бок и марширует на месте, а вторая шеренгой идет вперед. На второй сигнал дети, которые маршировали на месте, поворачиваются и ловят тех, которые шеренгой шли вперед. Последние быстро убегают на свои места (за линию).  
Игра повторяется. Дети меняются ролями. Выигрывает та группа детей, в шеренге которой меньше пойманных детей.

«К своему флажку».

По середине площадки чертят 5 маленьких кругов один возле другого; в каждом кругу встает ведущий с флажком определенного цвета в руках. Дети делятся на 5 групп. Каждая группа имеет свой цвет, такой же самый, как у ведущего. На сигнал воспитателя ведущие по очереди ведут свои колоны на край площадки, маршируют в большом кругу, который был начерчен раньше. На слова воспитателя: «Ведущие на места!» Ведущие возвращаются в свои круги и незаметно меняются флажками, а дети продолжают ходить по большому кругу. На слова воспитателя: «К своим флажкам!» ведущие поднимают флажки вверх, а дети бегут к ним. Выигрывает та группа детей, которая быстрее найдет флажок своего цвета и встанет в колону за ведущим. С каждой группы выбирают нового ведущего. Игра повторяется.

«Хитрая лиса».

Дети стоят в кругу плечо к плечу, заложив руки за спину. Воспитатель проходит сзади них и не заметно дотрагивается до любого ребенка. Ребенок, к которому дотронулся воспитатель, становится «хитрой лисой». Воспитатель предлагает кому-нибудь из детей внимательно посмотреть на своих товарищей, поискать глазами хитрую лису. Если ребенок сразу не найдет, то все дети спрашивают: «Хитрая лиса, где ты?» и внимательно следят за лицом каждого, покажется ли лисичка. После трех вопросов лиса отвечает: «Я тут!» и начинает ловить. Дети разбегаются в разные стороны. Когда лиса поймает 2-3 ребенка, игра заканчивается. При повторении выбирают другую лисичку.

«Выручай!»

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

«Ловля бабочек».

Из детей выбирается 4 «ловца». Они встают в пары и отходят к краю площадки в одно место. Остальные дети – «бабочки».  
На слова воспитателя: «Бабочки, бабочки в сад полетели» дети – «бабочки» летают – бегают по всей площадке. На слово воспитателя «ловцы!» два ребенка, держась за руки, стараются словить бабочку: окружить его, соединив свободные руки. Когда ловцы поймают бабочку, они его отводят на край площадки и садят на скамейку.  
В это время остальные бабочки присаживаются на корточки.  
На слова: «Бабочки, бабочки в поле полетели» дети – «бабочки» прыгают по всей площадке. Их ловит другая пара ловцов. Когда будет поймано 4-6 бабочек, подсчитывают, сколько поймала каждая пара. Затем выбираются другие ловцы. Игра повторяется.

«У кого мяч?»

(игра малой подвижности)

 Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Дети встают в круг лицом к центру, руки за спиной. В центре круга водящий с закрытыми глазами. Ведущий дает маленький мяч любому из играющих. Дети начинают незаметно передавать мяч по кругу за спинами. Водящий, открыв глаза, пытается определить, у кого мяч, обращаясь к игроку: «Оля, покажи руки!». Ребенок, к которому обратился водящий, показывает руки и опять прячет их за спину. Мяч нельзя долго держать в руках. Нельзя водящему обращаться к детям по порядку.

Если водящий определил, у кого мяч, тот игрок становится водящим.

«Ищи ведущего!»

Выбирают 4-5 ведущих, между которыми распределяют всех игроков. Дети становятся в круг, ведущий в центре круга (сколько ведущих столько кругов). Каждый должен хорошо знать своего ведущего.  
Взявшись за руки, дети маршируют вокруг своего ведущего. «На прогулку!» говорит воспитатель. Ведущие остаются на своих местах, а дети гуляют по всей площадке. На команду «стоп!» все останавливаются и закрывают глаза. В это время за указаниями воспитателя ведущие меняются местами, причем так тихо, чтобы дети не могли догадаться, куда перешел их ведущий. «Ищи ведущего!» и каждая группа детей спешит построится в круг возле своего ведущего. Воспитатель отмечает, какая группа детей это сделала быстрей. Игра повторяется.

«День и ночь».

(игра средней подвижности)

Цель: обучать детей в умении бросать и ловить мяч

У каждого из детей в руках по мячу. По команде «День!» дети выполняют знакомые движения с мячом (броски вверх, вниз, в стену, в кольцо, набивание мяча на месте, в движении и др.). По команде «Ночь!» - замереть в той позе, в которой застала ночь.

Игра проводится 3-4 минуты.

«Не ошибись!»

Дети, поделены на две одинаковые колоны, стоят на одном конце площадки пред линией. На противоположном конце площадки напротив каждой колоны 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 колонах 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 колоны. Воспитатель отмечает, кто лучше выполнил задание. Потом на линию выходят вторые, третьи и т. д. В конце игры воспитатель определяет победителей.

«Узнай по голосу».

Считалкой выбирается водящий. Он стоит в кругу.

Дети идут по кругу и произносят слова:

«Мы немножко порезвились,

По местам все разместились.

Ты загадку отгадай-

Кто позвал тебя узнай!»

Дети останавливаются. Водящий закрывает глаза.

Воспитатель  предлагает одному из детей позвать водящпего по имени.

Если водящий узнает, то следующим водящим становится тот кто его позвал.

Игра продолжается с другим водящим или с прежним.

«Туннель».

(игра высокой подвижности)

Цель: обучать детей в умении ползать.

Участники стоят в двух колоннах. Первый делает шаг вперед и принимает упор лежа согнувшись. Второй участник проползает под первым заданным способом (по-пластунски, на низких четвереньках с опорой на предплечья) и принимает это же положение рядом с первым. Движение начинает третий участник и т.д.

Задание выполняется 2-3 раза подряд. Выигрывает та команда, которая быстрее переползет за ориентир.

Вариант 1.

Построившись в шеренги, команды принимают исходное положение – упор лежа на согнутых руках. Направляющие и замыкающие стоят лицом друг к другу. В руках у направляющих мячи. По сигналу игроки отжимаются в упор лежа и, поднимая таз, принимают положение упора согнувшись. Направляющий толчком двух рук перекатывает мяч по туннелю и ложится на пол. Замыкающий, поймав мяч, перебегает на место направляющего. В это время все остальные игроки сгибают руки, ложатся в и.п. Эстафета заканчивается, когда направляющий вернется на свое место.

Вариант 2.

Те же условия, но и.п. – упор сидя сзади, а в момент проката мяча – упор лежа сзади.

«Ловкие пальцы».

(игра малой подвижности)

Цель: развивать способность к двигательной импровизации, двигательной находчивости, способность координировать действия при совместном решении двигательных задач.

По площадке рассыпаются мелкие предметы: кусочки от резиновых ковриков, фломастеры, шарики, пластмассовые пробки и т.п. Играющие собирают их, захватывая пальцами ног (один предмет – правой ногой, другой – левой ногой), и берут в руки.

Когда все предметы собраны, играющие садятся на пол, и каждый раскладывает из того, что он собрал, какую-нибудь композицию (дома, цветы, корабли, лес и т.д.).

Не разрешается брать предметы с пола руками.

*Усложнение*

Правой ногой собирать предметы в левую руку, левой ногой – в правую руку.

«Переправа на плотах».

(игра средней подвижности)

 Цель: равновесие.

Команды построены в колонны по одному перед стартовой чертой («на берегу»), в руках у направляющего по два резиновых коврика (плоты). По сигналу он кладет один коврик перед собой на пол и на него быстро становятся два, три или четыре человека (в зависимости от длины и ширины коврика). Затем направляющий кладет на пол второй коврик, и вся группа перебирается на него, передавая первый коврик дальше. И так, поочередно, перескакивая с коврика на коврик, группа переправляется через «реку» на противоположный «берег», где участники остаются за финишной чертой, а один из игроков тем же способом возвращается назад за следующей группой. Игрокам не разрешается становиться ногами на пол. Участники, нарушившие это условие, выбывают из игры (считаются «утонувшими»). Выигрывает команда первой и без потерь закончившая «переправу».

«Горячая картошка».

(игра средней подвижности)

Цель: передача мяча.

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, – по мячу. По сигналу оба игрока начинают передавать мячи по кругу в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой. Когда у одного из игроков оказывается два мяча, игра начинается заново. Играют 4-5 минут, затем отмечают игроков, которые хорошо передавали мяч.

*Указание*

Мяч надо передавать каждому рядом стоящему, никого не пропуская. Игрок, уронивший мяч, должен поднять его и, вернувшись на свое место, передать соседу.

*Усложнение*

1. Мячи разной массы.
2. Мячи разного размера.
3. Количество мячей более двух.

«Будь внимателен».

(игра малой подвижности)

 Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Преподаватель предлагает детям выполнить все движения, которые он называет, но сам при этом может показывать совершенно другие движения. Например, преподаватель говорит:  «Руки в стороны!», в сам поднимает руки вверх и т.д. Игра проводится 2-3 минуты. Ее можно проводить как в кругу, так и в любом другом построении.

Вариант

Дети выполняют то, что показывает преподаватель, а не то, что он говорит.

«Замри».

(игра высокой подвижности)

Цель: обучать детей в умении ползать и бегать.

Одного ребенка выбирают «льдинкой», а остальные разбегаются в разных направлениях. «Льдинка» считает до 5, а затем догоняет убегающих. Когда до тех дотрагивается «льдинка», они замирают на месте в широкой стойке. Чтобы разморозить их, другие дети должны проползти между ногами замороженных. Игра проводится 2-3 раза по 2-3 минуты. Каждый раз выбирается новая «льдинка».

«Ручейки и озера».

(игра средней подвижности)

 Цель: учить детей бегать и выполнять перестроения.

Дети стоят в двух-трех колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне).

На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги озера. Выигрывают те дети, которые построят круг.

«Зверолов».  
Дети идут по кругу, зверолов идет противоходом в другую сторону.   
1. В лесу, в лесочке  
2. Средь зеленых дубочков,  
3. Звери гуляли,  
4. Опасности не знали,  
5. Ой! Зверолов идет!  
6. Он в неволю нас возьмет  
7. Звери убегайте!  
Дети разбегаются в разные стороны. Зверолов догоняет.   
*Примечание:* 5 стр. – полуприсед, на каждое слово хлопок по коленям.   
6 стр. – три хлопка в ладоши на каждое слово.

«Воевода».

Играющие стоят в кругу и передают мяч  по кругу  со словами:

«Катится мяч в круг хоровода,

Кто его взял, тот воевода.»

Ребенок у которого оказался мяч говорит:

«Я сегодня воевода,

Убегу из хоровода».

Бежит за кругом, кладет мяч на пол за спину одного из игроков. Дети встают спиной друг к другу и по команде:

«Раз, два не воронь и беги, как огонь!» бегут в противоположные стороны обегая круг. Прибежавший первым  ребенок берет мяч и становится водящим.

«Золотые ворота**».**В игре участвуют 10-20 человек. Выбирают двух игроков, те отходят в сторону и договариваются, кто из них будет солнцем, а кто луной. Затем они становится лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают их, образуя ворота. Остальные дети берутся за руки и вереницей идут через ворота. При этом они говорят (или поют):   
Золотые ворота  
Пропускают не всегда:  
Первый раз прощается,  
Второй раз запрещается,  
А на третий раз  
Не пропустим вас!  
Ворота закрываются при последних словах и ловят того, кто не успел пройти. Задержанного тихонько спрашивают, на чью сторону он хотел бы встать: луны или солнца. Он выбирает и встает позади соответствующего игрока. Остальные снова идут через ворота, и снова один из участников попадает в группу луны или солнца. Когда все игроки распределены, то  устраивается перетягивание каната между двумя группами. При этом используется канат, веревка, палка или дети берут друг друга за пояс

«Аисты».

По кругу раскладываются обручи- гнезда, в которых стоят аисты на одной ноге.

Водящий аист без гнезда скачет внутри круга со словами:

«Поскорей скажите кто,

Занял здесь мое гнездо?

Вот оно!»

Впрыгивает в любое гнездо.  Хозяин гнезда и бездомный аист бегут в  разных  направлениях, обегая круг из вне и тот,  кто первый занимает гнездо остается в нем.

«Веночек»**.**Дети становятся в шеренгу на одной стороне площадки: это цветы в саду. Выбирается водящий – садовник. Становится напротив детей на расстоянии 3-4 м. Садовник произносит слова:   
Я иду сорвать цветок,  
Из цветов сплести венок  
Дети:   
Не хотим чтоб нас  
Срывали – (махи руками перед собой).   
И венки из нас сплетали – («вертушка» руками).   
Мы хотим в саду остаться – (встать на носки, руки вверх).   
Будут нами любоваться – (кружение на носках, руки вверх с наклоном головы).   
Дети перебегают на другую сторону. Водящий ловит. Пойманный – водит!

 «Баба яга».

Водящий ( Баба Яга) стоит в центре круга , дети идут по кругу и произносят слова:

«Бабка Ёжка – костяная ножка,

С печки упала, ногу сломала,

А потом и говорит: У меня нога  болит. Пошла на базар, раздавила самовар. Пошла на улицу, раздавила курицу. Вышла на лужайку, испугала зайку»

После этих слов дети разбегаются, водящий ловит.

«Найди мяч».

Играющие становятся в круг, вплотную друг к другу, лицом в центр круга. Водящий выходит на середину круга. Все дети держат руки за спиной. Одному из них дают мяч среднего размера. Дети начинают передавать мяч друг другу за спиной. Водящий старается угадать у кого находится мяч. По очереди детям он говорит:

«Руки!» Поэтому требованию водящему игрок протягивает обе руки вперед тот у кого оказался мяч становится водящим.

«Лиса в курятнике».

На одной стороне площадки ставят скамейки – это насест для кур. На противоположной стороне находится нора лисы. Один из играющих назначается лисой, остальные – куры. По сигналу воспитателя куры спрыгивают с насеста, ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу: «Лиса!» куры убегают в курятник и взбираются на насест, а лиса старается поймать курицу, неуспевшую спастись и уводит ее  в свою нору.

«Мы весёлые ребята».

Дети стоят на одной стороне площадки, а ловишка сбоку примерно по середине. Дети хором говорят:

«Мы, весёлые ребята,

Любим бегать и играть.

Ну попробуй нас догнать.

Раз, два, три-лови!»

Дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка их догоняет

«Пауки и мухи».

В одном из углов зала рисуется паутина, где живет паук- один из играющих. Все дети  изображают мух. По сигналу воспитателя играющие разбегаются по всему залу, летают, жужжат. Паук в это время находится в паутине. По сигналу: «Паук!» мухи замирают, останавливаются на том месте, где их застал сигнал. Паук выходит и смотрит. Того кто шевельнется, паук отводит в свою паутин

«Пустое место».

Воспитатель обращается к детям:

«Давайте проверим кто из вас умеет быстро бегать». Дети садятся на пол «крестиком», образуя круг. Водящий находясь за кругом, обходит его считая:

«Огонь горит, вода кипит,

 Тебя сегодня будут мыть,

 Не буду я тебя ловить!»

Дети повторяют за ним слова. На последние слова водящий дотрагивается до ребенка и просит его встать. Они поворачиваются спиной друг к другу, а дети считают:«Раз, два, три – беги!» Водящий и игрок  обегают круг с разных сторон. Не успевший занять пустое место становится водящим.

«Бездомный заяц».

Среди играющих выбирается «охотник» и «бездомный заяц».

Остальные играющие встают в обручи, каждый в свой. Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Бездомный заяц может забежать в любой дом, тогда тот кто  занимал этот дом становится бездомным зайцем и убегает от охотника. Как только охотник поймал зайца, он сам становится зайцем, заяц охотником.

«Буря».

Дети стоят врассыпную. Они птицы. По сигналу воспитателя:

«Птицы летают!» Дети подняв руки в стороны бегают по залу, изображая птиц. По сигналу:

«Буря!» птицы улетают:

– садятся на скамеечку,

– встают в обруч,

– встают на гимнастическую скамейку,

– залезают на гимнастическую стенку.

«Гуси-лебеди**».**На одном краю площадки чертой обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположном краю стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором находится волк. Остальное место – луг. Дети, исполняющие роли волка и пастуха, назначаются воспитателем, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся на лага, летают.   
Пастух: Гуси, гуси!  
Гуси (останавливаются и отвечают хором): Га, га, га!  
Пастух:     Есть хотите?  
Гуси:         Да, да, да !  
Пастух:    Так летите!  
Гуси:        Нам нельзя,  
                 Серый волк под горой  
                 Не пускает нас домой.  
Пастух:   Так летите, как хотите,  
                 Только крылья берегите!  
Гуси, расправив крылья (вытянув в сторону руки), летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (коснуться рукой). Пойманные гуси идут в логово. После нескольких перебежек (по условию игры) подсчитывают пойманных волком гусей. Затем назначаются новые волк и пастух. Игра повторяется 3-4 раза. Вначале роль волка исполняет воспитатель.

«Караси и щука**».**Половина играющих, становясь друг от друга на расстоянии 3 шагов, образует круг. Это пруд, на берегу которого лежат камешки. Один из играющих, назначенный воспитателем, изображает щуку, он находится вне круга. Остальные играющие – караси, они плавают (бегают) внутри круга, в пруду. По сигналу воспитателя «щука» щука быстро выплывает в пруд, стараясь поймать карасей. Караси спешат спрятаться за кем-нибудь из играющих, стоящих по кругу и изображающих камешки. Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться за камешки, и уводит их к себе в дом. Игра проводится 2-3 раза, после чего подсчитывается число пойманных щукой карасей. Затем на роль щуки назначается другой играющий. Игра повторяется 3-4 раза.   
Указания.При повторении игры, когда выбирают новую щуку, дети, изображающие карасей и камешки, меняются ролями.

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

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

«Затейники**».**Одного из играющих выбирают затейником, он становится в середину круга. Остальные дети, взявшись за руки, идут по кругу (вправо или влево по указанию воспитателя) и произносит:   
Ровным  кругом,                Стой на месте,  
Друг за другом,                  Дружно, вместе  
Мы идем за шагом шаг.   Сделаем ... вот так.  
Дети останавливаются, опускают руки. Затейник показывает какое-нибудь движение, а все дети повторяют его. После 2-3 повторений игры (согласно условию) затейник выбирает кого-нибудь из играющих на свое место, и игра продолжается. Повторяется игра  3-4 раза.   
Указания. Затейники придумывают разнообразные движения, не повторяя показанных

«Посадка картошки».  
Играющие делятся на 2-3 команды, которые выстраиваются параллельно друг другу на расстояние 2-3 шагов. Интервалы в колоннах – полшага. Перед стоящими впереди проводится стартовая линия. На расстоянии 10-20  шагов от стартовой линии напротив каждой команды чертятся в ряд кружки (лунки) или кладутся маленькие обручи – по количеству картошки в каждом мешочке. Кружки находятся на расстоянии 1 шага один от другого.   
Играющим, стоящим впереди, дается по мешочку, наполненному картофелем (по количеству кружков-лунок).   
По сигналу руководителя игроки с мешочками подбегают к своим кружкам (лункам) и кладут по одной картошке в каждый кружок. Затем игроки возвращаются обратно и передают мешочки очередным игрокам. Те бегут к своим кружочкам, собирают картошку в мешочки, возвращаются и передают мешочки очередным игрокам и т.д. Вернувшийся игрок встает в конец своей колонны. Команда, сумевшая быстрее других и без ошибок закончить раскладку картофеля, считается победительницей.   
Если во время бега игрок уронил картошку, он должен поднять ее и положить в мешок и только тогда продолжать игру.   
Если при раскладке картошка не попала в кружок, ее надо положить туда, и только тогда игрок может продолжать игру. Игрок может выбегать только тогда, когда получит мешок. Закончить раскладку и сбор картошки должны все игроки

«Передал – садись».  
Эта игра появилась в России еще в начале ХХ века.   
Дети делятся на две команды и выстраиваются в колонны одна параллельно другой. Каждая команда выбирает капитана, который встает напротив своей команды на расстоянии 3-4 м. У капитанов в руках по мячу. По сигналу ведущего капитан бросает мяч (любым или заранее установленным способом – от груди, от плеча, снизу, двумя руками из-за головы и т.п.) первому игроку в своей команде. Тот ловит, возвращает капитану и сразу приседает. Затем капитан обменивается передачами со вторым, третьим и остальными игроками команды. Каждый игрок, вернув мяч капитану, приседает. Когда последний в колонне игрок отдает мяч капитану, тот поднимает его вверх, и вся команда быстро встает.   
Чья команда быстрее и точнее выполнит передачи мяча от капитана к игрокам и обратно, та и считается победительницей.

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

«Ловля обезьян**».**Изображающие обезьян дети располагаются на пособиях для лазанья по одну сторону площадки. В противоположной стороне находятся ловцы обезьян (4-6 детей). Они хотят сманить обезьян с деревьев и поймать их. Ловцы договариваются, какие движения они будут делать. Они выходят на середину площадки и показывают задуманные движения. Обезьяны в это время быстро влезают на стенку и наблюдают оттуда за движениями ловцов. Проделав движения, ловцы уходят в конец площадки, а обезьяны слезают с деревьев,  приближаются к тому месту,  где  были ловцы, и подражают их движениям. По сигналу воспитателя «ловцы» обезьяны бегут к деревьям и влезают на них. Ловцы ловят тех обезьян, которые не успели влезть на дерево. Пойманных они уводят к себе. После 2-3 повторений дети меняются ролями.   
*Указания.* Надо следить, чтобы дети не спрыгивали со стены, а спускались вниз до последней перекладины. При повторении игры движения ловцов должны быть новыми.

«Перебежки в парах».  
На земле чертят два круга диаметром по 1,5 м  каждый и на расстоянии 3-4 м один от другого. В каждый кружок встают по одному участнику игры, в руках у которого теннисный мяч.   
По сигналу надо подбросить мячи вверх, а затем быстро поменяться местами с партнером, стараясь поймать брошенный им мяч. Можно провести эту игру и с гимнастическими палками. Каждый ставит палку вертикально в центре своего кружка, поддерживая сверху рукой. По сигналу руководителя надо перебежать в соседний кружок и успеть поймать палку партнера, пока она не упала. Можно устроить соревнования между двумя или несколькими командами.

«Чье звено скорее соберется?**»**Играющие делятся на несколько групп с одинаковым числом детей. Каждая группа выбирает ведущего и становится за ним в колонну. Воспитатель раздает ведущим ленточки разного цвета. По цвету ленточки звено получает наименование – «зеленые», «синие», «красные», и т.п. Воспитатель ударяет в бубен, все играющие начинают ходить, бегать, прыгать по площадке в разных направлениях, меняя движения в зависимости от задаваемого воспитателем темпа и ритма. По сигналу «на места» водящие останавливаются на том месте, где их застал сигнал, и поднимают ленточку вверх. Остальные быстро собираются за водящим в колонны, равняются и стоят по стойке «смирно». Воспитатель отмечает, какое звено собралось первым.   
Вариант. Когда все находятся в движении, воспитатель говорит: «Стой!»  Все играющие останавливаются и закрывают глаза, а водящие тем временем перебегают на другие места, поднимают ленточки и замирают. Воспитатель произносит: «На места!» Дети открывают глаза и спешат построиться за своим водящим.   
*Указания.* В игре можно использовать разные построения и положения: в шеренги, в круги, сесть на пол по-турецки, остановиться на одной ноге и т.п. Можно ввести условие: «Делай, как водящий», тогда, построившись в звенья, дети принимают позу, показанную водящим

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

«Горелки**»**.  
Играющие (11-13 детей) становятся в колонну парами. Впереди колонны (в 2-3 шагах) стоит ловящий, он смотрит вперед. Играющие хором произносят:   
Гори, гори ясно,  
Чтобы не погасло,  
Глянь на небо –  
Птички летят,  
Колокольчики звенят!  
Раз, два, три – беги!  
После слова «беги» дети, стоящие в колонне в последней паре, отпускают руки и бегут вперед вдоль колонны: один слева, а другой справа от нее. Они выбегают вперед и стараются снова взяться за руки и стать впердиловящего. Ловящий старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и взяться за руки. Если ловящему удается это сделать, он с пойманным образует новую пару, которая становится впереди колонны. Оставшийся без пары будет ловящим. Если ловящему не удалось поймать никого из пары, он продолжает выполнять свою роль. Игра заканчивается, когда все пары пробегут по одному разу. После этого выбирается новый водящий. Игра возобновляется.   
*Указания.* Воспитатель следит, чтобы дети не выбегали из колонны

«Волк во рву**».**

Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий – волк. Остальные дети – козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова воспитателя «Козы, в поле, волк, во рву!» дети бегут из дома в поле и перепрыгивает по дороге через ров. Волк бегает во рву, стараясь осадить прыгающих коз. Осаленный отходит в сторону. Воспитатель говорит: «Козы, домой!» Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2-3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.   
*Указания.*Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков.

«Ловишки в звеньях**».**

Дети делятся на два звена. Звенья становятся друг против друга. Запоминают каждый свой номер.   
Первое звено держит руки ладошками вверх.   
У второго звена руки опущены.   
По сигналу водящего: Первый номер из второго звена бежит к первому номеру первого звена, хлопает о ладоши его 3 раза и быстро бежит  обратно на свое место, его старается догнать первый номер, если догоняет, то идет в его звено. Выигрывает то звено, дети которого засалили больше игроков из другого звена. Переманит к себе.

«Щука».  
Дети становятся в круг, в центр водящий с мячом, он садится на корточки и все дети начинают катать друг другу мяч со словами:   
Мимо леса, мимо дач,  
Плыл по речке красный мяч,  
Увидала щука, –  
Что это за штука?  
После слов ведущий встает и выполняет ведение мяча на месте:   
Хвать, хвать, не поймать,  
Мячик вынырнул опять.  
Водящий бросает мяч любому ребенку, который становится водящим

«Ловишка в кругу».  
Содержание: Посреди площадки чертят круг диаметром 4-5 м. Занимающиеся стоят по кругу. Выбирается водящий (ловишка). Он становится в центр круга. По сигналу «Раз, два, три – лови!» дети бегут, пересекая круг. Водящий должен дотронуться до них, не выходя из круга. Осаленный считается пойманным и временно выбывает из игры. Через 1 – 1,5 мин подаётся сигнал «Стой!». Подсчитываются пойманные. Из неосаленных выбирается новый водящий.  
Правило: Ловить можно только в кругу.

«Подкрадись к спящему».  
Содержание: Играющие делятся на две команды и становятся в шеренги на противоположных концах зала. Одна команда садится на корточки и «засыпает». По сигналу вторая команда подкрадывается к первой как можно ближе. По второму сигналу, первая команда «внезапно просыпается» и догоняет вторую команду, пытаются осалить игроков. Осаленные игроки временно выбывают из игры. Догонять можно только до «дома» второй команды. Через 2-3 раза команды меняются местами. Отмечаются самые смелые игроки, которые «подкрадываются» ближе всех.

«На болоте».

Двум участникам дают по два листа бумаги. Они должны пройти через «болото» по «кочкам» – листам бумаги. Нужно положить лист на пол, стать на него двумя ногами, а другой лист положить впереди себя. Переступить на другой лист, обернуться, взять снова первый лист и положить впереди себя. И так, кто первый пройдет через комнату и вернется назад.

«Меткий бросок».

Допрыгать «змейкой» на двух ногах между предметами до скамейки. Проползти на животе по ска­мейке. Взять из корзины мяч и по­пасть в кольцо.

«Не хуже чем кенгуру».

Нужно пропрыгать определенное расстояние, зажав между коленями обычный или теннисный мяч. Если мяч падает на землю, бегун поднимает его, снова зажимает коленями и продолжает прыжки.

«Сороконожки».

Играющие делятся на две-три команды по 10-20 человек и выстраиваются в затылок друг другу. Каждая команда получает толстую веревку (канат), за которую все игроки берутся правой или левой рукой, равномерно распределяясь по обе стороны веревки. Затем каждый из участников аттракциона в зависимости от того, с какой стороны каната он стоит, берется правой или левой рукой за щиколотку правой или левой ноги. По сигналу ведущего сороконожки скачут вперед 10-12 метров, держась за веревку, затем разворачиваются и прыгают назад. Можно бежать и просто на двух ногах, но тогда следует ребят поставить очень близко друг к другу. Победа присуждается команде, которая первой прибежала к финишу, при условии, что ни один из ее участников не отцепился от веревки во время бега или прыганья.

«Пройди, не задень».

На ровном месте, на расстоянии шага друг от друга ставятся 8–10 городков на одной линии (или кеглей). Играющий становится перед первым городком, ему завязывают глаза повязкой и предлагают пройти между городками туда и обратно. Выигрывает тот, кто уронит наименьшее количество городков.

«Нарисуй солнышко».

В этой эстафетной игре принимают участие команды, каждая из которых выстраивается в колонну по одному. У старта перед каждой командой лежат гимнастические палки по количеству игроков. Впереди каждой команды, на расстоянии 5-7 метров, кладут обруч. Задача участников эстафеты – поочередно, по сигналу, выбегая с палками, разложить их лучами вокруг своего обруча – «нарисовать солнышко». Побеждает команда, которая быстрее справится с заданием.

«Поезд».

Перед командами, стоящими в колоннах, проводится стартовая линия, а в 10-12 м от каждой из них ставятся стойки или кладутся набивные мячи. По сигналу ведущего первые номера из каждой команды бегут к стойкам, обегают их, возвращаются к своей колонне, но не останавливаются, а огибают её и снова бегут к стойкам. Когда они пересекают стартовую черту, к ними присоединяются вторые номера, обхватив первые за пояс. Теперь уже игроки вдвоём обегают стойку. Точно так же к ним присоединяются третьи номера и т.д. Игра заканчивается, когда вся команда, изображающая вагончики поезда, финиширует. В игре большая нагрузка приходится на первые номера, поэтому при повторении игры участники в колоннах располагаются в обратном порядке.

«Бег с тремя мячами».

На линии старта первый берет удобным образом 3 мяча (футбольный, волейбольный и баскетбольный). По сигналу бежит с ними до поворотного флажка и складывает возле него мячи. Назад он возвращается пустой. Следующий участник бежит пустым до лежащих мячей, поднимет их, возвращается с ними назад к команде и, не добегая 1м, кладет их на пол.

– вместо больших мячей можно взять 6 теннисных,

– вместо бега – прыжки.

«Мяч в кольцо».

Команды построены в одну колону по одному перед баскетбольными щитами на расстоянии 2-3 метра. За сигналом первый номер выполняет бросок мяча по кольцу, затем кладет мяч, а второй игрок тоже берет мяч и бросает его в кольцо и так далее. Выигрывает та команда, которая больше всех попала в кольцо.

«Гонка мячей под ногами»

Игроки делятся на 2 команды. Первый игрок посылает мяч между расставленными ногами игроков назад. Последний игрок каждой команды наклоняется, ловит мяч и бежит с ним вдоль колонны вперед, встает в начале колонны и опять посылает мяч между расставленными ногами и т.д. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету.

«Снайперы».

Дети встают в две колонны. На расстоянии 2м перед каждой колонной положить по обручу. Дети по очереди бросают мешочки с песком правой и левой рукой, стараясь попасть в обруч. Если ребенок попал, то его команде засчитывается 1 балл. Итог: у кого больше баллов, та команда и выиграла.

«Встречная эстафета с обручем и скакалкой».

Команды строятся как на встречной эстафеты. У направляющего первой подгруппы – гимнастический обруч, а у направляющего второй подгруппы – скакалка. По сигналу игрок с обручем устремляется вперед, прыгая через обруч (как через скакалку). Как только игрок с обручем пересечет линию старта противоположной колонны, стартует игрок со скакалкой, который продвигается вперед, прыгая через скакалку. Каждый участник после выполнения задания передает инвентарь очередному игроку в колонне. Так продолжается до тех пор, пока участники не выполнят задание и не поменяются местами в колоннах. Пробежки запрещены

«Репка».

Участвуют две команды по 6 детей. Это – дед, бабка, Жучка, внучка, кошка и мышка. У противоположной стены зала 2 стульчика. На каждом стульчике сидит репка – ребенок в шапочке с изображением репки. Игру начинает дед. По сигналу он бежит к репке, обегает ее и возвращается, за него цепляется (берет его за талию) бабка, и они продолжают бег вдвоем, вновь огибают репку и бегут назад, затем к ним присоединяется внучка и т. д. В конце игры за мышку цепляется репка. Выигрывает та команда, которая быстрее вытянула репку.

«Носильщики».

4 игрока (по 2 от каждой команды) становятся на линии старта. Каждый получает по 3 больших мяча. Их надо донести до конечного пункта и вернуться назад. Удержать в руках 3 мяча очень трудно, а упавший мяч поднять без посторонней помощи также не легко. Поэтому передвигаться носильщикам приходится медленно и осторожно (дистанция не должна быть слишком большой). Выигрывает та команда, которая быстрее справится с заданием.

«Три прыжка».

Участники делятся на две команды. На расстоянии 8-10 м. от линии старта положить скакалку и обруч. После сигнала 1-ый, добежав до скакалки, берет ее в руки, делает на месте три прыжка, кладет и бежит назад. 2-ой берет обруч и делает через него три прыжка и идет чередование скакалки и обруча. Чья команда быстрее справится, та и победит.

«Гонка мячей».

Играющие делятся на две, три или четыре команды и становятся в колонны по одному. У стоящих впереди по мячу. По сигналу руководителя начинается передача мячей назад. Когда мяч дойдет до стоящего сзади, он бежит с мячом в голову колонны, становится первым и начинает передачу мяча назад и т. д. Игра продолжается до тех пор, пока каждый из игроков команды не побывает первым. Надо следить за там, чтобы мяч передавался с прямыми руками с наклоном назад, а дистанция в колоннах была бы не менее шага. Усложнение: перед передачей мяча подбросить мяч вверх, поймать его после хлопка и передать над головой следующему участнику.

«Эстафета со скакалкой».

Игроки каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному. Перед каждой колонной на расстоянии 8-10  м ставится поворотная стойка. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии и продвигается вперед, прыгая через скакалку. У поворотной стойки он складывает скакалку вдвое и перехватывает ее в одну руку. Обратно он двигается, прыгая на двух ногах и вращая скакалку под ногами горизонтально. На финише участник передает скакалку очередному игроку своей команды, а сам становится в конец своей колонны. Выигрывает команда, игроки которой точнее и раньше закончат эстафету.

«Игольное ушко».

Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 или 3 обруча. Направляющий, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Затем со следующими обручами так же. И так на обратном пути. Затем передать эстафету следующему.

«Бег в обруче».

Игроки выстраиваются парами, как. У первой пары в руках гимнастический обруч, а перед командами – предмет (набивной мяч, флажок, городок), который надо обегать. По сигналу два первых игрока в командах продвигаются вперед внутри обруча, держа его двумя руками. Обежав предмет, первая пара вручает обруч следующей паре, а сама встает в конец колонны. Эстафета заканчивается, когда упражнение выполнили все игроки и обруч снова оказался в руках у первой пары.

Если желающих играть много, можно устроить бег в обручах тройками, при этом последовательность смены троек остается такой же.

«Круговая эстафета».

Все играющие делятся на три – пять команд и встают лучами от центра круга (наподобие спиц колеса), повернувшись левым или правым боком к центру. Каждый луч-шеренга является командой. Игроки, стоящие крайними от центра круга, держат в правой руке эстафетную палочку (городок, теннисный мяч).

По общему сигналу крайние игроки с эстафетой бегут по кругу с внешней стороны мимо остальных «спиц» к своей команде и передают палочку ожидающему с края игроку, а затем бегут на другой конец своей шеренги (ближе к центру) и становятся там.

Получивший эстафету так же обегает круг и передает ее третьему номеру и т. д. Когда начинавший игру окажется с края и ему принесут предмет, он поднимает его вверх, возвещая об окончании игры его командой. Правила запрещают во время игры касаться стоящих в «спицах» игроков, мешать тем, кто совершает перебежки. Упавшую палочку поднимают и продолжают бег. За нарушение правил начисляются штрафные очки. Эстафету по кругу так же, как и встречную, можно проводить с ведением баскетбольного мяча. Можно менять направление движения, т. е., повторяя игру, давать задание участникам бежать по кругу в другую сторону.

«Прыгунки».

Дети делятся на две команды и строятся в колонны один за другим. За сигналом ведущего участники каждой команды исполняют прыжок, отталкиваясь двумя ногами с места. Первый прыгает, второй стает на то место, до которого допрыгнул первый, и прыгает дальше. Когда все игроки прыгнут, ведущий измеряет всю длину прыжков первой и второй команды. Выигрывает та команда, которая прыгнула дальше.

«Весёлый хоккей».

В каждой команде по 6 человек. У каждой команды по пять мячей (хорошо бы разных размеров) и детские клюшки. По сигналу ведущего первые номера ведут по одному мячу до булавы и обратно. Вторые – по два, третьи – по три мяча и так до пяти. У какой команды это получится лучше и быстрее?

«Переправа».

Дети делятся на две команды, которые «отдыхают на речке». У каждой команды по обручу – это «лодка». Команды должны переплыть в «лодке» с одного берега на другой. Определяются линии старта и финиша. За сигналом ведущего первые игроки садятся в «лодку», берут с собой одного игрока и помогает ему переплыть на другой берег. Затем возвращаются за следующим. Можно брать с собой только одного пассажира. Команда, которая быстрее оказалась на другом берегу, выигрывает.

«Прокати мяч».

Команды выстраиваются в колонны по одному. Перед первым игроком каждой команды лежит волейбольный или набивной мяч. Игроки ведут мяч по земле вперед руками. При этом мяч разрешается толкать на расстоянии вытянутой руки. Обогнув поворотный пункт, игроки возвращаются так же к своим командам и передают мяч следующему игроку. Выигрывает та команда, которая справится с заданием.

«Мяч навстречу».

Две команды по 10 человек делятся на две группы и встают друг против друга на расстоянии 4-6 метров. У первых номеров мячи. По сигналу ведущего ребята прокатывают мячи навстречу друг другу так, чтобы мячи не столкнулись. Поймав мячи, игроки передают их следующим номерам.

«Боулинг».

На расстоянии 3 м в один ряд стоят 10 кеглей. Каждый участник команды  мячом старается сбить кегли. Побеждает команда, которая собьет все кегли, затратив наименьшее число бросков.

«Гусеница».

Так же между двумя линиями на расстоянии 4 метров выстраиваются две команды. Но по сигналу ведущего они принимают положение «гусеницы», то есть каждый игрок подает левую ногу, согнутую в колене, игроку, стоящему сзади, а левой рукой поддерживает ногу впереди стоящего. Правую руку кладет ему на плечо. По второму сигналу колонны начинают продвигаться вперед прыжками на одной ноге. Задача не из простых, требующая ловкости и силы. Выиграет та команда, чей замыкающий раньше пересечет линию финиша. В этой игре важно сохранить ритмичность движения. Поэтому один из игроков может вслух считать – раз, два и т. д.

Каждому придется совершить пробежку с мячом, ведя его ногами впереди себя по ломаной зигзагообразной линии между флажками. Легко ли это, играющие убедятся на собственном опыте. При быстром беге мяч нужно стараться не отпускать далеко от себя. Этот навык очень важен для футболиста. Пробежав с мячом туда и обратно, игроки ударом ноги посылают мяч следующим номерам своей команды. Так один за другим все игроки команды пробегают между флажками. Одни это сделают быстрее, другие – медленнее, что и решит исход состязания. Если игроком была допущена ошибка, он возвращается на то место, где это случилось, и оттуда снова ведет мяч

«Весёлые лягушки».

В игре участвуют две команды (можно больше). В 3–4 м от линии старта кладется скакалка. Первые номера команд выходят на линию старта. По сигналу участники прыжками «лягушки» добегают до скакалок, выполняют 10 прыжков и бегом возвращаются к линии старта.

«По ниточке».

На земле проводят острой палочкой несколько (по числу участников игры) параллельных прямых линий, отмечающих дистанцию. Старт! Все бегут наперегонки – важно не только прийти первым, но и пробежать дистанцию «как по ниточке» – так, чтобы следы обязательно попадали на прочерченную прямую

«Перемена мест».

Играющие разбиваются на две равные команды. На двух противоположных сторонах зала проводятся пограничные линии. Одна команда становится за одной линией, другая – за другой. По сигналу руководителя игроки каждой команды одновременно перебегают за противоположную пограничную линию, т. е. команды меняются местами. Передвигаться можно разными способами: бегом, подскоками на двух ногах, прыжками на одной ноге и т.д. Побеждает команда, сумевшая быстрее другой разместиться за противоположной линией.

«Чехарда».

Участники эстафеты выстраиваются друг за другом у линии старта. Команда разбивается на пары. Первый наклоняется, второй прыгает через него, затем второй наклоняется, а первый прыгает, и так до флажка и обратно. Побеждает та команда, у которой быстрее всех попрыгают пары.

«Кот в мешке».

Участники выстраиваются друг за другом у линии старта. Первый номер берет мешок и залазит в него. По команде судьи он начинает прыгать до флажка и обратно, затем он отдает мешок следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстро закончит эстафету.

«Паромщик».

Участники команды делятся по парам. Первой паре выдается по две дощечки. По свистку судьи движение начинается. Один кладет дощечки, а второй наступает на них. Дойдя до флажка, они меняются, главное не упасть с дощечки. Дойдя до старта, они передают дощечки, следующей паре из своей команды.

«Игра с обручем».

Играющие делятся на две команды по 10-12 человек и становятся параллельно друг другу на расстоянии 6 шагов. Капитаны команд держат на вытянутых вперед руках обручи. По команде ведущего капитаны стараются как можно скорее пролезть в обруч и передать его следующему члену команды, тот проделывает то же самое и т. д.

Выигрывает та команда, которая быстрее справится с этой задачей.

«Шапка».

По сигналу ребенок бежит к стойке, снимает с нее шапку и бежит с ней в команду. Пере­дает эстафету. Второй участник бежит с шап­кой до стойки, надевает на нее шапку и возвращается в ко­манду. Усложнение: до стойки продвигаться прыжками «классиками».

«Снеговик».

Прокатить набивной мяч «змейкой» между кеглями; положить его в обруч, кото­рый лежит напротив команды. Назад возвращаться бегом. Следующий участник сначала бежит за мячом, затем прока­тывает его «змейкой» между предметами. Мяч катить двумя руками. Игра заканчивается, когда все участники выполнят задание.

«Стрельба луком».

Каждый участник бежит к линии,  на которой лежит репчатый лук и старается попасть им в ведро-мишень. Возвращается к команде и передаёт эстафету по руке.

«Ловкие белки».

Белка должна ловко прыгать с дерева на дерево (из обруча в обруч), перенося при этом орехи (мячи).

«Валенки – скороходы».

По сигналу участники надевают валенки и бегут до ориентира и обратно.

«Снежный завал».

Играющие располагаются в шеренгу, по бокам которой лежат обручи. В одном обруче находятся предметы по числу участников (мячи, кубы, пал­ки). Сидя боком друг к другу, по сигналу нужно разобрать «снежный завал», передавая предметы из рук в руки в дру­гой обруч, а мячи прокатывать по полу под согнутыми ногами. Предметы передавать только из рук в руки.

Выигравшей считается ко­манда, первой положившая последний предмет в обруч.

«Сани».

Играющие располагаются па­рами. По сигналу участники выполняют бег парами: один бе­жит в обруче, а другой сзади де­ржится за обруч. Нужно бежать до ориентира (обежать снежный ком) и вернуться, пере­дать обруч следующей паре. Стоящий сзади участник дол­жен все время держаться за обруч. Игра заканчивается, когда последняя пара пересечет стартовую линию.

«Бег на коньках».

Коньки заменить калошами, «скользить» до ориентира и обратно, руки за спиной. Коньки снимать перед линией старта.

«Укрась ёлку».

Украшения по числу участ­ников лежат в корзине перед стартом. Участники по очереди бегут к елке, преодолевая препятствия на своем пути (сугробы – на­бивные мячи, горку – наклон­ная доска). Победит команда, украсив­шая елку первой.

«Возьми мяч из обруча».

Встречная эстафета. Первый участник бежит «змей­кой» между предметами. Бе­рет мяч из обруча, пробегает по скамейке, передает мяч второму и встает последним. Второй бежит по скамейке, кладет мяч в обруч и бежит «змейкой» между предмета­ми. Эстафету передает хлоп­ком по плечу и встает послед­ним.

«Снежный лабиринт**».**   
Дети надевают на ноги модели снегоступов, на спину охотничьи рюкзаки и идут между сугробами (кубы разных размеров) до стойки и так возвращаются обратно. Побеждает команда, первой закончившая эстафету.   
Цель: развитие координационных движений и скоростно-силовых способностей.

«Берегись охотника».   
Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. У одного из игроков в руках хвост лисы или песца. Водящий старается догнать и запятнать того, кто бежит с хвостом, но сделать это непросто: участники игры на бегу передают хвост друг другу. Когда «охотник» запятнает игрока с хвостом, они меняются ролями. В конце игры определяют игрока, который ни разу не был водящим.   
Цель: развитие скорости, быстроту реакции, выносливость, координацию движений

«Бой медвежат».  
Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. Чертится круг диаметром 2 метра. В него встают на корточки соперники (медвежата), вытягивают руки вперед ладошками. Необходимо вытолкнуть соперника из круга, ударяя об его ладони, или заставить его земли или пола любой частью тела. Кому удастся это сделать, тот и является победителем. Цель: развитие силы, ловкости, координацию движений, внимания, волевых качеств.

«Бег с капканом».  
Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. В игре принимают участие 2-3 команды. К правой и левой ноге каждого бегуна привязывают мячи (резиновые мячи в сетках). Это и будут «капканы». По команде ведущего игроки бегут до ориентира, обегают его и бегут обратно, передают эстафету. Побеждает та команда, которая первая справится с заданием. Цель: развитие быстроты, силы ног.

«Бой лосей».   
Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. В игре принимают участие 2-3 команды. Чертится круг, в него встают игроки, у каждого из них левая рука привязана к туловищу, на голове шапка. Задача проста и непроста – снять шапку у противника и не дать снять свою. Побеждает та команда, которая снимет больше шапок.   
Цель: развитие ловкости, координацию движений, внимания, смелости.

«Быстрый олень».  
Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. Чертится круг и от него на расстоянии 9-12 метров контрольная линия. По команде все участники двигаются в обход по начерченному кругу. По команде «шаг оленя» все участники идут по кругу, высоко поднимая бедро. По команде «поворот» происходит поворот кругом, и продолжается движение в противоположном направлении. По команде «рысь» участники бегут по кругу с захлестыванием голени назад. По команде « на свои места» участники выполняют многоскоки (бег, прыжки) за контрольную линию. Игрок, пересекший контрольную линию последним, выбывает из игры.   
Цель: развитие ловкости, координацию движений, внимания, смелости. Загадка: Сто пастбищ с жуками. (След пробежавших оленей).

«Гонки на нартах».  
Описание игры. Игра проводится в зимнее время года, количество игроков не ограничено. Участники делятся на три команды по три человека. Выстраиваются на старте. Один игрок из команды берет нарты за веревку, второй садится на нарты, третий оказывает помощь, толкая нарты сзади или в спину сидящего на нартах. По сигналу ведущего экипажи бегут к ориентиру, огибают его и возвращаются обратно. Побеждает команда, которая придет к финишу первой.   
Цель: развитие скорости, выносливости, силы рук, ног, мышц спины.

«Важенка и оленята».  
Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. На площадке нарисовано несколько кругов (можно обручи), в каждом из них находится важенка и двое оленят. Волк сидит за сопкой (на другом конце площадки). На слова ведущего:   
Бродит в тундре важенка,   
С нею оленята.   
Топают по лужам   
Оленята малые   
Терпеливо слушая   
Наставленья мамины   
Играющие оленята свободно бегают по тундре, наклоняются, едят траву, пьют воду. На слова « волк идет!» оленята и важенки убегают в свои домики (круги). Пойманных оленей волк уводит к себе.   
Цель: развитие ловкости, координацию движений, внимания, смелости, сообразительности.

«Звери и птицы».  
Описание игры. Игра проводится в зимнее время года, количество игроков не ограничено. Перед игрой следует предупредить игроков, что необходимо, как можно точнее скопировать движение животного или птицы. Ведущий называет птицу «утка», игроки разводят руки в стороны и плавно машут ими, словно крыльями. Зверь «заяц», игроки выполняют прыжки в приседе и т.д. Победителем становится тот, кто более точно скопирует движение зверя или птицы.   
Цель: развитие координационных движений и скоростно-силовых способностей.

«Льдинки, ветер и мороз**».**  
Описание игры. Участники встают парами, лицом друг к другу и хлопают в ладоши, приговаривая:   
«Холодные льдинки, прозрачные льдинки, сверкают, звенят: дзинь, дзинь» Делают хлопок на каждый на каждое слово: вначале в свои ладоши, затем в ладоши своего товарища.   
Хлопают и говорят: «дзинь, дзинь» – пока не услышат сигнал «Ветер».   
На этот сигнал дети разбегаются в разные стороны. На сигнал «Мороз» дети возвращаются в пары и берутся за руки.   
Цель: развитие координационных движений, быстроты, находчивости.

«Ловля оленей**».**   
Описание игры. Игра проводится в любое время года. Количество участников не ограничено. Участники делятся на две команды. Одни - олени, другие пастухи. Пастухи берутся за руки и стоят полукругом лицом к оленям. Олени бегают по очерченной площадке. По сигналу «Лови!» пастухи стараются поймать оленей и замкнуть круг.   
Правила игры. Ловить оленей можно только по сигналу. Круг замыкают тогда, когда поймано большее число игроков. Олени стараются не попадать в круг, но не имеют вырываться из круга, если их замкнут, лучшими игроками считаются те игроки, которые были пойманы последними.   
Цель: развитие быстроты, ловкости, координации движений, находчивости.

«Куропатки и ягодки**».**   
Игра проводиться в любое время года. Количество участников не ограничено.   
Описание игры. Взявшись за руки, участники образует круг. Это будет клетка. Внутри клетки 6-8 ягод, а снаружи 2 куропатки. Клетка движется по кругу вправо или влево (подскоками, приставными шагами, лёгким бегом). По свистку клетка останавливается и открывает свои дверцы (поднятые руки вверх). Куропатки свободно вбегают в клетку стараясь поймать ягодку, (пойманную ягодку отводят в своё гнездо). Победителем становится та куропатка, которая поймала больше ягодок.   
Цель: развитие быстроты, ловкости, координации движений, внимание

«Гонки на оленях».   
Дети бегут парами (первый – олень, второй – каюр) между кочками (кубы), обегают дерево (стойку) и возвращаются обратно. Побеждает та команда, которая первая закончит эстафету.   
Цель: развитие быстроты, ловкости, координации движений, внимание

«Мороз – Красный нос».

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки лицом к ним становится водящий - Мороз – Красный нос. Он произносит:

Я Мороз – Красный нос.

Кто из вас решится

В путь –дороженьку пуститься?

Играющие хором отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После этого они перебегают через площадку в другой дом, Мороз догоняет и старается их заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз, и стоят так до окончания перебежки. Мороз подсчитывает, скольких играющих удалось заморозить. При этом учитывается, что играющие, выбежавшие из дома до сигнала или оставшиеся в доме после него, тоже считаются замороженными. После нескольких перебежек выбирают нового Мороза. В конце игры подводится итог, сравнивают, какой Мороз заморозил больше играющих.

«Снежная карусель».

Взявшись за руки, дети образуют круг вокруг  снеговика  и  изображают снежинки.   По  сигналу  взрослого  они  идут сначала  медленно,  потом  все  быстрее,  в конце концов бегут. После того как играющие пробегут по кругу несколько раз, взрослый предлагает им изменить направление движения, говоря: «Ветер изменился, полетели снежинки в другую сторону». Играющие замедляют движение, останавливаются и начинают двигаться в противоположном направлении.  Сперва они двигаются медленно, а потом все быстрее и быстрее, пока взрослый не скажет: «Совсем стих ветер, снежинки спокойно падают на землю». Движение снежной карусели замедляется, дети останавливаются и отпускают руки.

После небольшого отдыха игра возобновляется.

Вариант. Игра протекает так же, как и предыдущая, но в ней два Мороза (Мороз – Красный нос и Мороз – Синий нос). Стоя посередине площадки лицом к детям, они произносят:

Мы два брата молодые,

Два Мороза удалые,

Я Мороз – Красный нос,

Я Мороз – Синий нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

После ответа:   
Не боимся мы угроз,   
И не страшен нам мороз, –   
все играющие перебегают в другой дом, а оба Мороза стараются их заморозить. Они подсчитывают, сколько играющих удалось заморозить.

В конце игры выясняется, какая пара Морозов заморозила больше играющих.

«Попляши и покружись».

 Ребята разбиваются на пары и берутся за руки, стоя лицом друг к другу. По сигналу взрослого: «Попляшем» – они приседают и приплясывают. Через   некоторое  время   взрослый  говорит: «А теперь покружимся!» - и ребята кружатся в парах. Когда же он произнесет: «Стой!», дети должны остановиться и, продолжая держаться за руки, устоять на одной ноге, отведя другую назад. При повторении игры в следующий раз детям дается задание по сигналу «Стой» попробовать присесть, держась за руки, на одной ноге «пистолетиком».

«Перетяжки».

Играющие образуют круг вокруг сугроба и крепко берутся за руки. Как только взрослый скажет: «Перетяжки начались!», все начинают тащить рядом стоящих в свою сторону, стараясь заставить их угодить в сугроб. Если кто-то падает в сугроб, игра приостанавливается, дети выравнивают круг. После небольшого перерыва игра продолжается

«Ловишки парами**».**

Дети становятся попарно один за другим  на  расстоянии  2-3  шагов  на  одной стороне  площадки. По сигналу взрослого первые в парах быстро бегут на другую сторону площадки, стоящие сзади стараются поймать их (каждый свою пару). При повторении игры дети меняются ролями.

«Ловишки – елочки**».**

  Дети   произвольно   располагаются   на площадке, ловишка стоит в середине. По сигналу: «Раз, два, три – лови!» – все разбегаются по площадке, увертываются от ловишки. Ребята стараются выручать друг друга, так как ловишке нельзя запятнать тех детей, которые станут лицом друг к другу и, вытянув руки в стороны вниз,  будут изображать елочку.

«Метелица».

  Все дети встают друг за другом и берутся за руки. Первым стоит взрослый -  он метелица. Метелица медленно пробегает между снежными постройками, валами, санками змейкой или обегает их, ведя за собой. Ребята стараются не разорвать цепочку и не натыкаться на предметы.

 «Ловишки со снежком».

Невысоким снежным валиком обозначается круг диаметром 4-5 м.  В нем собирается группа играющих. Водящий становится на расстоянии 2-3 м от круга, на этом расстоянии он может передвигаться вдоль круга. В руках у него корзинка со снежками. По сигналу взрослого ловишка старается снежком попасть в кого-нибудь из увертывающихся в кругу детей. Взрослый следит за тем, какой по счету снежок окажется метким и ловишка запятнает им одного из игроков. Игра повторяется 2-3 раза, после этого выбирается новый ловишка.

«Тройки**».**

Дети по трое берутся за руки скрестно и бегут по площадке, высоко поднимая колени. Какая тройка лучше?

«Чья пара скорей?»

Дети образуют два звена, в каждом из  них распределяются  на  пары, становясь друг за  другом. По сигналу взрослого две первые пары детей, взявшись за руки, быстро бегут в сторону снеговика, стараясь обогнать одна другую. Пробежавшие пары возвращаются и становятся в конце колонны, бегут следующие пары.

«На ровном месте».

Можно организовать,  используя  санки, такие упражнения – забавы:

1. Расставить 5-6 санок на расстоянии   1-1,5 м  и пробегать  между  ними  змейкой;   то  же – пробежать, перешагивая через них.
2. Встать лицом к санкам сбоку, встать на санки, сойти с них так, чтобы они не сдвинулись с места.
3. Встать рядом с санками и, опираясь о них  руками, перепрыгнуть через них.
4. Устоять на санках на одной ноге как можно дольше.
5. Детям встать сбоку от своих санок, подальше друг от друга. Всем вместе наклониться, взять санки за сиденье, прижать их к груди, затем держать на вытянутых руках перед собой, поднять над головой.
6. Поднять санки над головой и опустить их на снег с другой стороны.
7. Стоя  к санкам лицом, наклониться и опереться о  них руками, присаживаться и вставать,  не отрывая  рук от санок.

«На горке**».**

1. На санках с горки дети катаются по-разному: сидя верхом  (держась за веревочку или опираясь руками сзади о санки), лежа на животе, лежа на спине (ногами вперед), стоя на коленях.
2. На спуске с горки можно устроить воротца из длинных прутьев. Проезжая через них, дети учатся управлять санками на ходу: опускать на снег ногу с той стороны, в которую надо повернуть; крепко сжав санки коленями, слегка наклонять туловище назад -  в сторону поворота.
3. Можно предложить при спуске на санках с горки собрать расставленные вдоль склона 3 флажка.
4. Дети  любят  кататься  на  салазках,   «кобылках»,  «коне-огне», санках-самоделках. Полоз их изготавливается из обтесанного полена или доски. Для сиденья на верхней стороне полоза  из доски  или  половинки  круглого  полена  устраивается скамейка.
5. На санках-самокатах дети катаются с горки или скользят по ровному месту, стоя на одной ноге и отталкиваясь другой. Их можно изготовить из старых лыж, толстого металлического прута.
6. Много радости доставляет катанье с горки  вдвоем  или втроем на одних санках.

«Успей первым**».**

Двое-трое санок расставляют параллельно друг другу на расстоянии примерно 2-3 шагов. Ребята становятся каждый рядом со своими санками справа или слева, в зависимости от условия задания.  По сигналу взрослого дети обегают каждый свои санки и стараются как можно быстрее вернуться на исходное место.   
Для разнообразия и усложнения задания при повторении можно ввести дополнительные задания: вернувшись в исходную позицию, повернуться лицом к санкам и присесть, опираясь о санки руками, либо сесть на санки.

Ребенок бежит, опираясь на санки руками сзади, до сугроба, снеговика  (на расстояние 5-6 м от исходной позиции), обегает его и возвращается на место. Если в игре одновременно  занято  несколько  человек,  то  для  каждого должен   быть подготовлен свой предмет-ориентир для обегания.

«Гонки санок».

Ставят санки на одну линию, садятся на них верхом, опустив ноги на землю. По сигналу взрослого: «Вперед!» – передвигаются на санках до обозначенного ориентира (сугроба, флажков, снежного вала и т. п.), отталкиваясь ногами.

Можно предложить покататься на санках лежа на животе, отталкиваясь руками, померяться  силами  с товарищем  в этом упражнении.

Санки располагают на исходной линии, а играющие встают сбоку. По сигналу взрослого: «Начали!» – все быстро повертываются, садятся на конец санок спиной вперед и, отталкиваясь ногами назад, продвигаются в указанную сторону. По сигналу: «Стоп!» – играющие прекращают двигаться. Выигрывает тот, чьи санки окажутся впереди других

«Быстрые упряжки**».**

На линии старта дети выстраиваются по трое у одних санок. По команде: «Старт!» – один садится на санки, а двое берутся за веревочку и везут санки до финиша.  Какая упряжка окажется быстрей? При повторении дети меняются ролями.

«На санки!»

Санки расставляют на одной стороне площадки по числу на один меньше, чем играющих. Дети произвольно бегают,  кружатся  на  другой  стороне  площадки.   Как только взрослый  произнесет:   «На  санки!»,  надо  быстро  добежать до санок и сесть на них. Опоздавший остается без места.

«Два на два».

 Договариваются играть четверо детей. Они садятся по двое на санки, ноги ставят на полозья. Дети скользят вперед на санках, отталкиваясь недлинными палками. Кто кого обгонит?

«Хоровод с санками**».**

Вокруг большого снежного кома или сугроба 4-5 детей водят хоровод. За спиной у них на расстоянии 5-6 шагов стоят несколько санок, их меньше, чем играющих детей. Как только кто-нибудь из детей наступит на снежный ком, все бегут к санкам. Кто успеет сесть, тот поедет, кто не успеет - повезет седока 2-3 круга. А потом опять кружится веселый хоровод.

«Скок – подскок**».**

Все встают в кружок вокруг снеговика боком к нему. Поставив руки на пояс, подскакивают вверх, слегка продвигаясь вперед. Потом повертываются кругом и продвигаются подскоками в другую сторону. По сигналу взрослого дети быстро разбегаются по площадке, затем вновь собираются вокруг снеговика.

«Ледяные кружева».   
Взрослый заранее вместе с детьми готовит разноцветные льдинки – синие, красные, зеленые, желтые и др. Из них дети на утоптанном снегу выкладывают разноцветные мозаики, узоры. Потом они выясняют, у кого получился самый интересный и красивый рисунок.

«По длинной  дорожке».  
На  утоптанном  снегу  заливается водой дорожка длиной 4-8 м и шириной 40-60 см. Дети, энергично разбежавшись по снегу, скользят по ледяной дорожке, стараясь проскользить всякий раз подальше.

На ледяной дорожке сперва в 3-4, а потом в 5-6 м от ее  начала   кладут  цветной  кубик.   Ребенок,   разбежавшись   и скользя  по ледяной дорожке,  старается  наехать  на  кубик  и сдвинуть его с места ногой.

«Кто дальше?»  
Один из детей при скольжении ногой отодвигает кубик, лежащий примерно в 2-3 м от начала дорожки, на то расстояние, которое он преодолеет. Следующий ребенок старается проскользить и отодвинуть кубик еще дальше и   т.д.   Игрок,   отодвинувший  кубик  дальше   всех,   считается выигравшим. При повторении игры он бежит и выполняет задание последним, стараясь улучшить  свое собственное достижение.

Дети объединяются в группы по трое. Двое из них бегут по снегу справа и слева вдоль ледяной дорожки, держа в руках кусок толстой веревки длиной   1-1,2  м.  Третий скользит пo ледяной дорожке, присев или стоя, держась за веревку. Играющие по очереди меняются местами.

Во время скольжения предлагается повернуться кругом, присесть и снова выпрямиться, скользить после разбега лицом вперед, поставив ноги параллельно или на одной ноге, поймать брошенный снежок.

Можно    разбегаться      и скользить  по  недлинным   (2-3 м)  ледяным дорожкам, расположенным одна за другой на расстоянии 3-5 шагов.

По    ледяной      дорожке (длина 15-20 м)  с невысокой горки   можно  скользить  вдвоем-втроем «поездом», положив руки на пояс впереди стоящего, и в других положениях, наклонять и поднимать упавшую варежку,    ловить    брошенный кем-нибудь снежок и попадать им в цель, выполнять другие интересные задания.

«Считай шаги».

 Дети собираются на одной стороне поляны. Каждому играющему предлагается несколько раз в произвольном темпе перебежать на другую ее сторону, совершая всякий раз все меньшее количество шагов. Кто сделает это лучше?

«Жеребята**».**

Дети встают по кругу друг за другом. Согнув руки в локтях ладонями книзу, они, изображая жеребят, бегут по кругу, высоко поднимая колени и касаясь ими ладоней. По условному знаку взрослого, делая вид, что взяли поводья, переходят на широкий шаг рысью. Затем жеребята идут по кругу спокойно, отдыхая. Отдохнув, снова начинают бег (можно в обратную сторону).

«Наперегонки парами**».**

Разбившись на пары, ребята перебегают поляну. Чья пара опередит всех, та и победит. Бегать парами можно и держась за руки крест-накрест.

«Беги – сядь – беги**!»**

 Когда дети гурьбой перебегают полянку, взрослый внезапно подает  команду:  «Сесть!»,  и  все должны немедленно сесть. Потом взрослый восклицает: «Бежать!»,  дети   быстро  поднимаются   и  бегут  дальше.   Сигналы можно подавать не только через равные промежутки времени, но и быстро друг за другом, пока еще не все успели выполнить предыдущее задание.

«Бег с барьерами».

 В землю втыкают несколько пар рогулек (высотой 30 см) из веточек на расстоянии 2-3 шагов друг от друга, на них кладут хворостины. Играющие по очереди пробегают,   перешагивая   барьеры.   После   нескольких   повторений игры можно предложить пробежать через барьеры как можно скорее.

«Пробежки».

Дети  становятся  на  лугу  друг  за  другом  или  гурьбой. Взрослый  предлагает  пробежать  трусцой  на  большое  расстояние – от 50 до  100 м.  Чтобы  пробежать так много, надо к этому готовиться, упражняться каждый день, постепенно увеличивая пробегаемую дистанцию.  Главное при этом – не спешить,  дышать  равномерно,  делая  полный  выдох  и   глубокий вдох.

На лугу приятно посидеть и полежать на чистой травке. Поэтому  здесь  хорошо  поупражняться  в  беге  из  разных  исходных  положений.  Дети  ложатся  на  спину,  вытянув  ноги  в указанную  сторону,  взрослый  предлагает  им  быстро  вскочить и  пробежать  10 м. в определенном  направлении.  Бегать можно из положения лежа на животе, свернувшись калачиком, сидя ноги врозь, стоя на коленях и т. п.

«Хоровод**».**

Играющие образуют  два   круга,  один  внутри другого. Все играющие берутся за руки и по указанию взрослого начинают бежать по кругу: стоящие в одном круге бегут навстречу стоящим в другом круге. Потом круги вращаются в противоположную сторону. Можно предложить побегать

двумя кругами навстречу друг другу, не держась за руки.

«Бабочки, лягушки, цапли**».**

Дети   свободно   бегают   на лугу. По сигналу взрослого они начинают подражать движениям бабочек (машут крылышками, кружатся), лягушек  (опускаются на четвереньки и скачут), цапель  (замирают, стоя  на одной ноге). Как только взрослый произнесет: «Снова побежали!»,  они  снова  начинают  бегать  по  лугу  и   произвольных направлениях.

«Гуси, гуси**!»**

На одной стороне луга обозначается дом, в нем находятся гуси. На противоположном краю луга стоит пастух. Сбоку находится логово, в котором живет волк. Остальное место – луг. На него пастух выгоняет гусей, они щиплют травку, машут крыльями.

Пастух. Гуси, гуси!

Гуси (останавливаются и отвечают хором). Га, га, га!

Пастух. Есть хотите?

Гуси. Да, да, да.

Пастух. Так летите.

Гуси: Нам нельзя! Серый волк под горой Не пускает нас домой.

Пастух.   Так летите, как хотите, Только крылья берегите.

Гуси, расправив крылья, летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (коснуться рукой). Пойманные гуси идут в логово.

После нескольких перебежек назначаются новые волк и пастух

«Луговое троеборье**».**

 Дети должны выполнить следующие задания:

1. Приняв старт из положения сидя, разбежаться и перепрыгнуть через невысокую кочку или канавку;
2. Добежать до дуги (согнутый и воткнутый в землю обоими концами ивовый прут или два прута, поставленные накрест), подлезть под нее на четвереньках;
3. Пробежать дальше, перешагивая из обруча в обруч (4-5 штук), разложенные на земле, и как можно скорее добежать до финиша.

Кто лучше и быстрее всех выполнит все три задания, тот самый лучший троеборец!

«Тихие пробежки**».**

 Дети получают задание пробежать друг за другом по тропинке быстро, но так тихо, чтобы не хрустнула ни одна сухая веточка.

«Тропинка ловкости».

Дети по очереди  пробегают по тропинке 15-20 м, наступая на корни деревьев, выступающие над поверхностью земли. И наоборот, пробегают по тропинке, стараясь не наступать на корни деревьев

«Широким шагом».

 Все вместе шеренгой  перебегают с одного   края   полянки   на   другой   широким   шагом.   Кто   сделает меньше шагов? Так же пробегают от дерева до дерева.

Взрослый  предлагает   детям бегать друг за другом между кустами и деревьями, обегая их и меняя направление.

«Невидимки».

Часть   детей,   пригнувшись и скрываясь за низким кустарником, должна пробежать так, чтобы  их  не заметили. Другая часть группы  – наблюдатели располагаются на опушке, полянке или тропинке, следят за пробегающими. Когда пробежки кончатся, все собираются вместе и наблюдатели рассказывают, кого они успели разглядеть, в каком месте и как надо было поступить, чтобы пробежать незамеченным.

«В горку и с горки**».**

Собравшись гурьбой, ребята по сигналу взрослого вбегают на горку (мелким шагом, наступая на переднюю часть стопы), а потом сбегают с нее размашистым широким шагом.

«По ступенькам».

Дети друг за другом вбегают на крутую горку  по земляным  ступенькам,  пробуют сбежать  по  ним  по очереди вниз.

«Через бревно**».**

 По одному  по очереди дети  перепрыгивают через лежащее на земле   и    очищенное    от    сучьев бревно, опираясь о него руками  (с места и с небольшого разбега).

«Полет**».**

Дети становятся в шеренгу. Все вместе прыгают с ноги на ногу, «перелетая» на другую сторону лужка.

Вариант. Прыгуны-лесовики.  Выходя на прогулку в лес, возьмите с собой заранее приготовленный   прочный   и  легкий  шест длиной до 1,5 м. Дети прыгают сперва без разбега, а потом и с разбега через канаву, опираясь на шест.

«Попрыгунчики**».**

Всем вместе, стоя в шеренге, прыгнуть сперва вперед на правую ногу (отталкиваясь двумя), потом на левую (отталкиваясь правой), а в заключение, оттолкнуться левой ногой и приземлиться одновременно на две ноги. Кто сумеет? Попрыгать тройным прыжком, соревнуясь с товарищем.

«Волки и овцы**».**

 Играющие изображают овец, двое или трое из них – волки. Волки прячутся на одной  стороне лужайки в овраге. Овцы живут на противоположной стороне лужайки.  Они  выходят  погулять,     разбегаются    по  лужайке,  прыгают, присаживаются и щиплют травку. Как только взрослый  произнесет: «Волки!», волки выскакивают из оврага и бегут широкими прыжками за овцами, стараясь поймать их. Пойманных овец волки уводят к себе в овраг.

Игра продолжается по договоренности до тех пор, пока волки не поймают определенное число овец или всех. После этого на роль волков выбираются другие играющие.

«Прыжок – шутка**».**

 Все встают на четвереньки, пробуют прыгать в сторону. У кого это получится?

«Лягушки**».**

 Ребенок   приседает   и,   наклонившись   вперед, опирается на руки, отставив их перед собой подальше  («прыгает» на руки), затем прыжком подтягивает ноги на уровень рук и снова  «прыгает»  вперед и  опирается  руками о землю. Проделав несколько раз упражнение, ребенок может отдохнуть и затем продолжить его.

«Через барьерчики**»**

Ставится 5-6 барьерчиков из рогулек и хворостинок высотой 30-40 см друг за другом на расстоянии примерно шага. Дети прыгают по одному на двух ногах через все барьерчики, затем пробуют прыгать через них, не останавливаясь  в  движении.  Потом  устраивают барьерчики  повыше. Кто перепрыгнет самые высокие барьеры?

«Попрыгаем с разбега**».**

Все прыгают одновременно с разбега в длину кто как хочет, потом прыгают по очереди с определенного старта. Для того чтобы научиться отталкиваться при прыжке   обеими   ногами,   надо   прыгать   с   короткого   разбега (3-5 шагов), при этом чередуя начало разбега с правой и левой ноги. Взрослый предлагает попрыгать на соревнование с товарищем, отталкиваясь той ногой, которой удобнее. Кто прыгнет дальше?

«Кузнечики**».**

 На лугу выбирают место с нескошенной высокой травой. Подражая кузнечикам, дети произвольно подпрыгивают на двух ногах, стараясь прыгнуть выше травы. Какой кузнечик прыгнет выше?

«Бочком**».**

Дети становятся в колонну на расстоянии двух шагов друг от друга. По указанию взрослого прыгают боком все в одну сторону. Сохранится ли при этом колонна?

Вариант. Стоя в колонне, рассчитываются на первый, второй. По сигналу первые номера прыгают боком вправо, вторые – влево. Никто не спутал?

«Кто дальше?»

 Встав шеренгой, дети одновременно  сначала  делают  по  3  прыжка.   Кто  окажется   дальше всех? Затем делают 5 прыжков и т.д.

«Подпрыгни и повернись**».**

Дети произвольно располагаются на площадке. По сигналу «Хоп!» все одновременно должны подпрыгнуть  повыше,  повернуться   в  указанную   взрослым сторону, оглядеться, не сходя с места. Все ли повернулись правильно?

«Палочка-выручалочка**».**

Посередине небольшой лесной полянки или на опушке леса втыкают в землю палочку-выручалочку. Около нее, закрыв глаза, становится водящий, в руках у него короткая палочка. Он громко и медленно считает до 10, в это время остальные разбегаются и прячутся за кусты, деревья, в канавки. Закончив считать, водящий открывает глаза, стучит палочкой по палочке-выручалочке и говорит: «Палочка пришла, никого не нашла».  После этого он  начинает искать спрятавшихся.    Заметив   кого-нибудь,  он   громко   произносит: «Палочка-выручалочка   Петю   нашла» – и   бежит   к   палочке. Найденный тоже бежит к палочке, стараясь обогнать водящего, первым дотронуться до палочки и сказать: «Палочка-выручалочка, выручи меня!» Если он успеет это сделать, то считается вырученным, если нет, то выходит из игры.

Водящий старается найти всех спрятавшихся детей и вывести их из игры. Сделать это  очень трудно, так как любой из прячущихся может быстро и незаметно для водящего подбежать к палочке-выручалочке и попросить: «Палочка-выручалочка, выручи всех!», и все ранее найденные дети считаются вырученными

«У медведя во бору**».**

 На опушке леса между двумя деревьями обозначается берлога медведя. На расстоянии 20-25м от нее располагается дом, в котором живут дети.  Играющие выбирают водящего – медведя.  Он  прячется в свою  берлогу. Когда взрослый скажет: «Идите, дети, в лес гулять, грибы и ягоды собирать!» –  они все расходятся, ловят бабочек, нюхают цветы, собирают ягоды и т. п. (наклоняются, подпрыгивают, производят различные имитационные движения)   и произносят хором:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру,

А медведь сидит

И на нас рычит.

После слова «рычит» медведь выбегает из берлоги и ловит убегающих домой детей. Того, кого медведь поймает (коснется рукой), он отводит к себе в берлогу. В пределах дома медведю ловить детей нельзя. После того как медведь поймает 2-3 играющих, выбирается другой водящий (можно выбрать и двоих).

«Лесные пятнашки».

 Дети играют в пятнашки со следующими условиями: нельзя салить игрока, прижавшегося спиной к дереву; нельзя салить двоих играющих, если    они взялись за руки и окружили дерево; нельзя салить тех, кто сумеет обхватить дерево руками или повиснуть на нем.

«Лесная эстафета**».**

Играющие разбиваются на 2-3 команды, становятся в колонны на одной стороне поляны. На другой стороне  поляны  выбираются 2-3 дерева,  расположенные  на одинаковом расстоянии до играющих. По свистку или другому сигналу взрослого стоящие в командах первыми быстро бегут, пересекая полянку, обегают свое дерево и возвращаются назад. Следующие игроки стоят наготове, протянув левые руки вперед ладонью вверх. Когда первые прибегают, они прикосновением руки передают эстафету, и тогда бегут дети, стоящие вторыми.  Побеждает та  команда,  чьи  игроки  раньше  и   безошибочно выполнят задание.

Варианты: обежать дерево 2-3 раза; обежать два дерева, описывая вокруг них восьмерку; не обегать дерево, а только коснуться его рукой; выполнять задание парами, взявшись за руки, и т. п.

«Найди дорогу**».**

 Заготавливаются колышки с дощечками, на них яркой краской наносятся стрелки, расставляет эти указатели взрослый на дистанции примерно 200 м в тех местах, где есть повороты, так, чтобы они были хорошо видны детям. Играющие собираются на месте старта, украшенном флажками или пестрыми ленточками. Они по очереди через определенные промежутки времени по сигналу взрослого: «Марш!» – выбегают на дистанцию. Задача заключается в том, чтобы пробежать всю дистанцию от старта до финиша, самостоятельно ориентируясь по расставленным в лесу указателям.

При повторении игры можно выпускать на дистанцию сразу по двое, и дети должны вместе прибежать на финиш.

«Бег с препятствиями**».**

В лесу подготавливается дистанция на 60-100 м, на ней располагают несколько препятствий. Дети должны  преодолеть все эти  препятствия:   перепрыгнуть невысокий барьерчик из прутиков, пробежать по бревну, обежать дерево в указанном направлении, перешагнуть, наступая, пенек и т.  п.  Бежать  надо медленно,  не торопясь, главное – на дистанции выполнить все задания.

«Тренировка**».**

Медленно, трусцой вместе с взрослым дети пробегают 2-4 отрезка по 60-150 м. В перерывах между бегом  надо не останавливаться,  а    ходить свободным  шагом. Такие тренировки-пробежки позволяют постепенно подготовить детей к непрерывному пробеганию от 400 до 1000 м, а на седьмом году жизни и 1500 м. Упражняться в беге трусцой необходимо каждый день.

«Закати мяч в лунку**».**

Играющие с мячами становятся полукругом, через два шага друг от друга. Впереди них на расстоянии 3-5 м. ямка-лунка. Ударяя ногой по мячу, надо прокатить его так, чтобы он закатился в лунку. Кто попадет в лунку с первого раза?

«Ударь точно**».**

Стоя в кругу, играющие по очереди стараются выбить мячом  расположенную в  центре круга  мишень

«Пас на бегу**».**

Играющие   (3-4 пары)   на   расстоянии 2-3 м друг от друга продвигаются вперед,  перебрасывая  на ходу мяч.

«Пас по кругу».

Дети становятся по кругу и по очереди перебрасывают руками мяч. Сначала передают его стоящему рядом, а потом через одного (в последнем случае в игре должно быть нечетное число играющих).

«Задержи мяч**».**

По кругу становятся нападающие, внутри круга – защитник. Если круг большой и в игре участвует много играющих, то могут быть 2-3 защитника. Нападающие быстро отбивают ногой друг другу мяч так, чтобы он катился по земле,  а защитники стараются задержать его.  Если  кому-нибудь из защитников это удается сделать, то он меняется местами с тем нападающим, который отбивал мяч последним

«Мяч в кругу».

 Небольшая группа располагается по кругу, в середину круга входит водящий с мячом. Ударяя несильно ногой по мячу, водящий по очереди прокатывает его к игрокам, стоящим по кругу. Каждый из них ногой задерживает и возвращает ему мяч.

«В парах**».**

 Дети становятся парами и перекатывают мяч друг другу, отбивая его то правой, то левой ногой. При этом они постепенно удаляются друг от друга (до 5 м).

«Пробеги с мячом**»**

  Каждый  играющий  получает   мяч   и становится с ним на одной стороне поляны. По сигналу взрослого все дружно устремляются вперед и, отбивая мяч ногами, перебегают через поляну. Надо стараться при этом не отпускать мяч от себя далеко.

«Беговая лапта**».**

Для игры нужны небольшой плотный мяч и лапта (дощечка длиной 40 см, толщиной около 2 см и шириной 8 см). Дети распределяются на две команды. На одной стороне лужайки отмечается город,  на другой – линия  кона.  По жребию одна команда располагается за линией города, игроки другой размещаются по всей лужайке, не заходя за линию города. Один из игроков первой команды  забивает лаптой мяч как можно дальше вдоль лужайки. Оставив лапту на земле, он бежит через площадку до конца, затем спешит возвратиться на свое место. В это время игроки команды, находящейся на поле, поймав или догнав мяч, стираются осалить им перебегающего «противника».  Чтобы  легче  было  попасть  мячом в перебегающего, они могут перебрасывать мяч один другому.

Затем лаптой по мячу ударяет следующий игрок, и игра продолжается. Выигрывает та команда, которой удастся совершить большее количество перебежек.

«Круговая лапта**».**

Игроки делятся на две команды. Одна выходит на середину площадки, игроки другой команды стоят по ее краям или по кругу. Они бросают мяч, стараясь осалить игроков первой команды, те увертываются от мяча. В кого мяч попал, тот выходит из игры.  Когда всех выбивают из круга, команды меняются местами. Побеждает команда, которая сумеет выбить  «противника»  из  круга  меньшим  количеством  бросков.

«Кто сумеет?»

По указанию взрослого дети ложатся на спину, на ноги кладут мячик. По условиям игры надо подбросить   мяч  движением   ног,   быстро   сесть   и   постараться   поймать его

«Чья пара сделает лучше?»

Взрослый  дает  задание  перебрасывать мяч и ловить его в разных положениях: сидя  скрестив ноги, стоя на коленях, стоя на одном колене, лежа на животе.

«Летающая тарелка**».**

 В этой веселой забаве участвуют двое или  более играющих. Летающая тарелка представляет собой диск с загнутыми краями диаметром около 20 см. Тарелку бросают движением от себя так, чтобы она летела параллельно земле. Придавая тарелке во время броска соответствующее вращение, ее можно направлять в желаемую сторону. Ловящему тарелку надо внимательно следить за направлением ее полета и быть готовым ее поймать. Можно посоревноваться парами. У какой пары тарелка продержится в воздухе дольше?

«Подбеги и поймай**».**

 Играют двое. При этой игре не надо стараться   точно   подавать  мяч   в   руки   ловящему.  Наоборот, бросать мяч следует так, чтобы ловящий вынужден был подбежать, подпрыгнуть или отбежать назад или в сторону, чтобы его поймать.

«Кто дальше бросит мяч?»

Ребенок ложится на спину, ноги вытянуты, в руках держит мяч.  Из этого  положения все по очереди бросают его из-за головы и от груди.

При метании предметов, взрослый должен следить, чтобы дети бросали их в одну сторону, туда, где нет никого из детей и взрослых.

«Вниз – вверх**»**

С края отлогой канавки  мелкими  прыжками на двух ногах дети спрыгивают в  нее. Допрыгав до дна канавки,   прыгают   вверх,   но   по   противоположному   склону.

«Кто прыгает?».

Играющие стоят по кругу, взрослый с ними. Он называет животных и предметы, которые прыгают и не прыгают, при этом поднимая руки вверх. Например, взрослый говорит: «Лягушка прыгает, собака прыгает, черепаха прыгает, кузнечик прыгает» и т. п. По условиям игры дети должны сказать «да» и подпрыгнуть только в том случае, если взрослый назвал животное, которое действительно может прыгать.

«Дружно все вместе**».**

 Играющие становятся на одной стороне поляны. Перебежать через нее надо шеренгой, удерживая равнение. Все должны бежать с одной скоростью, никто никого не должен обгонять.

«От дерева до дерева**».**

 Дети по очереди прыгают на двух или одной ноге от дерева до дерева. Сколько кому придется сделать прыжков, чтобы достичь цели?

«Прыгаем по кругу**».**

Каждый играющий  выкладывает из шишек кружок (диаметром не менее 60 см). Все встают левым (правым)  боком к своему кружку, кладут руки  на  пояс и  по указанию взрослого начинают прыгать на двух  (или на одной)   ногах   вокруг  своего  кружочка.   Когда   взрослый скажет: «Стоп!», немного отдыхают, потом опять прыгают вокруг кружков в противоположном направлении.

После этого упражнения кружки используют для игры «Займи кружок!». Все играющие бегают по полянке, отбегая подальше от кружков. По сигналу взрослого дети бегут к кружкам и становятся в них (кружков должно быть столько, чтобы один из играющих остался без места). Игра повторяется.

«Через шишки – полоски»**.**

На  тропе   или  лесной   полянке выкладывают из шишек 3-4 параллельные полоски, расположенные на одинаковом (60-80 см) расстоянии одна от другой. Дети прыгают поочередно через каждую полоску с остановками между полосками или беспрерывно, выполняя один прыжок за другим.

Другой вариант. Из шишек выкладывают несколько параллельных коротких полосок. Расстояние от полоски до полоски должно увеличиваться: от первой до второй оно составляет 40 см, от второй до третьей – 50 см, от третьей до четвертой – 80 см и от четвертой до пятой – 100 см. Ребенок не должен перепрыгивать через полоски, они ему служат лишь ориентиром для прыжков. Поэтому в исходной позиции он становится не за первой полоской, а рядом с ней, отступя на шаг. Задание заключается в том, чтобы прыгать в длину с места, стараясь как можно точнее приземлиться на уровне следующей полоски.

«Наступи**».**

С разбега подбежав к нетолстому бревнышку или пеньку, ребенок должен наступить на него одной ногой и перепрыгнуть.

«Удержись!»

 Выбирается сильно наклоненное нетолстое дерево. Детям предлагают подтянуться и зацепиться за него руками и ногами. В этом положении надо перебираться по дереву на столько, на сколько хватает сил, затем, повиснув на руках, спрыгнуть на землю.

«Медведь и пчелы**».**

Дети разделяются на две неравные группы – пчел и медведей, большинство составляют пчелы. Пчелы живут в ульях по 2-3 (на дереве, бревне, большом пне), медведи – в берлоге (условно обозначенном месте). По сигналу пчелы вылетают из ульев, летают по лесу, собирают мед и жужжат. Когда пчелы покинут ульи, медведи выбегают из берлоги и забираются в них, лакомятся медом. Как только взрослый скажет: «Медведи!», медведи спешат спрятаться в берлогу, а пчелы летят к ульям и жалят (дотрагиваются рукой) тех медведей, которые не успели убежать.

После нескольких повторений играющие меняются ролями

«Перетягивание каната**».**

Для   игры   надо   разложить   на земле толстую веревку или канат, середину ее обозначить яркой ленточкой. Линиями отмечают условные границы для перетягивания.   Играющие делятся   на   две  равные  части,   игроки команд берутся за разные концы веревки. По сигналу взрослого они начинают тянуть веревку в противоположные стороны. Выигрывает та команда, которая сумеет перетянуть  ленточку,  обозначающую  середину  веревки,  через  условную границу.

«Березка».

Ребенок  ложится   на   спину,   руки   вытягивает вдоль туловища. Медленно поднимает ноги все выше, но не заносит их  назад, а вытягивает вверх.  Приподнимает  бедра  и ягодицы и в этот момент сгибает руки в локтях, прижимая их к земле.

«Ноги за голову**».**

 Ребенок ложится на спину, руки вытягивает вдоль туловища. Медленно поднимает ноги все выше и выше, отрывая одновременно ягодицы и бедра от земли, заносит ноги за голову и касается носками земли.

«Качающиеся комочки**».**

 Дети ложатся  на  спину, свернувшись в комочек, наклонив голову, подтянув ноги к груди и обхватив их плотно руками. В этом положении покачиваются на  круглой спине вперед и назад. Кто раскачается сильнее?

«Перекатывание**».**

 Дети ложатся  на спину, руки вытягивают вдоль туловища.  Перекатываются  на  левый бок, затем на живот, на правый бок и снова  на  спину с помощью рук, затем – не помогая себе руками.

«Воротики».

Один ребенок встает, широко расставив ноги, двое других друг за другом проползают на четвереньках в образовавшиеся   ворота.   Потом   образуют   двое   ворот,   а   один проползает через них. Воротики можно сложить также из прутиков и по очереди проползать в них. Можно поставить несколько воротиков (на расстоянии 5-6 м) и поочередно проползать через все.

«Медвежата**».**

 Дети парами соревнуются в быстрой ходьбе на четвереньках по-медвежьи. Можно предложить всем вместе шеренгой перебежать этим способом через лужайку.

«Задом наперед**».**

 Играющие все вместе встают на четвереньки, и двигаются задом наперед, сперва медленно, а потом и побыстрее.

«Охотники и звери**».**

 На лесной  полянке или  на  опушке леса играющие образуют круг, взявшись за руки. Рассчитавшись на первый-второй, они делятся на охотников  и  зверей. Охотники остаются на своих местах в кругу, а звери выходят в середину круга. Охотники перебрасывают друг другу мяч и стараются попадать им в ноги убегающих и увертывающихся зверей. Тот, которого заденет мяч, считается подстреленным, выходит из круга. Через некоторое время охотники подсчитывают свои трофеи. Играющие меняются ролями.

«Копьеметатели»**.**

  Ровные и довольно длинные   (1-1,2 м) прутья дети  по очереди  бросают с обозначенного  места,  как копье, от плеча вдаль. Взрослый должен следить, чтобы дети бросали копье в ту сторону, где нет никого.

«Попади в корзинку**».**

Корзинку подвешивают на подходящей высоте на сучок, и дети по очереди забрасывают в нее шишки. Если все легко справляются с заданием, можно подтянуть корзинку повыше.

«Кто бросит выше?»

Предлагается перебросить шишку через большой куст или невысокое дерево

«Заполни ямку**».**

В небольшую ямку забрасывают шишки до тех пор, пока она не наполнится до краев. Можно разделить детей на группы, чтобы они одновременно забрасывали шишки в несколько ямок. Чья группа скорее засыплет ямку шишками?

«Сбей шишки**».**

На пне горкой кладут 5-7 шишек   (или кучку желудей, каштанов). Бросая шишки или палочки, дети стараются сбить все шишки с пня. Выиграет тот, кто сделает для этого наименьшее количество попыток

«Попади».

С указанного взрослым  расстояния дети по очереди бросают по 5 еловых шишек, стараясь попасть ими в пень. При этом считают, кто сколько раз попадет в цель.

«Вратарь**».**

 Условия  игры  те  же,   но  один   из   играющих становится на линии ворот и защищает их. Вратарю разрешается задерживать мяч не только ногой, но и  руками. Меняясь местами, все играющие  по очереди  выполняют  роль  вратаря. Тот, кто задержит большее количество  мячей, –  самый ловкий вратарь

«Забей в ворота**».**

Флажками на шестах или другими метками обозначаются ворота   (1-1,2 м), 3-4 играющих становятся в 5 м. от линии ворот, а двое располагаются за ней. По очереди каждый из стоящих перед линией ворот забивает в ворота 3 мяча. Находящиеся за линией ворот подбирают мячи и передают их следующему.

Игра повторяется несколько раз, дети по очереди то забивают, то задерживают мячи.

«Следопыты**».**

1. Каких листьев больше?   
   Дети расходятся по лесу и собирают по нескольку опавших с разных деревьев листьев. Потом собираются все вместе и по очереди раскладывают листья по их форме в букеты, называя, с какого они дерева. Сравнивают, каких листьев больше всего, а каких мало. Взрослый объясняет,  почему одних листьев оказалось  много,  а  других  мало. Если дети нашли лист с такого дерева, которое не растет в этом месте, он спрашивает, как мог лист сюда попасть.
2. Поищем лисичку.   
    Один из играющих  изображает лисичку.  Взяв 20 небольших ярких кусочков  картона   (фанеры), лисичка уходит вперед и через каждые 5-10 шагов оставляет на земле, пне, ветке куста и т. д. след (кусочек картона). Оставив  последнюю метку, лисичка прячется где-то рядом с ней. В это время остальные  играющие собираются вокруг взрослого  и медленно считают до 20, после чего взрослый говорит: «Лисичка-сестричка лесом шла-шла, лапками следы оставляла, а хвостиком их заметала. Поищем лисичку?» Ребята отвечают: «Да!» – и отправляются искать лисичку, ориентируясь по следам, которые она оставила. Дети отыскивают и внимательно рассматривают следы, а взрослый вслух считает их. У конца следов дети разбегаются и ищут лисичку. Кто найдет лисичку, тот и будет ею в следующий раз.
3. Найдем грибок!  
   В грибную пору кто-нибудь из взрослых заранее идет в лес, туда, куда дети собираются идти гулять, и вокруг этого места делает через каждые 5-10 шагов самодельные условные знаки: стрелка – идти прямо; стрелка с поворотом – идти вправо или влево; две стрелки скрестно –  дальше прохода нет; изображение на табличке грибка – будьте внимательны, грибок растет совсем близко. Недалеко от последнего знака детям готовится сюрприз - в траве или под листом папоротника оставляется корзинка с грибами.   
   Дети, выучив заранее условные знаки, приходят в лес и по предложению взрослого отправляются на поиски грибов. Сколько радости доставляет им неожиданная находка!

«Что изменилось около елочки?**»**Дети внимательно осматривают  все  вокруг  елочки   и   запоминают  обстановку,   потом разбегаются в разные стороны. Взрослый в это время быстро меняет что-нибудь  вокруг елочки   (втыкает  в  землю  веточку, убирает шишки, срывает грибок и т. п.). По сигналу дети возвращаются

и стараются выяснить, что изменилось

«Пробежки**».**

В хорошую теплую весеннюю, летнюю или осеннюю погоду, когда одежда и обувь детей достаточно легкая и удобная, на свободной площадке можно провести разнообразные пробежки, перебежки, игры с бегом. На прогулке давайте ребенку различные задания, показав, как их нужно выполнять. Или делайте вместе с ним, так будет гораздо веселее.

1. Пробегите   в   спокойном   темпе   как   можно   дальше   и дольше.
2. Пробегите по краям площадки или по ровной дорожке, высоко поднимая колени.
3. Пробегите, забрасывая ноги назад, стараясь коснуться пятками ягодиц.
4. Начертите на дорожке линии, на расстоянии 1,5-2 м. Пробегите, перешагивая на

бегу линии.

Бежать, перешагивая через палки, рейки, положенные на землю или приподнятые на высоту 15-20 см

«Меньше шагов**».**

 Несколько детей становятся за линию и по сигналу взрослого бегут на противоположную сторону площадки до обозначенного чертой места  (примерно на расстоянии 5-6 м). Каждый из играющих старается делать шаги как можно длиннее и считает их. По окончании бега дети говорят,  кто сколько сделал шагов, и определяют, у кого их меньше.

Вначале взрослый предлагает пробежать установленное расстояние по очереди и сам считает шаги каждого ребенка, а затем дети делают это сами.

Вы можете также посоревноваться и вдвоем со своим ребенком.

«Перенеси предметы**».**

На земле чертят 2-4 круга (диаметром 50 см) на расстоянии 8-10 м. В один круг ставят несколько разных предметов (кегли, кубики, игрушки), другой остается свободным.  Ребенок становится у свободного круга и по сигналу взрослого начинает переносить сюда предметы по одному из  другого   круга.  Могут  играть   одновременно  две   команды. Со старшими дошкольниками эту игру можно провести с элементом соревнования: кто скорее перенесет предметы. В этом случае в игре принимают участие несколько детей или даже 2-3 группы. Тогда на площадке чертят круги по количеству играющих детей или групп, в каждый круг ставят одинаковое количество предметов. Если играют несколько детей, то взрослый следит, кто быстрее перенесет предметы и аккуратно поставит их в свободный круг.

Если играют группами, то количество детей в каждой группе должно быть одинаковым, а число предметов в кругах должно соответствовать количеству детей. По сигналу взрослого начинают бег дети, стоящие первыми в своих группах. Вторые могут бежать только тогда, когда первые прибегут, поставят предмет в свободный круг и каждый коснется следующего игрока своей команды рукой. В данном случае выигрывает команда, которая быстрее перенесет предметы и не нарушит правил.

«Бег наперегонки**».**

Бегать наперегонки можно по-разному. Побегать наперегонки вы можете вдвоем со своим ребенком, а можете включить в игру несколько детей.

Установите расстояние, на которое должны бежать дети. Они становятся в ряд за линией, не мешая друг другу. По сигналу все одновременно бегут до условленного места. Во время бега нельзя мешать бегущим рядом, толкаться, дотрагиваться руками. Прибежав за линию на противоположной стороне, дети не должны резко останавливаться, они поворачиваются и продолжают бежать, но в более спокойном темпе, а некоторые могут даже шагом возвращаться на место старта. После бега наперегонки дети немного должны отдохнуть; выполнять задание несколько раз подряд без отдыха не следует.

«Стой!»

Дети бегают по площадке в разных направлениях. По сигналу взрослого они должны остановиться и замереть, стараясь сохранить  равновесие  до  сигнала:   «Можно  бегать!»

«Догони 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.

«Парный бег**».**

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

«Встречные перебежки**».**

Две группы детей с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки  за линиями  в  шеренги (расстояние между детьми в шеренгах не менее шага). У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, желтые. По сигналу взрослого: «Синие!» – дети с синими лентами бегут на противоположную сторону. Стоящие напротив протягивают вперед ладошки и ждут, когда бегущие прикоснутся к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону, поворачивается и поднимает руку вверх.

«Пробежки со скакалкой**».**

1. Пробежать со скакалкой 25 шагов, не задевая ее. Задание выполняется на длинной, ровной дорожке.
2. Пробежать со скакалками вдвоем, втроем. Кто быстрее пробежит до линии и не заденет скакалку?
3. Пробежать под вращающейся длинной скакалкой, не задев ее.
4. Вбежать   под   вращающуюся   длинную   скакалку,   перепрыгнуть через нее и выбежать.

«Ловишки – перебежки».

Группа детей становится на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки также проведена черта. На середине, между двумя линиями, находится ловишка. После слов: «Раз, два, три – лови!» – дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит их. Тот, до кого ловишка сумеет дотронуться, прежде чем бегущий пересечет черту, считается пойманным и отходит в сторону. После 2-3 перебежек производится подсчет пойманных и выбирается новый ловишка.

«Простые ловишки**».**

 Дети находятся на площадке. Ловишка, назначенный взрослым или выбранный играющими с помощью считалки, становится на середине площадки. По сигналу: «Раз, два, три – лови!» – все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Когда будет запятнано 3-4 играющих, выбирается новый ловишка.

«Ноги от земли**!»**

Игра проводится так же как ловишки, но с условием: нельзя ловить тех детей, которые вовремя успели встать на какой-нибудь возвышающийся предмет – бревно, доску и др.

«Ловишки с приседанием**».**

В этой игре нельзя ловить того ребенка, который успел присесть.

«Ловишки на одной ноге**».**

 Ловишка не может ловить ребенка, который остановился на одной ноге, обхватив колено другой ноги двумя руками

«Третий лишний**».**

 Дети становятся по кругу по двое, один сзади другого. Расстояние между парами должно быть не менее 1-2 шагов. За кругом находятся двое водящих. Один из них убегает, другой старается догнать его. Убегающий ребенок, спасаясь от ловящего, становится впереди какой-нибудь пары. Если он успел вбежать в круг и встать, пока его не запятнали, его уже нельзя салить. Теперь должен убегать ребенок, который оказался третьим. Если догоняющий успел коснуться убегающего, то они меняются ролями.

В этой игре надо придерживаться таких правил: бегать только по кругу, не пересекая его, не хвататься за детей, стоящих в кругу, бегать не слишком долго, чтобы все могли включиться в игру. Если игроков мало, то можно встать не парами, а по одному. Тогда лишним будет не третий, а второй. В этом случае игру можно назвать «Второй лишний».

«Пустое место**».**

 Дети становятся по кругу плотно друг к другу, руки держат за спиной. Водящий становится за кругом. Он проходит сзади играющих, дотрагивается до кого-нибудь, а сам продолжает бежать вокруг круга. Ребенок, до которого дотронулся водящий, бежит вокруг стоящих по кругу детей в обратную сторону, стремясь быстрее водящего прибежать на свое место. Кто первый займет пустое место, тот и остается в кругу, а оставшийся без места водит. Во время бега навстречу нельзя наталкиваться друг на друга и трогать руками стоящих детей.

«Прыжки**»**

1. Можно предложить и другие виды упражнений:
2. Прыгать,   продвигаясь   вперед,   перепрыгивая   при   этом через линию длиной 4-5 м на одной ноге (на правой и левой поочередно).
3. Прыгать, продвигаясь вперед  (на расстояние 5-6 м), с зажатым между ног предметом  (мешочком с песком, с колечком, с деревянным бруском и т. п.).
4. Перепрыгивать на двух ногах через рейки, установленные на деревянных чурбачках высотой 25-30 см   (расстояние между рейками 1 м).
5. Прыгать на одной (правой, левой) ноге. Кто дальше!
6. Слегка разбежаться, вскочить на бревно и спрыгнуть с него на другую сторону.
7. С бревна спрыгнуть в кружок, нарисованный на земле. Можно прыгать в несколько кружков, нарисованных на разном  расстоянии от бревна.
8. Перепрыгнуть через бревно, опираясь руками.
9. Прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, по бревну  диаметром 20-30 см.
10. Разбежаться и прыгнуть в яму с песком. Кто дальше!
11. Разбежаться и прыгнуть через веревку, подвешенную на стойки. Кто выше! (Приземление обязательно в яму с песком, с опилками и т. п.)

«Лазание**».**

Если на площадке есть лестницы, стенки, трибунки для лазания, на них можно проделать разные упражнения:

1. Перебраться   на другую сторону   (лестницы, трибунки). Кто быстрее!
2. Пролезть между рейками трибунки.
3. Перелезть   через   верх   на   противоположную   сторону стенки.
4. Обойти трибунку, стенку кругом по перекладинам.
5. Лазать по веревочной лестнице.
6. Лазать по шесту, канату.

«Прыжки через веревку**».**

Дети становятся по кругу на небольшом расстоянии друг от друга. В центре круга –взрослый. Он вращает по кругу шнур (на высоте 10-15 см), к концу которого привязан мешочек с песком. Играющие внимательно следят за мешочком, при его приближении подпрыгивают на месте вверх, чтобы  мешочек не коснулся ног. Тот, кого мешочек заденет, делает шаг назад и выбывает временно из игры. Через некоторое время делается небольшой перерыв. Затем игра возобновляется, в ней снова участвуют все дети.

Сначала шнур вращают так, чтобы мешочек поднимался невысоко. Если дети легко справляются с заданием, мешочек можно поднять немного выше. Вращать шнур можно не только по часовой стрелке, но и против. Вместо мешочка на конец веревки можно привязать игрушку. И назвать игру, например, кого поймает утенок

«Прыжки с короткой скакалкой».

1. Прыгать через скакалку, вращая ее вперед, назад, с перекрестом.
2. Прыгать с короткой скакалкой на двух ногах, с между скоком, с ноги на ногу. Прыгать то на правой, то на левой ноге попеременно.
3. Перепрыгивать  через длинную  скакалку,  которую  вращают двое других детей.
4. Вбежать  под  вращающуюся  скакалку,  сделать  определенное  количество  прыжков  и  выбежать  из-под  нее.   Кто  ни разу не заденет!
5. Перепрыгивать через длинную скакалку вдвоем.

«Упражнения с обручем**».**

Детям нравятся игры с обручем. Подвижные игры с обручем развивают гибкость и координацию. Купите своему ребенку обруч и давайте различные задания, которые он может выполнять как дома, так и на улице.

1. Надеть обруч и покрутить на бедрах (хула-хуп).
2. Прыгать с большим обручем, как со скакалкой.
3. Прокатить обруч вперед и постараться обогнать его.
4. Катить обруч по ровной дорожке палочкой. Кто дольше не уронит!

«Мяч через сетку**».**

 Дети   (2-4)   становятся  по обе стороны сетки  (веревки)  на расстоянии  1,5 м   (сетка натянута на высоте несколько выше поднятых вверх рук). Они перебрасывают мяч через сетку друг другу разными способами: из-за головы или снизу от себя. Если играют четверо, то один ребенок бросает мяч через сетку на другую сторону, поймавший мяч перебрасывает его своему соседу, тот бросает снова через сетку.

В игру можно ввести счет.  На  какой стороне  мяч  меньше падал на землю, та сторона выиграла.

«Поймай мяч**».**

В игре участвуют трое играющих. Двое становятся на расстоянии не менее 3 м. друг от друга и перебрасывают мяч. Третий находится между ними и старается поймать мяч, пролетающий над ним. Если ему удается поймать мяч, то он становится на место ребенка, бросившего мяч, а тот занимает место водящего.

В игре может участвовать и большее число детей, тогда они становятся по кругу, а водящий – в центре. Дети перебрасывают мяч через круг, а водящий старается его поймать, когда он пролетает над кругом. После того как водящий поймает мяч, он меняется местами с ребенком, который бросал мяч.

«Мяч водящему**».**

 На земле проводятся две линии на расстоянии 3 м. одна от другой. За одну из них, в колонну по одному становятся играющие.  За другую линию, напротив них, становится водящий.  Он бросает мяч  ребенку, стоящему в колонне первым; тот, поймав мяч, возвращает его водящему и перебегает в конец колонны. В это время второй ребенок продвигается  к линии  и  повторяет те же движения. Если ребенок, стоящий в колонне, не поймал мяч, водящий бросает ему мяч еще раз, пока он не поймает его. Когда все дети бросят мяч, выбирается новый водящий.

Игру можно провести с элементом соревнования. В этом случае удобно играющим стать в две колонны и выбрать двух водящих. Успех зависит от умения детей бросать и ловить мяч. Если играющий роняет мяч, водящий бросает его повторно, но из-за этого колонна теряет время и может проиграть.

«Веревочка**».**

На землю кладут веревочку длиной не менее 1 м, на расстоянии 5-6 м от ее концов ставят флажки, кубики или другие предметы. Двое детей становятся у концов веревочки лицом к своим флажкам. По сигналу взрослого: «Раз, два, три – беги!» – дети бегут каждый к своему флажку, стараются обежать его как можно быстрее, вернуться к веревочке и дернуть ее за конец в свою сторону. Побеждает тот, кому это удалось сделать первым.

Вместо веревочки может быть положена на землю скакалка. При подборе пар для игры взрослый должен учитывать возможности детей.  Важно,  чтобы дети  в  парах  были  примерно равные по силам.

«Мяч вдогонку**».**

 Дети становятся по кругу. Взрослый  дает двум детям, стоящим в разных местах, по мячу. Затем он говорит: «Мяч вдогонку!» – и дети одновременно начинают передавать их товарищам. Если один мяч догонит другой, т. е. оба окажутся в руках одного ребенка, то он на некоторое время выходит из игры. Взрослый дает мячи другим детям, и игра продолжается. Взрослый следит, чтобы они передавали мячи быстро, но не пропускали игроков.

«Школа мяча**».**

Школа  мяча  представляет собой  систему упражнений, подобранных и выполняемых в определенном порядке. Упражнения могут быть простыми и более сложными. Их можно подобрать в соответствии с умениями и навыками детей владеть мячом.

Первая   группа  упражнений:

1. Бросить мяч вверх и поймать двумя руками.
2. Бросить мяч вверх и поймать одной правой рукой.
3. Бросить мяч вверх и поймать одной левой рукой.
4. Ударить мяч о землю и поймать двумя руками.
5. Ударить мяч о землю  и поймать одной  правой  рукой.
6. Ударить мяч о землю и поймать одной левой рукой.

Если ребенок, выполняя упражнения, уронит мяч, он передает его другому играющему и ждет своей очереди. Если же он выполнит все эти упражнения, то повторяет их, но с хлопками.

Вторая группа упражнений (у стены):

1. Ударить мяч о стену и поймать двумя руками.
2. Ударить мяч о стену и поймать одной рукой.
3. Ударить мяч о стену и поймать одной левой рукой.
4. Ударить  мяч о стену;  после того как он упадет на землю и отскочит, поймать его двумя руками.
5. Ударить   мяч о стену;  после того как он упадет и отскочит, поймать его одной правой, затем левой рукой.

Все эти упражнения  могут  выполняться с хлопками.

Третья  группа упражнений:

1. Ударить мяч одной, а поймать двумя руками.
2. Ударить мяч о стену, бросив из-за спины, и поймать.
3. Ударить мяч о стену, бросив из-за головы, и поймать.
4. Ударить мяч о стену, бросив из-под ноги, и поймать.
5. Ударить мяч о стену, повернуться на 360° и, после того как он упадет на пол и отскочит, поймать его.

Можно предложить ребенку выполнять эти упражнения с хлопками, а также ловить мяч правой и левой рукой.

«Раз, два, три – беги**».**

Веревочка длиной 4-5 м кладется на пол. На ее концы ставятся детские стульчики спинками один к другому, но так, что концы веревочки видны из-под стульев. Двое детей садятся на стулья. По сигналу взрослого: «Раз, два, три – беги!» –   они быстро встают со стульев и бегут каждый в левую сторону. Они стараются как можно быстрее обежать вокруг стульев, подбежать к своему стулу, сесть на него и дернуть за веревочку. Побеждает тот, кто сделает это первым.

«Сделай фигуру**».**

 Дети разбегаются по всей площадке. По сигналу взрослого они быстро останавливаются на месте и принимают какую-нибудь позу: приседают, поднимают руки в стороны и т. п. Взрослый отмечает, чья фигура интереснее. После нескольких повторений можно предложить детям придумать фигуры парами, тройками, а также из определенных исходных положений (только стоя, стоя на коленях, на четвереньках).

«Эстафета в мешках**».**

 Дети строятся в две колонны, расстояние между колоннами – 3 шага.  Перед колоннами проводится линия старта. Игроки, стоящие первыми, влезают в мешки.   По  сигналу  взрослого,  придерживая   мешки   руками  у пояса, они бегут до определенного места (обозначенного флажком, палочкой или другим предметом). Обежав его, дети возвращаются к своим колоннам, вылезают из мешков, передают их следующим. Так повторяется до тех пор, пока все дети не пробегут в  мешках.  Выигрывает та  колонна,  игроки которой быстрее выполнят задание.

«Бег со связанными ногами**».**

 Дети  становятся  парами  за линией, им связывают ноги – правую ногу одного с левой другого. Так со связанными ногами они должны пройти или пробежать установленное расстояние или добежать до стула, поставленного  на  расстоянии  3-4  м,  обежать  его  и  вернуться обратно за линию. Пара, выполнившая задание первой, выигрывает.

«Ударь по мячу**».**

 В небольшую лунку кладут мяч, на расстоянии   3 м   от   мяча   проводят  линию.   Ребенок,   желающий ударить по мячу, подходит и становится к нему спиной. Затем он отходит от мяча за линию, считая при этом, сколько шагов от линии до мяча. После этого взрослый завязывает ребенку глаза, предлагает повернуться лицом к мячу, затем подойти к нему и ударить ногой.

Вариант игры. Ребенку предлагают измерить расстояние от линии до мяча шагами. После этого он становится за линию лицом к мячу. Взрослый завязывает ребенку глаза марлевой повязкой или надевает на голову бумажный колпак, закрывающий все лицо. По сигналу ребенок делает оборот кругом (на 360°), направляется к мячу, чтобы ударить по нему ногой.

Как в первом, так и во втором варианте игры детям редко удается правильно повернуться и точно ударить по мячу. Удар мимо мяча вызывает смех наблюдающих за игрой. Взрослому важно знать индивидуальные особенности детей и выбирать на первых порах для выполнения задания тех, кто активен, не боится неудач, понимает шутку.

«Дай кролику морковку**».**

Для игры нужна мишень (щиток на подставке), на которой нарисована голова кролика. Играющий становится в 4-5 шагах от мишени, ему завязывают глаза и дают в руки морковку. Ребенок должен подойти к кролику и дать ему морковку. Выигрывает тот, кому это удастся сразу.

«Напои лошадку**».**

Ребенок становится на расстоянии 4-5 м. от лошадки-игрушки. Ему дают в руки ведерко и завязывают глаза. Надо подойти к лошадке и напоить ее из ведра (поднести ведро к морде лошади).

«Классы**».**

Весной, как только появятся просохшие участки земли на площадке или на асфальте, старшие дошкольники, особенно девочки, с интересом играют в «классы». Эта игра требует умений прыгать на одной (правой или левой) ноге, хорошо ориентироваться на ограниченной площадке, соразмерять свои прыжки с размером клеток. В то же время в этой игре развиваются глазомер, меткость, умение попадать плоским камешком, плиткой в горизонтальную цель.

На земле чертят обычные «классы» из 6-8 клеток (в 2 ряда по 3-4 клетки), у последней клетки рисуется полукруг – «огонь». Ребенок бросает плоский камешек, плиточку в первую клетку, а затем прыгает в нее на одной ноге. Он должен здесь остановиться, взять камешек и продолжать прыгать до конца. Затем прыжки начинают, забрасывая камешек во вторую клетку, и т.д.

Играют в классы по нескольку человек, по очереди. Если ребенку не удалось попасть камешком в нужную клетку или во время прыжков он наступил на линию, то игру продолжает следующий игрок. Если же камешек упадет в «огонь» или ребенок наступит ногой на линию «огня», то он должен начать игру сначала – бросать камешек, начиная с первой клетки.   
Первый вариант игры «Классы» можно усложнить за счет того, что дети не берут в руки брошенный ими камешек (или плитку), а передвигают ногой из клетки в клетку. Если ребенку не удалось передвинуть камешек через линию, то игру продолжает другой. Игра заканчивается, когда ребенок попадет камешком во все клетки удачно.

Клетки-«классы» могут быть расположены и по-другому, например, в чередовании по одному и по два или по кругу «улиткой». Принцип игры остается тот же.

«Пробежки в воде».

В нежаркую погоду можно организовать пробежки:

1. Пробежать за взрослым или друг за другом по рыхлому   (или влажному)  песку, ступая по следам,  оставленным впереди бегущим.
2. Пробежать друг за другом вдоль берега по мелкой воде, поднимая брызги.
3. Пробегать по одному, группами и всем вместе по колени в воде, поднимая ноги над водой.

Бежать вдоль берега в воде по колени спиной вперед

«Смельчаки**».**

Дети  встают в 2-3  м  от воды  в  шеренгу. По сигналу взрослого все вбегают в воду по пояс, по грудь и с разбега падают в нее. Затем встают и, взявшись за руки с рядом стоящими товарищами, выбегают из воды.

«Море волнуется**».**

Дети становятся в колонну по одному в воде по пояс. По команде взрослого: «Море волнуется!» — они разбегаются в  произвольном  направлении, окунаются,  руками поднимают волны. После слов взрослого: «Ветер стих, море успокоилось!»— ребята быстро занимают свои места в колонне. В игре можно использовать и построение в шеренгу, в круг, в два круга.

«Невод».

Играющие делятся на рыбаков (двое детей) и рыбок.  Рыбаки  берутся  за  руки,  по сигналу взрослого  бегут за одной из рыбок, стараясь окружить ее.  Пойманная  рыбка становится рыбаком и присоединяется к ловящим, и так образуется длинный невод. Ловящим надо крепко держаться за руки, так как разорванным неводом рыбу ловить нельзя.

Игра кончается, когда все рыбы будут переловлены.

«Ловишки в воде**».**

Игра проводится па  мелком  месте. Назначенный  взрослым  водящий  старается   поймать  убегающих от него детей  (дотронуться рукой). Окунувшегося в воду ловить нельзя. Когда будет поймано определенное число детей, назначают другоголовишку

«Аисты**».**

На мелком месте детям можно предложить постоять на одной ноге, подняв вторую ногу, согнутую в колене, над водой (как аист). Кто простоит дольше?

«Прыжки в воде**».**

На мелком месте в воде подпрыгивать на двух ногах, пытаясь выскочить выше ее поверхности.

1. Встать на берегу у самой воды в шеренгу. По сигналу взрослого всем вместе или по очереди постараться прыгнуть в воду как можно дальше.
2. От линии берега совершить подряд три прыжка, стараясь продвинуться в воде как можно дальше. Задание выполняют по очереди все играющие.
3. То   же    можно   проделать всем  вместе.  Победителем  будет тот,  кто  продвинется  дальше  от берега в результате 3-5 прыжков.

«Сядь и встань**».**

На глубине воды по колени или по  пояс предлагается сесть и  встать без помощи  рук   (не опираясь руками о дно).

«Уточки».

Присев в воде, дети передвигаются вдоль берега, покачиваясь с боку на бок и хлопая по воде руками

«Удочка**».**

Дети становятся на мелком месте в круг. В центре круга располагается взрослый, у него в руках удочка — веревка с мячом на конце. Взрослый кружит удочку так, чтобы мяч пролетал над самой поверхностью воды. Дети, к которым приближается удочка, подпрыгивают повыше, чтобы не задеть ее

«Усатый сом**».**

Выбирают водящего – сома, все дети становятся шеренгой лицом к берегу в воде по пояс. Взрослый произносит:

Рыбки, рыбки, не зевайте!

Поскорее уплывайте.

Сом усами шевелит,

Все на берег, он не спит!

Последние слова служат сигналом, по которому дети выбегают на берег. Сом может осалить только в воде, на берег ему выходить нельзя. Игра повторяется 2-3 раза, затем играющие меняются ролями. Дети подсчитывают, какой сом поймал больше рыбок.

«Фонтан».

Четверо или более играющих образуют на мелком месте круг. Затем они садятся на дно, опираются сзади руками и вытягивают ноги. По сигналу   взрослого все одновременно начинают поднимать и опускать ноги, поднимая фонтан брызг.

«Морской бой**».**

Дети становятся в парах лицом друг к другу на глубине по пояс на расстоянии 1-2 шагов. По указанию взрослого они начинают брызгаться, стараются заставить противника отступить. Бой заканчивается по сигналу взрослого, а затем после небольшого перерыва возобновляется.

«Дельфины**»**.

Дети произвольно располагаются в воде. Они присаживаются, погружаясь с головой под воду, потом выскакивают из нее. Затем задание усложняется: выпрыгивая из воды,  дети взмахивают руками вверх и ныряют головой вперед.

«Нырни в круг**».**

На поверхности воды плавает надутый резиновый круг или пластмассовый обруч. Ребенок погружается с головой в воду, подплывает или подходит под круг и встает, продев в него голову.

«Сядь на дно**».**

Встав в воде по пояс, ребенок совершает глубокий вдох, задерживает дыхание и старается спокойно сесть на дно. Однако не каждому это удается, так как вес тела ребенка на вдохе меньше веса вытесненной им воды, поэтому вода выносит его на  поверхность.  Чтобы  выполнить задание успешно, надо слегка подпрыгнуть и погружаться в воду стремительно.

«Водолазы**».**

Взрослый опускает на дно несколько хорошо заметных под водой предметов   (ярких игрушек, металлических тарелок и т. п.). Играющие но очереди ныряют, доставая предметы со дна. Игры и задания с открыванием глаз в воде проводятся только в чистой и прозрачной воде, с ровным дном.

«На буксире**».**

Взрослый берет ребенка за руки и идет, а затем бежит спиной вперед, таща его за собой («буксир тащит баржу»).

«Тачка**».**

 На мелком месте ребенок ложится на воду и опирается руками о дно. Взрослый берет его за голеностопные суставы (правой рукой за правую  ногу, левой рукой за левую, ноги разведены), несколько приподнимает их над поверхностью воды. Ребенок передвигает по дну руками, взрослый «ведет» его сзади. Нельзя при этом поднимать ноги ребенка слишком высоко или идти слишком быстро.

«Коробочка**».**

Присев, ребенок руками охватывает голени (подбородок на поверхности воды). Сделав глубокий вдох, он должен задержать дыхание и опустить голову под воду («у коробочки закрыли крышечку»).

«Поезд в туннель**».**

Играющие изображают поезд: они становятся друг за другом, положив руки на пояс впереди стоящему. Поезд медленно движется вперед. Двое детей, взявшись за руки и подняв их вверх, образуют туннель. Чтобы проехать через туннель, дети, изображающие поезд, поочередно погружаются с головой в воду. После того как поезд пройдет туннель, ребята, изображавшие туннель, пристраиваются к концу поезда. Двое детей, стоящие первыми, отделяются от поезда и образуют новый туннель.

«Брод**».**

На мелком месте на дне на расстоянии 60-80 см раскладываются   4-5   предметов (камни,   резиновые  кольца и пр.). Это условное место переправы через реку. Ребенок передвигается по дну на руках, ориентируясь по разложенным предметам. Для того чтобы установить правильность направления передвижения (отклоняться от брода нельзя), ребенок неоднократно опускает голову в воду, отыскивая следующую веху на своем пути.

«Медуза**».**

Для выполнения упражнения надо сделать глубокий  вдох, задержать дыхание и, наклонившись вперед, медленно лечь на воду. Лежать следует расслабленно, без движений, считая про себя до 5-10.

«Водяной паучок**».**

Сделав глубокий вдох, ребенок ложится на воду лицом вниз и раскидывает руки и ноги в стороны. В этом положении надо постараться пролежать на воде, досчитав про себя до 5.

«Тюлени».

На мелком месте из положения упор лежа спереди ребенок, слегка оттолкнувшись вверх, отводя руки назад до бедер, пытается скользить вперед. Голова при этом остается опущенной в воду

«Винт**».**

В скольжении ребенок совершает повороты с груди на спину и наоборот.

«Торпеда**».**

Двое ребят ложатся спиной на воду друг против друга, берутся за руки, сгибают ноги и упираются ступнями. В следующий момент оба отпускают руки и одновременно отталкиваются  ногами, скользят по поверхности воды на спине.

«Катание на кругах**».**

Ребенок садится или ложится на надувной резиновый круг и катается на нем, как на лодочке подгребая руками.

«Стрелка с мотором**».**

Во время скольжения на груди (или на спине) ребенок совершает легкие движения ногами вверх-вниз, вспенивая воду.

«Водяные цветы».

Стоя в кругу, дети берутся за руки и рассчитываются на первый-второй. Первые номера остаются стоять и поддерживают за руки вторые номера, которые ложатся на спину ногами внутрь круга и проделывают ими легкие движения вниз-вверх, вспенивая носками воду. Через некоторое время играющие меняются ролями

«А ну, попробуй!»

1. Попытаться сесть в воде на большой мяч верхом и удержаться в таком положении.
2. Лечь на спину и лежать на воде, прижимая к груди мяч пли пенопластовую доску. Поплавать в таком положении, совершая  движения ногами.
3. Поплавать на животе, прижимая к груди доску или надувную игрушку.
4. Нырнуть под плавающий на поверхности воды резиновый круг или надувной матрац.
5. Попытаться проплыть 25 м.

«Играем в камешки**».**

Во время прогулок на участке или у воды можно предложить детям поиграть в камешки, шишки, ракушки. Взрослый предлагает веселые, но простые для отгадывания загадки. Для того, кто отгадал, взрослый на песке рисует палочкой контур любого предмета или названного в отгадке, например шарик, бабочку, лодочку, цветок, солнышко. Дети выкладывают каждый свой рисунок камешками или шишками.

«Плавучая стрелка**».**

На глубине по пояс ребенок присаживается и  вытягивает руки вперед. Оттолкнувшись от дна одновременно двумя ногами, он скользит по воде вдоль берега. Ноги при этом вытянуты, голова опущена в воду. Когда скольжение закончится, ребенок встает.

«Упади, не бойся**».**

Встав в воде по грудь, надо расставить ноги врозь, руки поднять вверх, сделать вдох и, задержав дыхание, упасть вперед на воду, вытянуться. Полежать, сделать медленный выдох и встать. Чтобы было удобнее вставать, сперва лучше согнуть ноги и подтянуть их к груди.

«Веселые соревнования**».**

Играющие становятся в 3-4 колонны у общей черты на расстоянии 2-3 шагов одна от другой. В каждой колонне одинаковое число играющих. Перед каждой колонной прочерчена «дорожка» из двух параллельных линий длиной 3 м. (расстояние между линиями 20-25 см.). Далее через «дорожки» проведены две перпендикулярные линии на расстоянии 70-80 см. («канавки»), и затем на небольшом расстоянии от них лежат обручи. По сигналу взрослого первые дети бегут по дорожкам, перепрыгивают «канавки», подбегают к обручам, берут их, надевают на себя и опускают на землю. После этого они быстро возвращаются в конец своей колонны. Прибежавшему первым, дают флажок или другой значок. Колонна, у которой больше флажков, считается победившей.

Можно играть и по-другому. Первые дети, выполнив задания, возвращаются, при этом они должны коснуться рукой вторых игроков и стать в конец колонны. Вторые игроки бегут сразу же, как только до них дотронулись. Цель соревнования – какая колонна быстрее выполнит задание.

«Перевозка урожая**».**

Дети строятся в 2-3 колонны по несколько человек за линией на одной стороне площадки. На противоположной стороне площадки начерчена вторая линия. Первые игроки каждой команды держат в руках тачку, сбоку от них лежат мешки (наполненных сеном, соломой, опилками и т. п.). Количество мешков равно количеству игроков.  По сигналу взрослого первый игрок должен быстро положить на тачку один мешок и отвезти его за линию на другой стороне площадки, затем быстро вернуться обратно, передать тачку второму и стать в конец колонны. То же самое повторяют другие играющие до тех пор, пока все мешки не будут перевезены за линию.

Выигрывает та команда, последний игрок которой первым прибежит с пустой тачкой к линии старта.

Игру можно усложнить, поставив на пути кегли, тумбы, которые дети должны обегать, перевозя мешки.

«Эстафета парами**».**

Дети становятся  в 2  колонны   парами за  линию  на  одной  стороне  площадки,  количество   пар   в   колоннах должно быть одинаковым. На противоположном стороне площадки   (на  расстоянии  6-8 м.)   поставлены  какие-либо предметы  (кубы, деревянные чурбачки). По сигналу взрослого первые пары, взявшись за руки, бегут к кубам, обегают 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 выполнят задание и во время бега не разъединят руки.

«Коршун и наседка**».**

 В игре участвуют несколько  детей. Один из играющих выбирается коршуном, другой –   наседкой. Остальные дети – цыплята, они становятся за наседкой, держась друг за друга, а стоящий впереди – за наседку. На противополож­ной стороне площадки очерчивается кружок - гнездо коршуна. По сигналу взрослого  «Коршун!»  ребенок-коршун  вылетает из гнезда и старается поймать цыпленка, стоящего последним в колонне.  Наседка,  распустив  крылья   (вытянув  руки  в  стороны), защищает своих цыплят, не дает коршуну схватить цыпленка. Все цыплята следят за движениями коршуна и двигаются за наседкой, не отрываясь друг от друга, стараясь помешать коршуну поймать последнего.

Пойманного цыпленка коршун отводит к себе и гнездо. Когда он поймает 2-3 цыплят, на роли коршуна и наседки выбираются другие дети.

Если играющих больше 10 человек, можно играть двумя группами по очереди. Можно играть и одновременно (при наличии достаточного места) двумя группами.

Правила игры: наседка не должна хватать коршуна руками, она может только преграждать ему путь; коршун вылетает из гнезда только после сигнала взрослого; во время ловли цыпленка коршун не должен хватать наседку за руки.

«Колпачок и палочка**».**

 Играющие становятся в круг. С помощью считалки выбирается водящий, он получает палочку и становится на середине круга. Взрослый надевает ему на голову  красивый  колпак так, чтобы он доставал до носа. Дети, держась за руки, бегут по кругу и говорят: «Раз, два, три, четыре, пять – будет палочка стучать». Водящий в это время стучит палочкой об пол. С последним словом дети останавливаются, а водящий протягивает палку в сторону детей. Тот, на кого укажет палка, берется за ее конец и называет водящего по имени, а водящий отгадывает, кто его назвал. Игра продолжается с новым водящим.

«Ключи**».**

Играющие дети встают в кружки, начерченные на земле. Водящий подходит к любому из играющих и спрашивает: «Где ключи?» Тот отвечает: «Пойди к Саше (Сереже) постучи». Во время этого разговора играющие стараются поменяться местами. Водящий должен быстро занять кружок, свободный во время перебежки. Если он долго не сможет занять кружка, то может крикнуть:  «Нашел ключи!»  Все играющие должны  при  этом   поменяться  местами,  и  водящий  занимает чей-нибудь кружок. Ребенок, оставшийся без места, становится водящим.

«Краски».

Играющие сидят на скамейке (на бревне, поваленном дереве).  Выбираются продавец и покупатель,  покупатель отходит в сторону. Дети договариваются с продавцом, кто какой краской будет. Приходит покупатель и говорит:  «Стук, стук, стук». –  «Кто там?» – спрашивает продавец.  Покупатель называет свое имя (Вова, Катя). «Зачем пришел?» – «За краской». – «За какой?» – «За красной (синей, желтой и пр.)». Если такая краска есть, продавец говорит, сколько она стоит (в пределах 10), и покупатель столько раз хлопает продавца по вытянутой вперед ладони.  С  последним  хлопком  ребенок,  изображающий названную краску, убегает, а покупатель его догоняет и, поймав, отводит в условленное место.

Если названной краски не окажется, продавец говорит покупателю: «Скачи по красной (синей и т. д.) дорожке на одной ножке». Покупатель прыгает на одной ноге до условленного места и возвращается. Игра продолжается. Дети меняются ролями по очереди.

«Серсо».

Дети становятся друг против друга на расстоянии 4-5 м. У одного в руках палочка и 4-5 колец – деревянных или пластмассовых (диаметром 20 см), у другого – только палочка. Первый ребенок с помощью палочки подбрасывает кольца одно за другим второму, тот ловит их на палочку. Если дети не могут сразу подбрасывать и ловить кольца с помощью палочки, можно сначала подбрасывать их рукой. Выигрывает тот, кто больше поймает колец.

«Кольцеброс**».**

 Для   игры   нужны  деревянная   подставка   с  вбитыми в нее колышками и кольца, которые набрасываются на колышки. Подставка может быть в форме щита или крестовины размером  1X1  м. Колышки высотой 25 см. укрепляются по краям  (на концах перекладин) и в центре. Кольца  (диаметром 20 см.)  могут быть пластмассовыми, вырезанными из фанеры, в количестве 8-10 штук. Подставка (кольцеброс) устанавливается на ровной площадке или на веранде. На расстоянии 2 м. от нее проводят одну линию, на расстоянии 3 м  –  вторую. Можно купить пластмассовый кольцеброс в магазине.

Играющие договариваются, по скольку колец будет бросать каждый, становятся в порядке очередности за первую линию и набрасывают кольца на колышки. После того как все игроки выполнят задание, подсчитывают, кто больше колец набросил на колышки. Затем дети переходят за вторую линию и бросают кольца оттуда.

Если набрасывание колец на колышки затрудняет большинство детей, можно вначале уменьшить расстояние до 1,5 м.

Кольцебросы могут быть и настольными, значительно меньших размеров, для игры в ненастную погоду в помещении.

«Бабки».

Старинная   народная   игра   «Бабки»   основана на попадании в цель. Раньше для этой игры использовали надкопытные  суставы  ног  домашних  животных  – бабки.   Отсюда и произошло название игры, которое сохранилось до сих пор. В настоящее время имеются в продаже деревянные бабки и биты.

Двое детей делят бабки и биты поровну. Свои бабки они устанавливают на одной линии (через 5 см), между бабками одного и второго играющего имеется небольшое расстояние. В 3 м. от первой линии чертят вторую, с которой дети по очереди выбивают бабки. Выигрывает тот, кто выбьет свои бабки первым.

Можно предложить и другой вариант игры. Все бабки устанавливаются рядом, и детям дается задание выбить, как можно больше бабок определенным количеством бит.

«Городки».

Городки – старинная   народная   игра,   она   доступна и старшим дошкольникам. Для игры нужны палки-биты и  городки.   Для   детей   биты должны быть 50-70 см., городки – 12-20 см., сечение городка – 4-5 см. На земле чертят квадрат, стороны которого 1-1,5 м., – это «город». На расстоянии 6- 8 м. от города проводят линию (кон), с которой играющие начинают бросать биты. Городки в виде различных фигур расставляют на лицевой линии города. Каждый играющий получает две биты и бросает их одну за другой, стараясь выбить городки из города.

В начале игры биты бросают с кона, а затем, когда из фигуры выбьют хотя бы один городок, играющие подходят ближе и бросают биты с полукона (с расстояния 3- 4 м). После того как будут выбиты все городки фигуры, ставится новая фигура.

По правилам игры соблюдается определенное количество и порядок фигур. В игре дошкольников это не имеет значения. О количестве фигур дети договариваются перед игрой (их может быть 3-4). Наиболее интересны такие фигуры: колодец, самолет, пушка, забор, рак, козел, бочка. Выигрывает тот, кто выбьет городки всех фигур, совершив меньшее количество бросков бит. Детям 6-7 лет не рекомендуется играть подряд более 2- 3 партий.

Детям нужно показать способы бросков биты. При бросании биты играющие становятся за линию кона лицом к городу. При броске правой рукой левую ногу ставят впереди, правую  –  на шаг сзади, носком наружу. При замахе тяжесть тела переносится на правую ногу. Вместе с броском биты происходит выпад левой ногой вперед, тяжесть тела переносится на левую ногу. При этом туловище энергично поворачивается в левую сторону. Бросать биту надо плавно, придавая ей медленное вращательное движение.

При устройстве площадки, где дети будут играть в городки, следует учесть, что место для игры в городки должно быть в стороне от других игровых площадок. Для задержания бит и во избежание несчастных случаев позади площадки (на расстоянии 3 м. от нее) ставится забор или сетка высотой не менее 1 м.



«Наперегонки».

Дети строятся в 3-4 колон­ны с равным числом играющих у линий, на одной стороне площадки. Воспитатель стоит у линии на противоположной стороне (на рас­стоянии 20-30 м от первой). По сигналу воспитателя дети, стоящие в колоннах первыми, бегут наперегонки до второй линии. Кто пере­сек линию первым – победитель. Затем бегут следующие. Игра пов­торяется 2-3 раза.

«Кролики».

На одной стороне рисуются кружки – клетки кроликов. Перед ними ставятся стульчики, к которым вертикально привязываются обручи. На противоположной стороне ставится стул – дом сторожа, на котором сидит воспитатель. Между домом и клетками кроликов – луг. Дети маленькими группками, по 3-4 человека, становятся в кружки.

«Кролики сидят в клетках», – говорит воспитатель; дети присаживаются на корточки. Воспитатель, выполняющий роль сторожа, поочередно подходит к клеткам и выпускает кроликов со словами: «Погуляйте, поешьте травки!» Кролики пролезают в обручи и начинают бегать и прыгать.

Через некоторое время воспитатель говорит: «Бегите в клетки». Кролики бегут домой, и каждый возвращается в свою клетку, пролезая снова в свой обруч.

Кролики до тех пор находятся в клетке, пока сторож снова их не выпустит.

«Через речку по бревну».

Дети делятся на две-три команды с равным числом участников (количество команд «висит от числа имеющихся на площадке бревен, которые в крайнем случае можно заменить скамейками). Команды стоят на расстоянии 1-2 м в колоннах перед бревнами. Впереди у детей речка, которую можно перейти по бревну. По команде воспитателя дети один за другим переходят (бегут) на другой берег реки. Следующий ребенок вступает на бревно, когда его покидает предыдущий. По­беждает команда, в которой меньше участников упало в воду. Игра повторяется 3-4 раза.

«Мяч водящему».

Играющие стоят в 3-4 колон­нах у черты. Впереди на расстоянии 2-2,5 м проводится еще черта, у которой стоит водящий от каждой колонны. В руках у водящих мячи. По сигналу воспитателя они бросают мяч детям, стоящим в колоннах первыми; те, поймав мяч, возвращают его водящим и бе­гут в конец своей колонны. Следующие игроки подходят к черте иловят мячи от водящих. Если ребенок не поймал мяч, водящий поднимает его и бросает до тех пор, пока мяч не будет пойман. По­беждает колонна, в которой дети лучше выполняли упражнение. Игра повторяется 2-4 раза, каждый раз с новым водящим.

«Отмерялки».

Дети делятся на 4-5 команд.

Команды в колоннах стоят у одной черты. Дети, стоящие первыми, по сигналу воспитателя прыгают с места в длину. По их пяткам про­водится черта, от нее прыгает следующий и т. д. Побеждает коман­да, последний игрок которой оказался дальше других.

«Волк во рву».

Посередине площадки двумя шнурами обо­значается ров шириной 1 м. С одной стороны ото рва дом, где на­ходятся зайцы (дети), а с другой стороны – поле. Во рву волк. По сигналу воспитателя: «Зайцы, в поле!» – дети бегут в поле, перепры­гивая через ров. Волк внимательно следит за зайцами и забирает | себе упавших в ров (наступивших ногой на землю между шнурами). По сигналу воспитателя: «Зайцы, домой!» – дети бегут домой, снова перепрыгивая через ров. Через 2-3 повторения игры ширина рва увеличивается на 5 см и выбирается новый водящий. Игра повторя­ется 4-5 раз.

«Пройди под шнуром».

Дети строятся в 3-4 колонны у черты. Перед каждой колонной на расстоянии 10-15 м стоят гимнастические скамейки широкой частью вниз. За скамейка­ми на расстоянии 2 м на высоте 1 м на стойках натягивается шнур, еще через 2 м лежат мячи. По сигналу воспитателя дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к скамейкам, проходят по узким рейкам, затем в полуприседе с прямой спиной под шнуром и вокруг мяча, снова под шнуром и идут по рейке. Подбегая к своей колонне, дотра­гиваются до ладони вытянутой вперед руки следующего ребенка и уходят в конец колонны и т. д. Побеждает команда, правильно вы­полнившая упражнение. Игра повторяется 3-4 раза.

«Стой-беги».

Дети стоят свободно вокруг воспитателя. Воспитатель подбрасывает вверх мяч и называет имя одного из играющих. Дети разбегаются по площадке. Названный ребенок ловит мяч и кричит: «Стой!» Все убегающие должны тут же остано­виться (замереть). Водящий бросает мяч в ноги ближайшего ребенка. Если мяч попал, то осаленный в свою очередь бежит за мячом и, поймав его, кричит: «Стой!» А если водящий промахнулся

«Не урони мешочек».

Дети строятся в 4 колонны *у* черты. Перед каждой колонной в рад лежат по 4 мяча на расстоя­нии 1 м друг от друга. В руках у детей, стоящих в колоннах первыми, мешочки. По команде воспитателя они кладут мешочки на голову, идут змейкой между мячами, возвращаются обратно и передают ме­шочек следующему ребенку, а сами занимают место в конце колонны и т. д. Побеждает команда, лучше выполнившая упражнение ила закончившая эстафету первой. Игра повторяется 3-4 раза.

«Футбол».

На противоположных сторонах площадки обозначаются ворота шириной 1,5-2 м (кубиками, мешочками). Дети делятся на 2 команды, которые ведут по площадке мяч, стараясь по­пасть в ворота. Ворота каждой команды защищают вратари. (Игро­кам запрещается толкаться и ударять по ногам; за нарушение – удаление.) Выкатившийся за пределы площадки мяч вводится с боку игроком противоположной команды. Игра продолжается 5-6 мин.

«Гуси-лебеди».

За каким-либо предметом прячутся 2 волка, а в про­тивоположной стороне площадки чертится линия, за кото­рой находятся гуси. После слов ведущего: «Гуси-лебеди, гулять!» – гуси выходят и постепенно подходят к горе, т.е. предмету, за которым прячутся волки. В этот момент ведущий дает сигнал: «Гуси-лебеди, домой – серый волк за горой!», гуси бросаются назад, к домику, а волки пыта­ются их поймать. Пойманных ведущий подсчитывает, и они возвращаются к остальным гусям. После 2-3 повто­рений выбирают новых волков. Те из волков, которые за время игры сумеют поймать гусей больше других, – побе­дители.

«Теремок».

Играющих может быть любое число, но не меньше 6 человек. Дети договариваются, кто будет мышкой, лягушкой, зайцем, лисой, волком и медведем. Всех животных может быть по нескольку, только медведь-ловишка должен быть один (он выбирается с помощью считалочки). Все играющие берутся за руки, идут по кругу и говорят или поют:

Стоит в поле теремок, теремок,

Он не низок, не высок, не высок,

Вот по полю, полю мышка бежит,

У дверей остановилась и стучит.

Все дети- мышки вбегают в круг и говорят:

Кто-кто в теремочке живет,

Кто, кто в невысоком живет?

Никто не отвечает и они остаются в кругу. Остальные дети снова идут по кругу ( теперь в другую сторону) и снова говорят те же слова, но вместо мышки называют лягушку.

Каждый раз названные дети выбегают в круг и спрашивают:

Кто-кто в теремочке живет,

Кто, кто в невысоком живет?

Им отвечают все, стоящие внутри круга:

Я мышка-норушка…

Я лягушка – квакушка….А ты кто?

Услышав соответствующий ответ, говорят: «Иди к нам жить».

Остается один медведь. Он ходит вокруг собравшихся вместе животных и на их вопрос: «А ты кто?» – говорит: «А я- мишка – всех ловишка».

По окончании его слов все бегут в условное место, и медведь их ловит. Пойманным детям медведь сам говорит, кто из них кем будет при повторении игры; остальные роли распределяются по желанию. Участникам игры хорошо надеть соответствующие шапочки.

Медведь выбирается тем же порядком, и игра продолжается.

«Перебежки со снежками».

На двух коротких противоположных сторонах площадки линиями, проведенными на расстоянии 1-1,5 м от краев, обозначаются два города. Половина детей нахо­дится в одном из них. Параллельно двум другим сторонам площадки проводятся две линии на расстоянии 6-7 м друг от друга. Вдоль этих линий (по обеим сторонам) на равном расстоянии друг от друга стоит другая половина детей. Они лепят по 6-7 снежков (если погода не позволяет, то используют мешочки с песком). Дети первой группы по одному начинают перебегать из одного города в другой. Дети, стоя­щие сбоку, стараются попасть снежком (мешочком) в перебегающе­го. Целиться в голову запрещается. После 2-3 перебежек из города в город дети меняются местами. Выигрывает команда, сумевшая попасть в большее число перебегающих

«Ловишки» (салки)

Выбирается ловишка. По сигналу воспитателя:

Раз, два, три,

Раз, два, три,

Ну скорее нас лови!

Дети разбегаются по залу (площадке). Ловишка их ловит, дотрагиваясь рукой. Пойманные отходят в сторону. Когда будет поймано 2-3 детей, выбирается другой ловишка. Игра повторяется 2-3 раза.

«Снежные круги».

Дети делятся на 4 коман­ды и выстраиваются у черты. На расстоянии 3 м перед каждой коман­дой находятся мишени. Дети берут по 2 снежка. По команде воспитателя все бросают снежки. Побеждает команда, у которой оказы­вается больше попаданий. Игра повторяется 4-6 раз. Если снег липкий, то используется другой вариант игры. Де­ти выстраиваются у черты. По команде воспитателя они лепят снеж­ки и сразу же бросают их в мишень. Игра продолжается до тех пор, пока одна из команд полностью не залепит снегом свой круг.

«Снежный тир».

Строят снежную стенку или вал. На верхний край ставят кубики, кегли, игрушки и другие предметы. Заго­тавливают снежки. Побеждают те, кто сумеют сбить боль­ше предметов за пять выстрелов.

«Снежные бабы».

В игре может участвовать несколько команд. Пред­варительно скатав из снега комы для снежных баб, каж­дая команда устанавливает их на одной лини. Самый боль­шой ком кладется на землю, на него средний, а самый ма­ленький, изображающий голову, – сверху. Прикреплять головы не нужно, чтобы их было легче сбить снежками. На расстоянии 10-12 шагов обозначают черту метания. В течение 5 минут игроки каждой команды заготавливают для себя снежки. Затем они располагаются за этой чер­той. По сигналу ведущего каждая команда начинает ме­тать снежки в свою бабу, стараясь сбить ее голову, побеж­дает команда, которая быстрее выполнит эту задачу. Од­нако заканчивают игру лишь тогда, когда все команды со­бьют головы своих снежных баб.

«Маленький хоккей».

Две команды в составе от 3 до 5 игроков в каждой стараются загнать клюшками шайбу или небольшой мяч в ворота друг другу, отмеченные флажками или столбика­ми из снега. Побеждает команда, которая первой загонит 3 раза шайбу в ворота противника.

«Хоккейная эстафета».

Дети разбиваются на две команды. На расстоянии 15-20 м от стартовой линии ставятся два контрольных ориентира (флажки, снежные столбики или комки) в 5 м один от другого.

Команды выстраиваются в затылок за стартовой линией, каждая напротив своего контрольного ориентира. Первые и вторые номера обеих команд держат в руках по хоккейной клюшке, а первый номер еще и хоккейный мяч (или шайбу).

По сигналу ведущего первые номера с места ведут мяч, огибают контрольный ориентир и гонят мяч обратно к стартовой линии. Но надо, чтобы участник вел мяч, а не посылал его ударом вперед.

Когда мяч коснется стартовой линии, эстафету при­нимает второй номер. А в то время первый номер переда­ет клюшку третьему номеру. Так, ведя мяч и передавая клюшки, вся команда пробегает маршрут эстафеты. По­беждают те, последний номер которых, возвращаясь от контрольного ориентира, пересечет линию старта раньше соперника.

«Льдинка».

Дети становятся в круг, в центре – водящий. Перед ним кусок льдины или большая сосулька, ударом ноги надо выбить ее из круга. Играющие отбивают льдинку, мешая водящему.

«Снеговик».

Лепится из снежных комков снеговик, на голову ему на­девается ведро. По команде ведущего с расстояния 3-5 м игроки пытаются сбить снежками ведро с головы снегови­ка. Участники «стреляют» по очереди, делая по 3 «выстре­ла» правой и по 3 «выстрела» левой рукой.

«Снежная баба».

Из снега лепится снежная баба, в ней палкой проты­кают дырку и пропускают через нее веревку. Команды с одинаковым числом участников по сигналу ведущего на­чинают тянуть веревку, каждая в свою сторону. Побежда­ет команда, на чью сторону упадет большая часть снежной бабы

«Санная эстафета».

Намечается дистанция с общим стартом и финишем. Участвуют две команды по 6 человек. Протяженность дистанции делится на этапы, через каждые 5 м. Каждый этап отмечается флажком или снежным столбиком.

Команды, участвующие в игре, расставляют своих игроков следующим образом: на старте находятся по два участника от каждой команды с санями; в конце первого этапа и на всех последующих возле флажков стоят по одному игроку от каждой команды. Конец последнего этапа является финишем.

По сигналу ведущего один игрок садится в санки, а другой его везет. Добежав до конца первого этапа, игрок, везущий санки, останавливается. Тот, кто ехал в санках, быстро слезает с них и берет их за веревку. Игрок, ожи­давший на этапе, садится в санки и т. д. Санки направля­ются ко второму этапу, затем к третьему и четвертому. Успех в эстафете решается усилиями всех игроков. Выиг­рывает команда, которая быстрее финиширует.

«Сидит, сидит зайка…».

У стены на корточках сидит зайка. Охотники (10-12 человек) расположились у противоположной стены. Участвующие в игре говорят:

Сидит, сидит зайка,

Сидит зайка серый

Под кустом, под кустом.

Охотнички едут,

Едут, скачут в поле

Во пустом, во пустом.

«Вы, охотнички скачите.

На мой хвостик поглядите:

Я не ваш,

Я ушел!»

1-3 строчки: зайка поворачивает голову из стороны в сторону и замирает прислушиваясь.

4-6 строчки: охотники скачут галопом по кругу и задерживаются в том месте, где их застает речь зайки.

7-10 строчки: Говорит один зайка, стоя во весь рост и слегка пружиня ноги в коленях. На последние строки делает прыжок, еще прыжок, и еще прыжок, поворачиваясь спиной к охотникам.

Затем зайка убегает. Охотники ловят его, окружая сцепленными руками.

«Стая».

По площадке медленно бегут дети – это стая птиц. Впереди вожак. Он ведет стаю по площадке вокруг песочницы и гор­ки (или других сооружений) по дорожке (на виду у воспитателя). По­лет продолжается 0,5-1 мин (вожака обгонять не разрешается). Вос­питатель ударяет в бубен, стая рассыпается. Каждый стремится бы­стрее найти какое-нибудь укрытие (куст, дерево) или вспорхнуть на веточку (встать на бревно, бум, бортик песочницы и т. п.). Птица, спрятавшаяся последней, выбывает на одно повторение из игры. Назначается новый вожак, и стая летит за ним в другую сторону. Игра повторяется еще 3-4 раза. В конце отмечается вожак, вы­державший нужный темп бега и выбравший самый интересный мар­шрут.

«Космонавты».

Дети делятся на две группы – это «космо­навты». Они готовятся к полету. Одна группа летит на Марс, другая – на Венеру. По команде воспитателя: «Приготовиться к старту» – дети занимают место в ракетах (в выложенных заранее шнуром кон­турах ракет) и строятся в 2 колонны. Воспитатель отмечает, какая группа быстрее построилась. По команде: «Старт» – космонавты, сохраняя занятое положение относительно друг друга (один впереди, остальные парами за ним), летят (бегут) к своим планетам (беседкам, скамейкам, горкам, расположенным на расстоянии 50-100 м), обле­тают их 2-3 раза, возвращаются на Землю и также облетают ее 2-3 раза. По команде: «Посадка» – дети должны быстро занять места в ракетах. Воспитатель отмечает, какая команда во время полета лучше сохраняла строй, быстрее приземлялась и называет победи­телей. При следующем полете космонавты летят к другим планетам.

«Парашютисты».

Дети делятся на две команды (например «Спартак» и «Динамо»). На площадке стоят два ряда скамеек на рас­стоянии 1,5-2 м друг от друга – это самолеты, с которых парашю­тисты (дети) будут совершать прыжки. По сигналу: «В самолеты!» – дети встают на скамейке (6-8 человек на каждой). По сигналу вос­питателя: «Спартак», пошел!» – дети первой команды прыгают, ста­раясь мягко приземлиться. Воспитатель дает команде очки по числу правильно выполненных прыжков. Затем прыгает команда «Динамо». Воспитатель ставит перед парашютистами задачу прыгнуть как мож­но дальше, правильно выполнившие ее получают очки. Затем коман­ды соревнуются на точность приземления (в плоский обруч, расположенный на расстоянии 40-50 см от конца скамеек). Это упражнение дети выполняют друг за другом, проходя по скамейке. Выигрывает команда, получившая большее число очков.

«Лодочники».

Дети делятся на две команды. Команды стоят за линией (или шнуром) у края площадки – это один берег реки. У противоположного края площадки также чертится линия – это другой берег. Дети – лодочники. Они должны перевозить пасса­жиров с одной стороны на другую. На другой стороне у каждого ребенка по 5 пассажиров (снежков). Воспитатель говорит, что пасса­жиры с нетерпением ждут, когда лодочники их перевезут, но в лод­ку нельзя брать более одного пассажира. Подается команда: «По­плыли!» Дети бегут до другой линии, берут одного своего пассажира, быстро возвращаются и так 5 раз подряд. Переправив последнего, дети становятся у черты. Выигрывает команда, первая закончившая переправу всех пассажиров. Игра повторяется.

«Посадка картофеля».

Дети делятся на 4-5 команд.

Команды в колоннах стоят у черты. На расстоянии 15-20 м от чер­ты напротив каждой команды делают по 3 небольших кружочка (мож­но нарисовать кружочки мелом или вырыть ямки). В руках у детей, стоящих впереди колонн, мешочки с тремя картофелинами (или мя­чами, мешочками с песком). По сигналу воспитателя первые в колон­нах бегут к лункам, «сажают» в каждую по картофелине и возвраща­ются. Подбегая к колонне, они передают мешочек следующему ребен­ку, который бежит и собирает картофель и т. д. Побеждает команда, первой закончившая упражнение. Картофель должен лежать в лунке (круге), а если выкатится, то играющий обязан вернуть его на место. Игра повторяется 3-4 раза.

«Мяч о землю».

Дети делятся на две команды. Каждая команда в свою очередь делится на две группы, которые сто­ят в колоннах лицом друг к другу на расстоянии 4—5 м. В руках у детей, стоящих впереди групп с одной стороны, мячи. По команде воспитателя они бегут, отбивая мяч о землю к детям своей команды, стоящим напротив. Подбежав, ловят мяч двумя руками и передают его ребенку, стоящему первым, а сами становятся в ко­нец этой группы. Ребенок, получив мяч, бежит, отбивая его о зем­лю, к противоположной группе. И так, пока все дети не поменяются местами. Выигрывает команда, сделавшая меньше ошибок и закон­чившая перестроение первой.

«Со скакалкой».

Дети строятся у черты в 4 колонны. В руках у детей, стоящих впереди, скакалки. По команде воспита­теля они бегут, прыгая через скакалки до мячей, лежащих у проти­воположного конца площадки, и обратно. Подбежав к колонне, передают скакалку следующему ребенку, а сами занимают место в конце колонны. Упражнение выполняют следующие дети. Побежда­ет колонна, игроки которой лучше выполнили упражнение или закон­чили упражнение первыми. Игра повторяется 3-4 раза.

«Защити товарища».

Дети стоят в кругу. Выбирают двух водящих. Один из них встает в центр круга. Дети стараются попасть мячом в этого водящего (в голову целиться запрещается). Второй водящий защищает своего товарища, отбивая мяч руками и ногами, прикрывая туловищем. При попадании мячом в первого водящего попавший занимает его место, первый водящий защищает товарища, а второй (допустивший попадание) становится в круг, и игра про­должается.

«Летучие рыбки».

Дети бегают по площадке, время от време­ни совершая прыжки. Это летучие рыбки. Два рыбака растягивают сеть (шнур длиной 2,5-3 м, привязанный к концам двух гимнасти­ческих палок) и стараются поймать рыбок. Сеть скользит по поверх­ности воды (по земле). Летучие рыбки, когда к ним приближается сеть, выпрыгивают из воды и перелетают через нее. Кто задел, счи­тается пойманным и выбывает из игры. Через 1,5-2 мин рыбари подсчитывают улов. Назначают новых рыбаков из самых резвых рыбок, и игра продолжается. Игра повторяется 4-5 раз. Воспи­татель следит, чтобы все дети активно двигались по площадке, не скапливались в одном месте, иначе трудно перепрыгивать через сеть.

*Варианты:* 1) сеть скользит на высоте 10-15 см от земли; 2) рыбаки продвигаются бегом.

«Перетягивание каната».

Дети делятся на 2 равные команды и берутся с раз­ных сторон за канат или длинную веревку. По сигналу ведущего игроки тянут веревку каждый в свою сторону. Бывает, что игроки в командах падают, но не отцепляются от веревки, побеждающая сторона тянет их за собой по траве. Ведущий не должен препятствовать этому развле­чению ребят.

«Ловишки с лентами».

Дети стоят по кругу в центре пло­щадки. Сзади за поясом у детей ленты. Выбирается ловишка. По команде воспитателя: «Лови!» – все дети разбегаются по площадке. Ловишка их догоняет, стараясь взять как можно больше лент. По­терявшие ленту выходят из игры. По команде воспитателя: «Раз, два, три – в круг беги» – дети собираются в центре. Ловишка подсчи­тывает количество лент и возвращает их детям. Выбирается новый ловишка, и игра продолжается.

«Из-за леса, из-за гор…».

Дети становятся парами: один лошадка, другой возчик. Для игры даются вожжи или дети держатся за поясок. Воспитатель громко говорит:

Из-за леса, из-за гор

Едет дедушка Егор:

Сам на лошадке,

Жена на коровке,

Дети на телятках,

Внуки на козлятках.

Гоп,гоп,гоп….

Гоп,гоп,гоп….

С окончанием текста дети продолжают бежать в том же ритме под приговаривание воспитателя «гоп, гоп…» или прищелкивают язычком до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Тпру-у…» При повторении игры дети меняются ролями. После того как все дети освоятся с игрой, воспитатель предлагает во время бега высоко поднимать колени.

Начинать игру следует с одной парой, постепенно увеличивая число участников.

«Спортивные лошадки».

Посередине площадки в круг положе­ны обручи – это стойла. Вокруг дети – это спортивные лошадки. Обручей на 2-3 меньше, чем детей. Дети изображают спортив­ных лошадей. По команде: «Шагом» – дети идут по краям площадки, высоко поднимая колени, доставая ими ладони рук, согнутых в локтях. По команде: «Поворот» – дети поворачиваются кругом и идут в противоположном направлении. По команде: «Рысью» — дети бегут по краям площадки. По команде: «Шагом» – дети идут, снова высоко поднимая колени. Так повторяется 2—3 раза. По команде: «В стойло» – дети-лошадки скачут во весь опор, стараясь занять любое стойло. Игра повторяется 4-5 раз. Воспитатель отмечает детей, хорошо и быстро выполнявших команды

«Под длинную скакалку».

Дети стоят в двух колоннах попарно. Каждая колонна – команда («Спартак» и «Ди­намо»). Воспитатель с помощником (ребенком) вращает длинную скакалку посередине площадки. Дети парами пробегают под скакал­кой, стараясь ее не задеть и не сгибать голову и туловище. После этого каждый бежит направо или налево, обегает по краю площадку, становится в конец своей колонны и снова образует пару. Выигры­вает после 3-4 повторений команда, допустившая меньше ошибок.

«За мячом».

В центре площадки проводятся два полоски на расстоянии 3 м друг от друга. Дети делятся на две команды.

Каждая команда в свою очередь делится на две группы, которые выстраиваются в колонны у черты одна против другой. У детей, стоящих впереди групп с одной стороны, в руках по мячу. По коман­де воспитателя: «Начали!» – они бросают мяч первым детям, стоя­щим напротив, а сами бегут через 2 черты и встают в конец противо­положной колонны. Поймавшие мяч в свою очередь бросают его сто­ящему впереди группы напротив (а он подвигается к черте) и бегут через 2 черты в конец противоположной группы. Игра продолжает­ся до тех пop, пока все дети не поменяются местами (не окажутся на противоположной стороне). Выигрывает команда, сделавшая меньше ошибок или быстрее закончившая перестроение (повторить 2-3 раза).

«Туристы».

Дети делятся на два отряда. Пер­вый отряд должен пройти по узкому мосту (перевернутой скамейке), перелезть через изгородь (натянутую веревку) и пройти через реч­ку по бревну. Второй отряд должен перейти ручей по камешкам (кубикам), подлезть под колючие кусты (натянутую веревку) и влезть на дерево (гимнастическую стенку). Потом отряды меняются маршрутами. В конце воспитатель отмечает, какой отряд лучше вы­полнил упражнение.

«Сквозь стенку».

Дети строятся в 3-4 колонны у черты на расстоянии 5-6 м от гимнастической стенки. За стенкой напротив каждого пролета кладется по мячу. По команде воспита­теля дети, стоящие впереди колонн, бегут к стенке, пролезают в тре­тий или четвертый от земли пролет (по договоренности), обегают мяч, снова пролезают в пролет, подбегают к своей колонне, дотрагиваются рукой до ладони следующего игрока, а сами встают в конец колонны и т. д. Побеждает команда, закончившая соревнование первой и сде­лавшая это без ошибок.

«Пятнашки с лентами».

Дети делятся на две группы. Од­ной группе на руку повязывают ленты – они ловишки. По сигналу воспитателя дети разбегаются. Ловишки стараются догнать и до­тронуться рукой до детей другой группы. Осаленные замирают, рас­ставив руки в стороны, ждут, когда товарищи их выручат. Когда все дети будут пойманы, игра заканчивается. Ленты переходят к другой группе детей, и игра продолжается. Выигрывает группа, сумевшая быстрее запятнать всех детей из другой группы. Игра повторяется 2-3 раза.

«Пчелы и медвежата»*.*

На расстоянии 10-15 м от гимнас­тической стенки ставят в линию скамейки. За ними дети – это мед­веди. Вторая половина детей влезает на гимнастическую стенку – его пчелы. По команде: «Пчелы, за медом!» – дети слезают со стенки и бегают по площадке. Тем временем медведи перелезают через ска­мейки и на четвереньках приближаются к летающим пчелам. Воспи­татель говорит: «Медведи идут!» Пчелы с жужжанием улетают в улей (на стенку). Медведи возвращаются обратно. После 2-3 пов­торений дети меняются ролями.

«Догони свою пару».

Дети стоят парами у двух линий на рас­стоянии 2-3 м друг от друга. По сигналу воспитателя они бегут до противоположного края площадки (20-30 м). Стоявший сзади ста­рается догнать впереди бегущего. Обратно дети идут шагом. После 3 пробежек дети меняются местами. Побеждает тот, кто большее число раз догнал впереди бегущего.

«Бадминтон».

* 1. Каждый подбивает волан ракеткой, стараясь уда­рить как можно большее число раз и не дать ему упасть.
  2. Подбросить волан вверх и ловить одной рукой: правой, левой - поочередно.
  3. Подбросить волан правой рукой, поймать левой, подбросить левой, поймать правой.
  4. Положить волан на ладонь левой руки и перебро­сить его над головой из левой руки в правую и обратно.
  5. Двое детей перебрасывают руками волан друг другу, не давая ему упасть на землю.

«Пятнашки на одной ноге».

Выбирается пятнашка, все – остальные размещаются по площадке. Пятнашка, прыгая на одной ноге, старается догнать и запятнать игроков, а те, так же прыгая на одной ноге, стараются не попасться. Игрок, которого запятнали, становится водящим.

«Кто выше».

Дети делятся на две команды и прыгают поочередно через планку (веревку), установленную на высоте, доступ­ной для всех участвующих в игре. Планку каждый раз после того как все прыгнули поднимают повыше. На но­вой высоте детям дается 2-3 попытки. После неудачной попытки игрок выбывает из соревнования. Побеждает команда, в которой на последней высоте осталось больше участников.

«Где купался, Иванушка…».

Дети садятся на скамейку. Выбирается водящий – Иванушка. Он отходит в сторонку, остальные играющие складывают ладони «чашечкой» и кладут их на колени. У воспитателя в ладонях, сложенных вместе, небольшой камушек.

Водящий встает к играющим спиной. Дети хором произносят слова:

– Где купался, Иванушка?

– Среди белого камушка.

Белый камень у меня, у меня,

Говорите на меня, на меня…

(Последние две строки повторяются два раза.)

В это время воспитатель поочередно касается сложенными ладонями всех детей и одному из них незаметно опускает камушек.

С окончанием текста все ладошки должны быть закрыты. Иванушка поворачивается к играющим и старается отгадать, у кого камушек.

Если отгадает, садится на место ребенка, у которого был камушек, а тот становится Иванушкой. Если не отгадает, – водит еще раз. Не отгадав и на следующий раз, садится на конец скамейки, а Иванушка выбирается вновь.

Когда дети хорошо усвоят игру, они организуют ее самостоятельно, выбирая ведущего и Иванушку с помощью считалочки.