Дорожки

Описание игры: Инструктор проводит на земле линии – это дорожки. Игроки бегают по ним друг за другом, делают повороты, сохраняя при этом равновесие. Идти и бежать (по указанию инструктора) нужно точно наступая на линии, не мешать друг другу. Игру можно проводить с любым количеством детей. Длина дорожек может быть произвольной, но не менее 3 метров. Эту игру можно проводить как соревнование для двух команд.

Правила игры: Бежать по дорожке нужно, точно наступая на линии, не мешать друг другу и не наталкиваться на впереди бегущего игрока.

Змейка

Описание игры: Дети берут друг друга за руки, образуя цепь. Впереди цепи встает инструктор. Она бежит, увлекая за собой всех участников игры, на бегу описывает разнообразные фигуры: по кругу, вокруг деревьев, делая резкие повороты, перепрыгивая через препятствия. Отставшие игроки выбывают из игры. Играть в данную игру можно в любое время года.

Правила игры: Игроки должны крепко держать друг друга за руки или пояс (но не одежду), чтобы змейка не разорвалась. Игроки должны повторять движения водящего (инструктора). Инструктор не должен бежать быстро.

Вариант игры: По сигналу инструктора, игроки могут разбегаться, а потом собираться, возвращаясь на свои места.

Дракончик

Описание игры: Дети берут друг друга за пояс, образуя цепь – это хвост дракончика. Впереди цепи встает инструктор – это голова дракончика. Она бежит, увлекая за собой всех участников игры, на бегу описывает разнообразные фигуры: по кругу, вокруг деревьев, делая резкие повороты, чтобы поймать свой хвост. Игроки, которые попали в руки водящего – инструктора, считаются пойманными. Отставшие игроки выбывают из игры. Играть в данную игру можно в любое время года.

Правила игры: Игроки должны крепко держать друг друга за пояс (но не одежду), чтобы дракончик не разорвался. Игроки должны повторять движения водящего (инструктора). Инструктор не должен бежать быстро.

Челночок

Описание игры: Все участники игры встают парами лицом друг к другу и берутся за руки – это ворота. Дети из последней пары пробегают или проходят (по договоренности в начале игры) под воротами и встают впереди колонны, за ними идет следующая пара. Игра заканчивается, когда все играющие пройдут под воротами.

Правила игры: Пробежать или пройти нужно так, чтобы не задеть ворота. Пробегая в ворота, дети держат друг друга за руки.

Вариант игры: Ворота по высоте могут быть разными: на уровне плеч, на уровне пояса. Чем ниже ворота, тем труднее пробежать под ними. Более сложный вариант – когда дети, пробегая в ворота, проносят предметы.

Пустое место

Описание игры: Игроки встают в круг на расстоянии шага друг от друга и считалкой выбирают водящего. Начиная игру, он бежит мимо игроков, пятнает одного из них и продолжает бежать дальше по кругу. Запятнанный игрок быстро бежит в противоположную от водящего сторону. Кто из них первым добежит до свободного места в круге, тот и занимает его, а опоздавший становится водящим.

Правила игры: Игроки бегут только за кругом, не забегая в круг. Игроки, стоящие в кругу, не должны задерживать бегущих игроков. Если дети одновременно прибегают к свободному месту, то они оба встают в круг и считалкой выбирается новый водящий.

Пятнашки с домом

Описание игры: Игра начинается с выбора водящего, его выбирают считалкой, это пятнашка. По краю площадки рисуются два круга – это дома. Игроки, убегая от водящего, могут забегать в домики, где пятнашка салить их не может. Если водящий, пятнает игрока на игровом поле, тот становится пятнашкой.

Правила игры: Игрокам по ходу игры нужно внимательно следить за сменой водящих. Нельзя при беге толкаться и выталкивать других игроков из домика. Пятнашка не должен бегать только за одним игроком.

Вариант игры: Когда пятнашка догоняет играющего, тот может попрыгать на двух ногах, как зайчик, и его уже нельзя пятнать (пятнашки – «зайки»).

Круговые пятнашки

Описание игры: Участники игры встают по кругу. Пятнашка стоит за кругом, он бежит и пятнает одного из игроков. Игрок, убегая от пятнашки, пятнает игрока стоящего по кругу, тот убегают от водящего и т.д. Если пятнашка успел поймать игрока, тот становится водящим, если игрок вернулся на свое место, то водящий опять пятнает другого игрока. Игра проводится 2 -3 раза.

Правила игры: Бежать через круг не разрешается. Игроку, убегающему о пятнашки, можно бежать не менее одного круга и если его не поймал водящий, передать ход другому игроку.

Салки

Описание игры: Считалкой выбирается водящий. Он бегает за игроками и, стараясь кого – то осалить, приговаривает «Я осалил тебя, ты осаль другого». Новый водящий, догоняя одного из играющих, повторяет эти же слова.

Правила игры: Водящий бежит только за одним из игроков. Игроки должны внимательно наблюдать за сменой водящего.

Вариант игры: Водящий ловит кого – либо и у пойманного игрока спращивает: «У кого был?» - «У тетки» - «Что ел?» - «Клецки» - «Кому отдал?» - игрок называет по имени одного из игроков, и названный становится водящим.

Третий лишний

Описание игры: Игроки встают парами друг за другом, лицом в центр круга. Водящий, выбранный считалкой, оббегает круг и встает впереди одной из пар. Игрок, стоящий в этой паре третьим, оказывается лишним и убегает, чтобы занять место в другой паре.

Правила игры: Во время игры нельзя пробегать через круг. Игрок в паре может стать впереди этой же пары и водящему придется занимать другое место.

Вариант игры: В игру ввести второго водящего, который ловит третьих, лишних игроков.

Лошадки и кучер

Описание игры: Все участники игры делятся на тройки, в каждой тройке один кучер и две лошадки. Инструктор по ходу игры подает различные команды, лошадки их выполняют, а кучер управляет и внимательно смотрит, точно ли лошадки выполняют все движения. Лошадки идут шагом, бегут галопом по кругу, поворачивают направо, налево. На слова: «Лошадки, в разные стороны!» - кучер отпускает вожжи, и лошадки быстро разбегаются по площадке. На слова: «Найди своего кучера!» - они как можно быстро находят своего кучера. Выигрывает тройка, которая быстрее собралась вместе. При повторении игры в каждой тройке кучер меняется. Как только в тройке все игроки побыли кучерами – игра заканчивается.

Стой!

Описание игры: На одной стороне площадки очерчивается круг (диаметром около одного метра) – это место для водящего. На расстоянии 20 - 30 метров от круга, на противоположном конце площадки, проводится линия, за ней стоят играющие. Водящий, стоя спиной к игрокам, громко говорит: «Быстро шагай, смотри не зевай,… Стоп!» Когда он говорит эти слова, игроки быстро идут вперед к водящему, на слово «Стоп!» - замирают на месте. Водящий быстро оглядывается и, заметив того, кто вовремя не остановился и сделал после слова «Стоп!» движение, возвращает на место за линию. Водящий снова поворачивается и говорит слова игры, игроки идут вперед. Игра продолжается до тех пор, пока кто –то из участников не встанет двумя ногами в круг водящего, раньше чем водящий скажет слово «Стоп!» Тот, кто это сделал, становится водящим, и игра повторяется.

Правила игры: Водящему не разрешается оглядываться раньше, чем он сказал слово «Стоп!». Все слова нужно проговаривать громко и в любом темпе. Игроки могут начинать движение одновременно со словами и только шагом. Игроки, нарушающие правила, выбывают из игры.

Горелки

Описание игры: Считалкой выбирают водящего, того, кто будет «гореть», - отсюда и название игры. Все участники игры встают друг за другом, водящий впереди, на расстоянии от шага от игроков. Участники игры говорят нараспев слова:

 Гори, гори ясно.

 Чтобы не погасло.

 Стой подоле,

 Гляди на поле:

 Ходят грачи,

 Да едят калачи.

 Птички летят,

 Колокольчики звенят!

Как только пропоют эти слова, водящий должен посмотреть на небо, а дети последней пары отпускают руки и тихо пробегают вдоль колонны, один слева, другой справа. Когда они поравняются с водящим, все громко кричат ему:

 Раз, два, не воронь.

 Беги, как огонь!

Двое детей, бегут вперед, ловко увертываясь от водящего, стараясь взяться за руки. Если они взялись за руки, то «горелка» их не ловит, игроки спокойно идут и становятся впереди первой пары. Если «горелка» поймал одного из игроков, они встают впереди первой пары, а второй игрок становится «горелкой». Игру начинает последняя пара. Заканчивается игра, когда все пары попробуют убежать от «горелки».

Правила игры: Водящий догоняет игроков только после последних слов «Беги, как огонь!» Игроки последней пары начинают бег только после последних слов «Колокольчики звенят!»

Кружева

Описание игры: Дети выбирают двух водящих, один из них – челночок, другой – ткач. Остальные дети встают парами в круг или полукругом лицом к центру. Дети в парах берут друг друга за руки и делают ворота. Игрок – челночок встает у второй пары, а игрок – ткач у первой пары. По сигналу игрока – ткача игрок – челночок начинает бежать змейкой, не пропуская ворота, а ткач его догоняет. Если игрок – ткач догонит игрока – челночка прежде, чем он добежит до конца полукруга, то он становится челночком. Ребенок, бывший челночком, идет к началу полукруга, выбирает игрока первой пары и встает с ним на противоположном конце полукруга. Игрок, оставшийся без пары, становится ткачом. Если же игрок – челночок добежит до последних ворот и не будет пойман, то они с игроком – ткачом встают последними воротами, а первая пара начинает игру. Один из игроков пары челночок, а второй – ткач.

Правила игры: Игрок – челночок начинает игру только по сигналу ткача. Водящие не должны, пробегая под воротами, трогать детей руками и толкать их.

Кошка и мышка

Описание игры: Считалкой выбирается кошка и мышка. Остальные игроки берут друг друга за руки и делают круг. Кошка стоит за кругом, а мышка стоит в кругу. Игрок – кошка старается войти в круг и поймать игрока - мышку, но игроки закрывают входы перед ней. Она (он) старается подлезть под ворота, игроки приседают и не пропускают ее (его) в круг. Когда, наконец, игрок - кошка проберется в круг, игроки сразу же открывают ворота и дают возможность выбежать из круга игроку – мышке. А игрока - кошку, наоборот, не выпускают из круга. Если же кошка поймает мышку, то они встают в круг, а игроки считалкой выбирают других водящих.

Правила игры: Игрок – кошка может поймать игрока – мышку, как в круге, так и за кругом. Игроки могут открывать ворота только игроку – мышке.

Варианты игры:

Во время игры дети по кругу медленно передвигаются то в одну, то в другую сторону, руки у всех опущены. Водящие игроки бегают свободно, дети ворот не закрывают.

Одновременно могут играть две пары, но в этом случае игрок – кошка ловит только одного игрока – мышку.

Мышка и две кошки

Описание игры: Для этой игры нужно выбрать двух кошек и одну мышку. Игроки встают в круг, и держаться за руки. На противоположных сторонах круга ворота открыты, игроки – кошки вбегают в круг и выбегают из него только в открытые ворота. Перед игроком - мышкой же игроки открывают любые ворота. Если одной из игроков – кошек удалось игрока – мышку, они встают в круг, а второй игрок продолжает игру с другими игрока – водящими.

Правила игры: Игроки – кошки могут забегать только в открытые ворота. Нельзя разрывать ворота и толкать детей.

Щука и караси

Описание игры: На противоположных сторонах площадки отмечают место норы, где от щуки прячутся караси. Щука живет в камышах. Перед началом игры все игроки – караси собираются в одной норе. По сигналу инструктора они выплывают из укрытия и стараются перебраться на противоположную сторону реки. Игрок - щука выходит на охоту. Пойманные игроки – караси из игры не выходят, они берут друг друга за руки и встают на середину игровой площадки, образуют сеть. Оставшиеся игроки – караси, переплывая с одной стороны площадки на другую, проходят через сеть. Пойманных игроков становится все больше, сеть – все длиннее. Тогда из сети делают корзину – игроки встают в круг. Участники игры при перебежке обязательно забегают в корзину. Игра заканчивается, когда игрок – щука переловит всех игроков – карасей.

Правила игры: Игрок – щука не должен заплывать в сеть и в корзину за игроками – карасями.

Зайцы в лесу

Описание игры: Для игры выбирают зайцев и лису, остальные дети – деревья. На противоположных сторонах площадки проводят линии – это поля. На одном из них перед началом игры собираются зайцы. Дети, изображающие деревья, встают друг от друга на расстоянии, позволяющем им взяться за руки. Лиса живет в норе на краю леса (нору обозначают кругом). Зайцы вбегают в лес, им нужно перейти с одного поля на другое, но за ними охотится лиса. Она старается поймать зайцев, пойманных уводит в свой дом. Лисе по лесу мешают бегать деревья: дети берут друг друга за руки, приседают, наклоняются, машут руками. Зайцы между деревьями проходят свободно. Игра заканчивается, когда все зайцы перейдут на противоположную сторону. Начиная игру повторно, дети выбирают других зайцев и лису.

Правила игры: Пойманные зайцы до конца игры находятся в норе у лисы. В этой игре количество лис может быть разным, в зависимости от количества игроков. Чем больше лис, тем сложнее всем зайцам пробежать по лесу. Весь ход игры зависит от игроков – деревьев.

Казаки и разбойники

Описание игры: Игроки делятся на две команды. Одна команда по жребию изображает казаков, другая – разбойников. Игроки – разбойники разбегаются и прячутся. Казаки имеют свой дом (стан). Они уходят на ловлю разбойников, одного казака оставляют сторожить стан. Пойманных разбойников казаки приводят в стан. Игра заканчивается, когда все разбойники будут пойманы.

Правила игры: Игра интереснее проходит на лесной опушке, где много деревьев, кустарников. Тогда казакам труднее найти разбойников. Иногда уславливаются, чтобы пойманные разбойники становились казаками. Можно использовать отличительные знаки для игроков. Если площадь для игры большая, заранее уславливаются, где нужно можно прятаться.