



## Содержание

1. Птички и кошка
2. Наседка и цыплята
3. Поймай комара
4. Принеси комара
5. Мыши в кладовой
6. Воробышки и автомобиль
7. Мой веселый, звонкий мяч
8. Угадай, кто кричит
9. Найди флажок
10. Бегите ком мне
11. По ровненькой дорожке
12. Зайка
13. Пузырь
14. Бегите к флажку
15. Солнышко и дождик
16. Кот
17. Воробушки и кот
18. Догоните меня
19. Что спрятано?
20. Птички и птенчики
21. Найди свой цвет
22. Лиса в курятнике
23. Зайцы и волк
24. У медведя во бору
25. Птички и кошка
26. Через ручеек

27. Кошка и мышка
28. Лошадки
29. Кролики
30. Где позвонили?
31. Попади мешочком в круг
32. Кто бросит дальше мешочек?
33. Самолеты
34. Найди себе пару
35. Цветные автомобили
36. Лохматый пес
37. Хитрая лиса
38. Мышеловка
39. Передай – встань
40. Найди мяч
41. Два Мороза
42. Карусель
43. Угадай, кого позвали?
44. Мы – веселые ребята
45. Стадо и волк
46. Гуси-лебеди
47. Кто скорее снимет ленту?
48. Быстрее по местам
49. Ловишка, бери ленту
50. Мы веселые ребята
51. Караси и щука
52. Бездомный заяц
53. Сделай фигуру
54. Уголки
55. Пустое место
56. Ловишки
57. Парный бег
58. Краски
59. Кто сделал меньше прыжков?
60. С кочки на кочку
61. Удочка
62. Пожарные на учение
63. Кто скорее до флажка
64. Белки в лесу
65. Мяч водящему
66. Охотники и зайцы
67. Подбрось – поймай
68. Охотники и зайцы
69. Попади в обруч
70. Серсо
71. Кольцеброс
72. Горелки

## МЛАДШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

### ПТИЧКИ И КОШКА

**Задачи:** развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

**Описание:** на земле чертится круг (диаметр – 7 м.) или кладется шнур, концы которого связаны. Воспитатель выбирает одного играющего, который становится в центре круга. Это – кошка. Остальные дети – птички, находятся за кругом. Кошка спит. Птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички спешат вылететь из круга, тот, кого коснулась кошка в то время, когда он находился в кругу, считается пойманным, идет на середину круга. Когда кошка поймает 2-3 птичек, воспитатель выбирает новую кошку. Пойманные ранее птички присоединяются к играющим.

#### **Правила:**

1. Кошка ловит птичек только в кругу.
2. Кошка может только касаться птичек, но не хватать их.

**Варианты:** птички влетают на гимнастическую стенку; вводится вторая кошка, кошка подлезает под воротики, дугу.

## НАСЕДКА И ЦЫПЛЯТА

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге в разных направлениях и в подлезании.

**Описание:** дети изображают цыплят, а воспитатель – наседку. На одной стороне площадки огорожено место – дом, где находятся цыплята с наседкой (натягивается веревка между стойками на высоте 50 см. от пола). Сбоку, в стороне, помещается «большая птица». Наседка подлезает под веревку и отправляется на поиски корма. Она зовет цыплят – «ко-ко-ко». По сигналу все цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют пол площадки. Воспитатель говорит – «большая птица», все цыплята бегут домой.

#### **Правила:**

1. По зову наседки все цыплята выбегают из дома, подлезая под веревку.
2. По сигналу «большая птица» цыплята должны возвращаться домой

**Варианты:** цыплята взбираются на насест – скамейку, натягиваются 2 шнура на расстоянии друг от друга, роль наседки поручается самим детям.

## ПОЙМАЙ КОМАРА

**Задачи:** развивать у детей умение согласовывать движения со зрительным сигналом, упражнять детей в прыжках (подпрыгивание на месте).

**Описание:** играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Воспитатель находится в середине круга. Он держит в руках прут длиной – 1- 1,2 метра с привязанным на шнуре картонным комаром. Длина шнура – 50 см. Воспитатель обводит прутом, «кружит комара», немного выше головы играющих. Когда комар летит над головой, ребенок подпрыгивает, стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит «Я поймал!». Затем воспитатель снова обводит прутом круг.

### Правила:

1. Ловить комара можно только обеими руками и подпрыгивая на двух ногах.
2. Ловить комара нужно не сходя с места.

**Варианты:** можно бежать впереди, держа в руках прут с комариком, дети бегут его догонять.

## ПРИНЕСИ МЯЧ

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движение по сигналу (по слову воспитателя), наблюдательность, сообразительность (выбрать тот мяч, который удобнее взять). Упражнять детей в беге по определенному направлению.

**Описание:** дети сидят на скамейках вдоль спортивной площадки. На расстоянии 3-4 шагов от сидящих проводится черта, за которой по назначению воспитателя становятся 5-6 детей спиной к сидящим. Рядом с ними стоит воспитатель. В руках у него ящичек с небольшими мячами, по количеству стоящих детей. «Раз, два, три – беги!» - говорит воспитатель и выбрасывает вперед все мячи из ящичка. Стоящие дети бегут за мячами, каждый догоняет какой-нибудь из мячей, бежит с ним к воспитателю и кладет его в ящичек. Затем дети садятся на свои места, а за чертой становится другая группа. Игра заканчивается, когда все дети пробегут за мячом.

### Правила:

1. Бежать за мячом можно только после слова «беги».
2. Поднимать и класть в ящик нужно только один мяч.

**Варианты:** кто быстрее принесет мяч, преодоление преграды через набивное бревно.

## МЫШИ В КЛАДОВОЙ

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в подлезании, в беге.

**Описание:** дети – мыши сидят в норках, на скамеечках. На противоположной стороне площадки натянута веревка на высоте 50 см. Это кладовая. Сбоку от играющих сидит кошка – воспитатель. Кошка засыпает, мыши бегут в кладовую. Проникая в нее они нагибаются, чтобы не задеть веревку. Там они присаживаются и как будто грызут сухарики или другие продукты. Кошка просыпается, мяукает и бежит за мышами. Мыши убегают в норки. Возвратившись на место, кошка засыпает и игра возобновляется.

### Правила:

1. Мыши могут бежать в кладовую только тогда, когда кошка заснет.
2. Возвращаться в норки мыши могут лишь после того, как кошка проснется и замяукает.

**Варианты:** мышки подлезают под дугу, убегая в норки, вводится вторая кошка.

## ВОРОБУШКИ И АВТОМОБИЛЬ

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге в разных направлениях и прыжках.

**Описание:** границы площадки отмечаются флажками. На одном конце площадки на скамейках воробушки. На другом конце обозначается место для автомобиля – гараж. Автомобиль – воспитатель. «Воробушки вылетают из гнезда!» - говорит воспитатель, и дети начинают бегать в разных направлениях, подняв руки в стороны. Появляется автомобиль. Воробушки пугаются и улетают в гнезда. Автомобиль возвращается в гараж.

### Правила:

1. Нельзя убежать за границы площадки
2. Вылетать из гнезда только по сигналу воспитателя.
3. Возвращаться в гнезда при появлении автомобиля.

**Варианты:** детям, изображающим в игре автомобили, дать в руки руль или флажки. Воробушки могут помещаться в гнездышках - кружочках, начерченных на земле. Воробушки могут стоять на скамеечках и спрыгивать с них.

## **МОЙ ВЕСЕЛЫЙ, ЗВОНКИЙ МЯЧ**

**Задачи:** развивать у детей умение прыгать ритмично, в соответствии с текстом стихотворения, выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге, в подпрыгивании на 2 ногах.

**Описание:** дети сидят на стульях, поставленных в разных местах комнаты. Воспитатель находится в центре. Берет большой мяч и начинает отбивать его рукой о землю, говоря: «Мой веселый, звонкий мяч...». Воспитатель подзывает к себе детей и предлагает им попрыгать как мячики. Дети прыгают в том же темпе. Воспитатель кладет мяч и повторяет стихотворение, делая движение рукой, так, как будто отбивает мяч, а дети прыгают. Закончив стихотворение, воспитатель говорит: «Догоню!». Дети убегают.

### **Правила:**

1. Убегать можно только после слов: «Догоню!»

**Варианты:** воспитатель имитирует отбивание движение мяча, показывая на детях (они мячики, затем они катятся, бегут в разных направлениях). Можно поставить рядом с собой несколько детей, которые будут вместе с ним отбивать свои мячи, затем ловить убегающих.

## **УГАДАЙ, КТО КРИЧИТ**

**Задачи:** развивать у детей наблюдательность, внимание, активность.

**Описание:** дети сидят полукругом на стульях, перед ними на расстоянии нескольких шагов ставится ширма. Воспитатель называет кого-нибудь по имени, и тот идет за ширму, договориться, какое животное или птицу ребенок будет изображать. За ширмой раздаются мычание коровы, лай собаки и т.д. Воспитатель предлагает одному из детей отгадать, кто кричит.

### **Правила:**

1. Отгадывать животных или птицу может только тот ребенок, на которого укажет воспитатель.

Художественное слово:

Вот какой красивый дом.

Кто же в домике живет?

Тук-тук, кто же в домике живет?

**Варианты:** включить запись голосов животных.

## НАЙДИ ФЛАЖОК

**Задачи:** развивать у детей наблюдательность, выдержку (не открывать глаза до сигнала «пора»).

**Описание:** дети сидят на стульях, по слову воспитателя дети встают и поворачиваются лицом к стене, воспитатель прячет флажки по числу детей. «Пора!» - говорит воспитатель. Дети поворачиваются к нему лицом и идут искать флажки. Тот, кто нашел флажок, садится на свое место. Когда все флажки найдены. Дети идут вдоль площадки. Держа флажок в руке. Впереди колонны идет тот, кто первый нашел флажок. По сигналу «На места!» дети садятся на стулья и игра начинается снова.

### **Правила:**

1. Поворачиваться лицом к воспитателю можно только после слова «пора!».

**Варианты:** вместо словесного указания использовать колокольчик. Кто первый найдет флажок, тот его и прячет. Летом прячут флажок в кустах, за деревьями.

## БЕГИТЕ КО МНЕ

**Задачи:** учить детей действовать по сигналу. Упражнять в ходьбе и беге в прямом направлении.

**Описание:** дети сидят на стульях, поставленных у одной из стен комнаты. Воспитатель отходит к противоположной стене и говорит «бегите ко мне!». Дети бегут к воспитателю. Воспитатель приветливо их встречает. Затем он переходит на другую сторону площадки и говорит «бегите ко мне!» На слова воспитателя «Бегите домой!» дети садятся на стульчики и отдыхают.

### **Правила:**

1. Бежать к воспитателю только после слов «Бегите ко мне!»
2. Дети бегут к стульям и садятся только после слов «Бегите домой!»

**Варианты:** вначале дети могут занимать любой стул, а затем находить свое место. Внести колокольчик. Позвонить, сигнал «Побежали!».

## ПО РОВНЕНЬКОЙ ДОРОЖКЕ

**Задачи:** развивать у детей умение двигаться ритмично, согласовывать движения со словами, находить свое место. Упражнять в ходьбе, прыжках, приседаниях, беге.

**Описание:** дети сидят на стульях, воспитатель предлагает им пойти гулять. Они встают с места, свободно группируются или строятся в колонну. Воспитатель говорит «по ровненькой дорожке, шагают наши ножки, раз-два, раз-два, по камушкам, по камушкам, в яму - бух». При словах «По ровненькой дорожке..» дети идут шагом. «По камешкам» прыгают на двух ногах слегка продвигаясь вперед. «В яму бух» - присаживаются на корточки. Вылезли из ямы – дети поднимаются. После 2-3 повторов воспитатель произносит «по ровненькой дорожке устали наши ножки, вот наш дом – там мы живем».

### Правила:

1. Движения должны соответствовать тексту.
2. Вставать с корточек после слов «Вылезли из ямы».
3. Убегать домой только после слов «там мы живем».

**Варианты:** пройти по скамейкам, поставленным вдоль стены. Спрыгивание в глубину на мягкую дорожку.

## ЗАЙКА

**Задачи:** развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Упражнять в беге. В подпрыгивании на двух ногах, нахождении своего места. Способствовать развитию речи.

**Описание:** на одной стороне площадки отмечаются места зайцев. Каждый становится на свое место. По сигналу воспитателя «Бегите в круг!» все дети собираются в круг, а один из зайцев, которого назначает воспитатель, становится в середину. Дети с воспитателем произносят стихи и выполняют движения под текст:

Зайка беленький сидит и ушами шевелит, - *дети стоят в кругу,*

Вот так, вот так он ушами шевелит! – *шевелил кистями рук, подняв их к голове.*

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,  
Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть – *хлопают в ладоши.*

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать  
Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать – *прыгают на 2 ногах на месте.*



Кто-то зайку испугал, зайка прыг и ускакал! – воспитатель хлопает в ладоши, дети разбегаются по своим домам.

**Правила:**

1. Дети убегают только после слов «И ускакал!», а собираются в круг после слов «Бегите в круг!»

**Варианты:** на полу выложить шнур со связанными концами. По сигналу перепрыгивают шнур. В середину можно поставить нескольких зайцев.

### ПУЗЫРЬ

**Задачи:** развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Упражнять детей в приседании и построении в круг, в беге по разным направлениям.

**Описание:** дети стоят вплотную по кругу, взявшись за руки. Вместе с воспитателем они говорят: «Раздувайся пузырь! Раздувайся большой! Оставайся такой, да не лопайся». Произнося стихи, дети постепенно расширяют круг. Когда воспитатель скажет – «Пузырь лопнул», все дети опускают руки, и хором говорят «Хлоп!» и присаживаются на корточки. Воспитатель предлагает надуть новый пузырь: дети встают, снова образуют маленький круг, игра возобновляется.

**Правила:**

1. Говорить хором «Хлоп!» и приседать на корточки только после слов «Пузырь лопнул».

**Варианты:** выполнять маховые движения руками, сначала шарик маленький, затем большой – широкие взмахи руками. После слов «Да не лопайся!» воспитатель говорит «Полетели пузыри!», дети разбегаются кто куда хочет.

### БЕГИТЕ К ФЛАЖКУ

**Задачи:** развивать у детей внимание, умение различать цвета. Учить действовать по зрительному сигналу. Упражнять в беге и ходьбе.

**Описание:** дети получают флажки двух цветов – одни красные, другие синие. Воспитатель встает на одной стороне площадки и держит в одной руке синий, в другой красный флажок. Дети с синими флажками группируются около синего, с красными – около красного. Затем воспитатель предлагает детям погулять. Дети ходят и бегают по площадке. Воспитатель переходит на другую сторону и говорит: «Раз, два, три – сюда скорей беги!». Он протягивает руки в стороны, дети бегут к воспитателю и группируются около флажка соответствующего цвета. Когда все дети соберутся, он предлагает помахать флажками.

**Правила:**

1. Расходиться по площадке можно только по слову воспитателя «Идите гулять!».
2. Собираться около воспитателя можно только после слов «Раз, два, три – сюда скорей беги!».

**Варианты:** взять вместо флажка ленточку или платочек, затем поплясать с ним. Ввести по 2 красных и синих флажка. Воспитатель может менять флажки, перекладывая их из одной руки в другую. Включить добавочный сигнал «Стоп!» (все закрывают глаза).

### СОЛНЫШКО И ДОЖДИК

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, находить свое место на площадке. Упражнять в ходьбе и беге.

**Описание:** дети сидят на стульях вдоль комнаты, это их «дом». Воспитатель смотрит в окно и говорит «Какая хорошая погода, идите гулять!». Дети встают и идут в любом направлении. «Дождь пошел, бегите домой!» - говорит воспитатель. Дети бегут к стульям и занимают свои места. Воспитатель приговаривает «Кап – кап – кап!». Постепенно дождь утихает и воспитатель говорит «Идите гулять. Дождь перестал!».

**Правила:**

1. Дети уходят из дома по сигналу «Идите гулять!».
2. Бегут домой на сигнал «дождь пошел!».

**Варианты:** дети вначале занимают любой стул, затем только свой. Вместо домика устроить переносной навес – прятаться от дождя. Во время прогулки могут собирать «грибы и ягоды». Ходьбу можно заменить пляской.

### ПОЕЗД

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу, закреплять навык построения в колонну. Упражнять в ходьбе, беге друг за другом.

**Описание:** дети строятся в колонну по одной стороне площадки. Первый – паровоз, остальные вагоны. Воспитатель дает гудок, дети начинают двигаться вперед (без сцепления). Вначале медленно, затем – быстрее, постепенно переходя на бег, произносят «Чу – чу – чу!». «Поезд подъезжает к станции» - говорит воспитатель. Дети постепенно замедляют темп и останавливаются. Воспитатель вновь дает гудок, движения поезда возобновляется.

**Правила:**

1. Двигаться можно только после гудка, т.е. по сигналу воспитателя.

**Варианты:** ввести остановку. Дети выбегают на полянку. Собирают «грибы и ягоды», танцуют.

**ВОРОБУШКИ И КОТ**

**Задачи:** развивать у детей умение размещаться в пространстве и двигаться в коллективе, не задевая друг друга. Действовать по сигналу, упражнять в прыжках в глубину, с места в длину, в быстром беге.

**Описание:** дети вдоль стен: на скамейках, на больших кубах или в обручах. Это воробушки на крыше или в гнездышках. Поодаль сидит кошка – воспитатель. «Воробушки полетели!» - говорит воспитатель. Воробушки спрыгивают с крыши, расправив крылья – руки в стороны. Бегают в рассыпную по всей комнате. «Кошка спит». Просыпается, произносит «мяу – мяу!», бежит догонять воробушков, которые прячутся, заняв свои места. Пойманных воробушков кошка отводит к себе в дом.

**Правила:**

1. Воробушки спрыгивают по сигналу воспитателя «Воробушки, полетели!».

2. Воробушки возвращаются на места. Когда кошка произносит «Мяу!».

**Варианты:** ввести второго кота. Воробушки клюют зернышки.

**ДОГОНИТЕ МЕНЯ**

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь. Упражнять детей в беге в прямом направлении.

**Описание:** дети сидят на стульях на одной стороне площадки. «Догоните меня!» - предлагает воспитатель и бежит к противоположной стороне площадки. Дети бегут за воспитателем, стараясь его поймать. Затем воспитатель говорит «догоните меня!», и бежит в противоположную сторону. Дети снова его догоняют. После двух раз дети садятся на стулья и отдыхают, затем продолжают игру.

**Правила:**

1. Бежать за воспитателем только после сигнала «Догоните меня!».

**Варианты:** внести мягкую игрушку и догонять ее. Убегать от игрушки.

## ЧТО СПРЯТАНО?

**Задачи:** развивать у детей зрительную память, внимание.

**Описание:** дети сидят на стульях, на полу, по одной линии. Воспитатель кладет в центре круга три – пять предметов и предлагает их запомнить. Затем играющие встают и поворачиваются спиной к центру или к стене и закрывают глаза. Воспитатель прячет один предмет, лежащий в центре круга и говорит «Посмотрите!». Дети открывают глаза, поворачиваются лицом к центру и вспоминают, какого предмета нет. Воспитатель подходит к детям и каждый из них на ухо говорит ему, что спрятано. Когда большинство играющих даст правильный ответ, воспитатель громко называет спрятанный предмет. После этого игра возобновляется.

### Правила:

1. Когда воспитатель прячет предмет, играющие поворачиваются спиной и закрывают глаза
2. По сигналу «Посмотрите!», играющие открывают глаза и снова поворачиваются лицом к центру круга.

**Варианты:** закрепить основные цвета, взять кубики или флажки. Вызывать одного играющего. Убирать по 2 предмета.

## ПТИЧКИ И ПТЕНЧИКИ

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, запоминать свое место, упражнять в беге в разных направлениях, не задевая друг друга.

**Описание:** дети делятся на 3-4 группы по 5-6 человек, каждая группа имеет свой домик – гнездо. Дети изображают птенчиков. У каждой группы есть птичка – мать. По слову воспитателя «Полетели!» - птенчики вылетают из гнезда. Летают около дома, помахивая руками – крыльями. Птички – матери улетают подальше, за кормом. По слову воспитателя «Домой!» - птички – матери возвращаются и зовут птенчиков домой. В гнезде птенчики усаживаются в кружок и птичка – мать кормит их воображаемыми червячками.

### Правила:

1. Птички и птенчики вылетают по слову воспитателя «Полетели!».
2. Птенчики возвращаются домой по зову птички – матери.
3. Птички – матери возвращаются домой по слову воспитателя «Домой!».

**Варианты:** предложить птичкам взлетать на возвышенность. У каждой птички свой цвет домика – гнезда. Можно менять домики местами.

## НАЙДИ СВОЙ ЦВЕТ

**Задачи:** развивать у детей внимание, умение различать цвета, действовать по сигналу. Упражнять в беге, ходьбе.

**Описание:** дети получают флажки 3-4 цветов и группируются по 4-6 человек в разных углах комнаты, в каждом углу воспитатель ставит на подставке цветной флажок. По сигналу воспитателя «Идите гулять!» дети расходятся по площадке. На слова «Найди свой цвет!» - дети собираются возле флага соответствующего цвета. Воспитатель отмечает, какая группа быстрее собралась.

### **Правила:**

1. Выходить из домиков можно по сигналу воспитателя «Идите гулять!».
2. Бежать и собираться возле флажка соответствующего цвета только после слов «Найдите свой цвет!»

**Варианты:** предложить закрыть глаза, переставить флажки, стоящие в углах комнаты.

## СРЕДНИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

### ЛИСА В КУРЯТНИКЕ

**Задачи:** развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу, упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину.

**Описание:** на одной стороне площадки отчерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест. Отводит ее в свою нору. Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.

### **Правила:**

1. Лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!».

**Варианты:** Увеличить число ловишек – 2 лисы. Курам взбираться на гимнастическую стенку.

## ЗАЙЦЫ И ВОЛК

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

**Описание:** одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камушками, из которых выкладывают кружочки или квадраты. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок – скок – скок, на зеленый на лужок. Травку щиплют, слушают, не идет ли волк». Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настигнуть. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

### **Правила:**

1. Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут.
2. Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

**Варианты:** нельзя ловить тех зайцев, которым подала лапу зайчиха - мать. На пути поставить кубы – пенечки, зайцы оббегают их. Выбрать 2 волков. Волку перепрыгнуть через преграду – ручей.

## У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ

**Задачи:** развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу, навык коллективного движения. Упражнять в беге по определенному направлению, с увертыванием, развивать речь.

**Описание:** на одной стороне площадки проводится черта – это опушка леса. За чертой, на расстоянии 2-3 шагов очерчивается место для медведя. На противоположной стороне дом детей. Воспитатель назначает медведя, остальные дети – у себя дома. Воспитатель говорит: «Идите гулять!». Дети направляются к опушке леса, собирая ягоды, грибы, имитируя движения и хором говорят: «У медведя во бору, грибы ягоды беру. А медведь сидит и на нас рычит». Медведь в это время сидит на своем месте. Когда играющие произносят «Рычит!» медведь встает, дети бегут домой. Медведь старается их поймать – коснуться. Пойманного медведь отводит к себе. После 2-3 пойманных выбирается новый медведь.

**Правила:**

1. Медведь имеет право вставать и ловить, а играющие – убегать домой только после слова «рычит!».

2. Медведь не может ловить детей за линией дома.

**Варианты:** ввести 2 медведей. Поставить на пути преграды.

### ПТИЧКИ И КОШКА

**Задачи:** развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

**Описание:** на земле чертится круг или кладется шнур со связанными концами. Воспитатель выбирает ловишку который становится в центре круга. Это кошка. Остальные – птички, находятся за кругом. Кошка спит, птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички вылетают из круга. Тот, кого коснулась кошка, считается пойманным и идет на середину круга. Когда поймают 2-3 птичек – выбирается новая кошка.

**Правила:**

1. Кошка ловит птичек только в кругу.

2. Кошка может касаться птичек, но не хватать их.

**Варианты:** если кошка долго не может никого поймать, добавить еще одну кошку.

### ЧЕРЕЗ РУЧЕЕК

**Задачи:** развивать у детей ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

**Описание:** все играющее сидят на стульях, в 6 шагах от них кладутся 2 шнура, расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Дети должны по камушкам – дощечкам перебраться на другой берег не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» 5 детей перебирается через ручеек. Тот, кто оступился, отходит в сторону – «сушить обувь». Все дети должны перейти через ручей.

**Правила:**

1. Проигравшим считается тот, кто вступил ногой в ручеек.

2. Перебираться можно только по сигналу.

**Варианты:** Увеличить расстояние между шнурами, обходить предметы, перебираясь на другой берег. Прыгать на одной ноге.

## КОШКА И МЫШКА

**Задачи:** развивать у детей умение быстро действовать по сигналу, ходить, сохраняя форму круга. Упражнять в беге с ловлей.

**Описание:** все играющие, кроме 2, становятся в круг, на расстоянии вытянутых рук, и берутся за руки. В одном месте круг не замыкается. Этот проход – называется воротами. Двое играющих, находятся за кругом, изображают мышку и кошку. Мышка бежит вне круга и в кругу, кошка – за ней, стараясь поймать ее. Мышка может вбегать в круг через ворота и подлезать под руки стоящих в кругу. Кошка – только в ворота. Дети идут по кругу и говорят: «Ходит Васька серенький, хвост пушистый – беленький. Ходит Васька – кот. Сядет, умывается, лапкой вытирается, песенки поет. Дом неслышно обойдет, притаится Васька – кот. Серых мышек ждет». После слов кошка начинает ловить мышку.

### **Правила:**

1. Стоящие в кругу не должны пропускать кошку под сцепленные руки.
2. Кошка может ловить мышку за кругом и в кругу.
3. Кошка может ловить, а мышка убегать после слова «ждет».

**Варианты:** устроить дополнительные ворота, ввести 2 мышек, увеличить количество кошек.

## ЛОШАДКИ

**Задачи:** развивать у детей умение действовать по сигналу, согласовывать движения друг с другом, упражнять в беге, ходьбе.

**Описание:** дети делятся на 2 равные группы. Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей. На одной стороне отчерчивается конюшня. На другой – помещение для конюхов, между ними луг. Воспитатель говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей!». Конюхи с вожжами в руках, бегут к конюшне и запрягают лошадей. Когда все лошади запряжены, они выстраиваются друг за другом и по указанию воспитателя идут шагом или бегут. По слову воспитателя «Приехали!» конюхи останавливают лошадей. Воспитатель говорит «Идите отдыхать!». Конюхи распрягают лошадей и отпускают их пастись на луг. Сами возвращаются на свои места отдохнуть. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву. По сигналу воспитателя «Конюхи, запрягайте лошадей!» конюх ловит свою лошадь, которая убегает от него. Когда все лошади пойманы и запряжены, все выстраиваются друг за другом. После 2-3 повторений воспитатель говорит: «Отведите лошадей в конюшню!». Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их и отдают вожжи воспитателю.



### **Правила:**

1. Играющие меняют движения по сигналу воспитателя. По сигналу «Идите отдыхать» - конюхи возвращаются на места.

**Варианты:** включить ходьбу по мостику – доске, положенной горизонтально или наклонно, предложить разные цели поездки.

## **КРОЛИКИ**

**Задачи:** развивать у детей умение двигаться в коллективе, находить свое место на площадке. Упражнять в подлезании, в беге, в прыжках на 2 ногах.

**Описание:** на одной стороне площадки отчерчиваются круги – клетки кроликов. Перед ними ставятся стульчики, к ним вертикально привязываются обручи или протягивается шнур. На противоположной стороне ставится стул – дом сторожа. Между домом и клетками кроликов – луг. Воспитатель делит детей на маленькие группы по 3-4 человека. Каждая группа становится в очерченный круг. «Кролики сидят в клетках!» - говорит воспитатель. Дети присаживаются на корточки – это кролики в клетках. Воспитатель поочередно подходит к клеткам и выпускает кроликов на травку. Кролики пролезают в обруч и начинают бегать и прыгать. Воспитатель говорит «Бегите в клетки!».

Кролики бегут домой и возвращаются в свою клетку, пролезая снова в обруч. Затем сторож снова их выпускает.

### **Правила:**

1. Кролики не выбегают, пока сторож не откроет клеток.

2. Кролики возвращаются после сигнала воспитателя «Скорей в клетки!».

**Варианты:** в каждую клетку поставить скамеечку или стульчик по числу кроликов.

## **ГДЕ ПОЗВОНИЛИ?**

**Задачи:** развивать у детей слух, внимание и выдержку.

**Описание:** дети сидят по кругу или вдоль стены. Один из играющих по назначению воспитателя становится в центре круга или перед сидящими. По сигналу воспитателя он закрывает глаза. Воспитатель дает кому-нибудь из детей звоночек и предлагает позвонить. Ребенок, находящийся в центре круга, должен не открывая глаз, указать рукой направление, откуда доносится звук. Если он укажет правильно, воспитатель говорит «Пора!», играющий открывает глаза. А тот, кто позвонил – поднимает и показывает звоночек. Если водящий ошибся, он снова закрывает глаза и отгадывает еще раз. Затем воспитатель назначает другого водящего.

**Правила:**

1. Водящий открывает глаза только после слова воспитателя «Пора!»

**Варианты:** раскрутить водящего; вместо звоночка ввести дудочку или другой музыкальный инструмент.

**ПОПАДИ МЕШОЧКОМ В КРУГ**

**Задачи:** Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании правой и левой рукой.

**Описание:** Дети стоят по кругу. В центре круга выложен из веревки кружок, концы веревки связаны, круг можно начертить. Диаметр круга – 2 метра. Дети находятся на расстоянии 1-2 шагов от круга. В руках мешочки с песком. По слову воспитателя «Бросай!», все бросают свои мешочки в круг. «Поднимите мешочки!» - говорит воспитатель. Дети поднимают мешочки, становятся на место. Воспитатель отмечает, чей мешочек не попал в круг, игра продолжается. Дети бросают другой рукой.

**Правила:**

1. Бросать мешочек нужно по слову воспитателя «Бросай!»

2. Поднимать по сигналу «Поднимите!».

**Варианты:** вместо мешочков бросать шишки; разделить детей на подгруппы, каждая бросает в свой круг; увеличить расстояние.

**КТО БРОСИТ ДАЛЬШЕ МЕШОЧЕК**

**Задачи:** развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании в даль правой и левой рукой, в беге, в распознавании цвета.

**Описание:** дети стоят вдоль стены. Несколько детей, названных воспитателем, становятся на одной линии перед положенной на пол веревкой. Дети получают мешочки 3 разных цветов. По слову воспитателя «Бросай!» дети бросают мешочек вдаль. Воспитатель обращает внимание детей на то, чей мешочек упал дальше и говорит: «Поднимите мешочки!». Дети бегут за своими мешочками, поднимают их и садятся на места. Воспитатель называет других детей, которые занимают места бросавших мешочки. Игра заканчивается, когда все дети бросят мешочки.

**Правила:**

1. Бросать и поднимать мешочки можно только по слову воспитателя.

**Варианты:** поставить ориентиры – кто дальше. Бросать шишки, мячики, копыя.

## САМОЛЕТЫ

**Задачи:** развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге.

**Описание:** дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную, в разных направлениях. По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

### **Правила:**

1. Играющие должны вылетать после сигнала воспитателя «Летите!».
2. По сигналу воспитателя «На посадку!» - играющие должны возвратиться в свои колонны, на те места, где выложен их знак (поставлен флажок).

**Варианты:** пока самолеты летают, поменять местами флажки, унести на противоположную сторону. Менять ведущих в колоннах.

## НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность.

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

### **Правила:**

1. Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя.
2. Каждый раз играющие должны иметь пару.

**Варианты:** вместо флажков использовать платочки. Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.

## **ЦВЕТНЫЕ АВТОМОБИЛИ**

**Задачи:** развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять детей в беге, ходьбе.

**Описание:** дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается флажок какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2 , и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража.

### **Правила:**

1. Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу.

2. Если флажок опущен, автомобили не двигаются.

**Варианты:** разложить по углам ориентиры разного цвета. На сигнал «Автомобили выезжают», в это время поменять местами ориентиры. Предложить детям вспомнить разные марки автомобилей.

## **ЛОХМАТЫЙ ПЕС**

**Задачи:** приучать детей слушать текст и быстро реагировать на сигнал.

**Описание:** ребенок изображает собаку, он сидит на стуле в одном конце площадки, и делает вид что спит. Остальные дети находятся в другом конце помещения за чертой – это дом. Они тихо подходят к собаке, 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 же будет?». Собака просыпается, встает и начинает лаять. Дети убегают в дом (встают за черту). Роль передается другому ребенку. Игра повторяется.

**Варианты:** Поставить преграду – скамеечки на пути детей; на пути собаки.

## СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

### ХИТРАЯ ЛИСА

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

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

#### **Правила:**

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

Если лиса выдала себя раньше, воспитатель назначает новую лису.

Играющий, выбежавший за границу площадки, считается пойманным.

**Варианты:** выбираются 2 лисы.

### МЫШЕЛОВКА

**Задачи:** развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге, приседании, построении в круг, ходьбе по кругу. Способствовать развитию речи.

**Описание:** играющие делятся на 2 неравные группы. Меньшая, образует круг – мышеловку. Остальные – мыши, они находятся вне круга. Играющие, изображающие мышеловку берутся за руки и начинают ходить по кругу, приговаривая «Ах как мыши надоели, все погрызли, все поели. Берегитесь же плутовки, доберемся мы до вас, вот поставим мышеловку – переловим всех сейчас». Дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее, по слову воспитателя «Хлоп» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопнулась. Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Пойманные мыши переходят в круг и увеличивают

размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями.

**Правила:**

1. Лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!».

**Варианты:** увеличить число ловишек – 2 лисы. Курам взбираться на гимнастическую стенку.

### **ПЕРЕДАЙ-ВСТАНЬ**

**Задачи:** воспитывать у детей чувство товарищества, развивать ловкость, внимание. Укрепляются мышцы плеч и спины.

**Описание:** играющие строятся в две колонны, на расстоянии двух шагов одна от другой. В каждой стоят друг от друга на расстоянии вытянутых рук. Перед колоннами проводится черта. На нее кладутся два мяча. По сигналу «сесть» все садятся, скрестив ноги. По сигналу «передай» первые в колоннах берут мячи и передают их через голову позади сидящим, затем они встают и поворачиваются лицом к колонне. Получивший мяч передает его назад через голову, затем встает и тоже поворачивается лицом к колонне и т.д. Выигрывает колонна, которая правильно передала и не роняла мяч.

**Правила:**

1. Передавать мяч только через голову и сидя. Вставать только после передачи мяча позади сидящему. Не сумевший принять мяч бежит за ним, садится и продолжает игру.

**Варианты:** передавать мяч вправо или влево, поворачивая корпус.

### **НАЙДИ МЯЧ**

**Задачи:** развивать у детей наблюдательность, ловкость.

**Описание:** все играющие становятся в круг вплотную, лицом к центру. Один играющий становится в центр, это говорящий. Играющие держат руки за спиной. Одному дают в руки мяч. Дети начинают передавать мяч друг другу за спиной. Водящий старается угадать у кого мяч. Он может попросить каждого из играющих показать свои руки, сказав «руки». Играющий протягивает обе руки вперед, ладонями кверху. Тот у кого оказался мяч или кто уронил его, становится в середину, а водящий на его место.

**Правила:**

1. Мяч передают в любом направлении. Мяч передают только соседу. Нельзя передавать мяч соседу после требования водящего показать руки.

**Варианты:** ввести в игру два мяча. Увеличить число водящих. Тому, у кого оказался мяч дать задание: попрыгать, станцевать и т.п.

## ДВА МОРОЗА

**Задачи:** развивать у детей торможение, умение действовать по сигналу (по слову). Упражнять в беге с увертыванием в ловле. Способствовать развитию речи.

**Описание:** на противоположных сторонах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются на одной стороне площадки. Воспитатель выделяет двух водящих, которые становятся посередине площадки между домами, лицом к детям. Это Мороз Красный Нос и Мороз Синий Нос. По сигналу воспитателя «Начинайте», оба Мороза говорят: «Мы два брата молодые, два мороза удалые. Я - Мороз Красный Нос. Я - Мороз Синий Нос. Кто из вас решится, в путь-дороженьку пуститься?» Все играющие отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз» и перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а Морозы стараются их заморозить, т.е. коснуться рукой. Замороженные останавливаются там, где их захватил мороз и так стоят до окончания перебежки всех остальных. Замороженных подсчитывают, после они присоединяются к играющим.

## Правила:

1. Играющие могут выбегать из дома только после слова «мороз». Кто выбежит раньше и кто останется в доме, считаются замороженными. Тот, кого коснулся Мороз, тотчас же останавливается. Бежать можно только вперед, но не назад и не за пределы площадки.

**Варианты:** за одной чертой находятся дети Синего Мороза, за другой дети Красного. На сигнал «синие», бегут синие, а Красный Мороз ловит и наоборот. Кто больше поймает.

## КАРУСЕЛЬ

**Задачи:** развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг.

**Описание:** играющие образуют круг. Воспитатель дает детям шнур, концы которого связаны. Дети, взявшись правой рукой за шнур, поворачиваются налево и говорят стихотворение: «Еле, еле, еле, еле, завертелись карусели. А потом кругом, кругом, все бегом, бегом, бегом». В соответствии с текстом стихотворения дети идут по кругу, сначала медленно, потом быстрее, затем бегут. Во время бега воспитатель приговаривает: «По-бе-жа-ли». Дети бегут 2 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 вместе с детьми: «Тише, тише, не спишите, карусель остановите. Раз, два, раз, два, вот и кончилась игра!». Движения карусели становятся все медленней. При словах «вот и кончилась игра» дети опускают шнур на землю и расходятся.

#### **Правила:**

1. Занимать места на карусели можно только по звонку. Не успевший занять место до третьего звонка, не принимает участия в катании. Делать движения надо согласно тексту, соблюдая ритм.

**Варианты:** каждый должен занять свое место. Шнур положить на пол, бегая по кругу за ним.

### **МЫШЕЛОВКА**

**Задачи:** развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражняться в беге и приседании, построении в круг и ходьбе по кругу. Способствовать развитию речи.

**Описание:** играющие делятся на две неравные группы. Меньшая образует круг- «мышеловку», остальные «мыши»- они находятся вне круга. Играющие, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу, приговаривая:

«Ах, как мыши надоели, все погрызли, все поели. Берегитесь же, плутовки, доберемся мы до вас. Вам поставим мышеловки, переловим всех сейчас». Дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее. По слову воспитателя: «хлоп», дети стоящие по кругу, опускают руки и приседают- мышеловка захлопнулась. Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Пойманные мыши переходят в круг и увеличивают размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями.

#### **Правила:**

1. Опускать сцепленные руки по слову «хлоп». После того, как мышеловка захлопнулась, нельзя подлезать под руки

**Варианты:** если в группе много детей, то можно организовать две мышеловки и дети будут бегать в двух.

### **УГАДАЙ, КОГО ПОЙМАЛИ?**

**Задачи:** развивать наблюдательность, активность, инициативу. Упражнять в беге, в прыжках.

**Описание:** дети сидят на стульчиках, воспитатель предлагает пойти погулять в лес или на полянку. Там можно увидеть птичек, жучков, пчел, лягушек, кузнечиков, зайчика, ежика. Их можно



поймать и принести в живой уголок. Играющие идут за воспитателем, а затем разбегаются в разные стороны и делают вид, что ловят в воздухе или присев на землю. «Пора домой»- говорит воспитатель и все дети, держа живность в ладошах, бегут домой и занимают каждый свой стульчик. Воспитатель называет кого-нибудь из детей и предлагает показать, кого он поймал в лесу. Ребенок имитирует движения пойманного зверька. Дети отгадывают, кого поймали. После они снова идут гулять в лес.

**Правила:**

1. Возвращаться по сигналу «Пора домой».

**Варианты:** поездка на поезде (сидят на стульчиках, имитируют руками и ногами движения и стук колес).

## **МЫ-ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА**

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

**Описание:** дети стоят на одной стороне площадки. Перед ними проводится черта. На противоположной стороне также проводится черта. Сбоку от детей, на середине, между двумя линиями, находится ловишка, назначенный воспитателем. Дети

хором произносят: «Мы веселые ребята, любим бегать и скакать, ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три- лови!» После слова «лови», дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих. Тот, кого ловишка дотронулся, прежде чем играющий пересек черту, считается пойманным и садится возле ловишки. После 2-3 перебежек производится пересчет пойманных и выбирается новый ловишка.

**Правила:**

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

**Варианты:** ввести второго ловишку. На пути убегающих- преграда- бег между предметами.

## **СТАДО И ВОЛК**

**Задачи:** развивать умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в ходьбе и быстром беге.

**Описание:** на одной стороне площадки очерчиваются кружки, квадраты. Это постройки: телятник, конюшня. Остальная часть занята «лугом». В одном из углов на противоположной стороне находится «логово волка» (в кружке). Воспитатель назначает одного из играющих «пастухом», другого- «волком», который находится в логове. Остальные

дети изображают лошадей, телят, которые находятся на скотном дворе, в соответствующих помещениях. По знаку воспитателя «пастух» по очереди подходит к «дверям» телятника, конюшни и как бы открывает их. Наигрывая на дудочке, он выводит все стадо на луг. Сам он идет позади. Играющие, подражая домашним животным щиплют траву, бегают, переходят с одного места на другое, приближаясь к логову волка. «Волк»- говорит воспитатель, все бегут к пастуху и становятся позади него. Тех, кто не успел добежать до пастуха, волк ловит и отводит в логово. Пастух отводит стадо на скотный двор, где все размещаются по своим местам.

#### **Правила:**

1. Волк выбегает из логова только после слова «волк». Одновременно с выбегающим волком все играющие должны бежать к пастуху. Не успевших встать позади пастуха, волк уводит к себе.

**Варианты:** в игру включить «водопой», нагибаются и как бы пьют воду.

### **ГУСИ-ЛЕБЕДИ**

**Задачи:** развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Упражняться в беге с увертыванием. Содействовать развитию речи.

**Описание:** на одном конце площадки проводится черта-«дом», где находятся гуси, на

противоположном конце стоит пастух. Сбоку от дома - «логово волка». Остальное место- «луг». Одного воспитатель назначает пастухом, другого волком, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей пастись на луг. Гуси ходят, летают по лугу. Пастух зовет их «Гуси, гуси». Гуси отвечают: «Га-га-га». «Есть хотите?». «Да-да-да». «Так летите». «Нам нельзя. Серый волк под горой, не пускает нас домой». «Так летите как хотите, только крылья берегите». Гуси расправив крылья, летят через луг домой, а волк выбегает, пересекает им дорогу, стараясь поймать побольше гусей (коснуться рукой). Пойманных гусей волк уводит к себе. После 3-4 перебежек подсчитывается число пойманных, затем назначается новый волк и пастух.

#### **Правила:**

1. Гуси могут лететь домой, а волк ловить их только после слов «Так летите, как хотите, только крылья берегите». Волк может ловить гусей на лугу до границы дома.

**Варианты:** увеличить расстояние. Ввести второго волка. На пути волка преграда- ров, который надо перепрыгнуть.

## **КТО СКОРЕЕ СНИМЕТ ЛЕНТУ**

**Задачи:** развивать у детей выдержку, умение действовать по сигналу. Дети упражняются в быстром беге, прыжках.

**Описание:** на площадке проводится черта, за которой дети строятся в несколько колонн по 4-5 человек. На расстоянии 10-15 шагов, напротив колонн натягивается веревка, высота на 15 см. выше поднятых вверх рук детей. Против каждой колонны на эту веревку накидывается лента. По сигналу «беги» все стоящие первыми в колоннах бегут к своей ленте, подпрыгивают и сдергивают ее с веревки. Снявший ленту первым, считается выигравшим. Ленты снова вешаются, те, кто были в колонне первыми, становятся в конец, а остальные подвигаются к черте. По сигналу бегут следующие дети. И т.д. Подсчитываются выигрыши в каждой колонне.

### **Правила:**

1. Бежать можно только после слова «беги». Сдергивать ленту только напротив своей колонны.

**Варианты:** поставить на пути бега препятствия. Протянуть веревку на расстоянии 40 см., под которую нужно подлезть, не задев ее. Провести две линии на расстоянии 30 см., через которые надо перепрыгнуть.

## **БЫСТРЕЕ ПО МЕСТАМ**

**Задачи:** развивать ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в быстром беге, ходьбе, подпрыгивании.

**Описание:** дети стоят в кругу на расстоянии вытянутых рук, место каждого отмечается предметом. По слову «бегите», дети выходят из круга, ходят, бегают или прыгают по всей площадке. Воспитатель убирает один предмет. После слов «по местам», все дети бегут в круг и занимают свободные места. Оставшемуся дети хором говорят «Ваня, Ваня, не зевай, быстро место занимай!»

### **Правила:**

1. Место в кругу можно занимать только после слов «По местам». Нельзя оставаться на месте после слова «бегите».

**Варианты:** в начале игры не прятать кубик, чтобы никто не оставался без места. Убрать 2 или 3 кубика. Зимой втыкают в снег флажки.

## **ЛОВИШКА, БЕРИ ЛЕНТУ**

**Задачи:** развивать у детей ловкость, сообразительность. Упражнять в беге с увертыванием, в ловле и в построении в круг.

**Описание:** играющие строятся по кругу, каждый получает ленточку, которую он закладывает сзади за пояс или за ворот. В центре круга- ловишка. По сигналу «беги» дети разбегаются, а ловишка стремится вытянуть у кого-нибудь ленточку. Лишившийся ленточки отходит в сторону. По сигналу «Раз, два, три, в круг скорей беги», дети строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество ленточек и возвращает их детям. Игра начинается с новым ловишкой.

### **Правила:**

1. Ловишка должен брать только ленту, не задерживая играющего. Играющий, лишившийся ленты, отходит в сторону.

**Варианты:** выбрать двух ловишек. У присевшего играющего нельзя брать ленту. Играющие пробегают по «дорожке», «мостику», перепрыгивая через «кочки».

## **МЫ ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА**

**Задачи:** учить детей действовать по сигналу, перебегать с одной стороны площадки на другую быстро с увертыванием. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.

**Описание:** дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне также проводится вторая черта. В центре площадки находится Ловишка. Игроки хором произносят:

«Мы весёлые ребята,  
Любим бегать и скакать,  
Ну, попробуй нас догнать.  
Раз, два, три, лови!»

После слова «лови» дети перебегают на другую сторону площадки, а Ловишка их ловит. Тот, кого Ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечёт черту, считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку.

**Варианты:** дети идут по кругу и проговаривают текст. Ловишка в центре. Разбегаются разными видами бега.

## ЛОВИШКИ - ПЕРЕБЕЖКИ

**Задачи:** учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую с увёртыванием, формировать умение действовать по сигналу. Развивать быстроту, ловкость.

**Описание:** дети стоят за чертой на одной стороне площадки. На второй стороне также проведена черта. Сбоку стоит Ловишка. На слова воспитателя: «Раз, два, три – беги!»-дети перебегают на другую сторону площадки, а Ловишка их ловит. После 2-3 перебежек ловишку выбирают из самых ловких и быстрых детей, которые небыли пойманы.

**Варианты:** Дети перебегают разными видами бега.

## КАРАСИ И ЩУКА

**Задачи:** учить детей ходить и бегать враспынную, по сигналу прятаться за камешки, приседая на корточки. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.

**Описание:** один ребёнок выбирается щукой, остальные делятся на две группы. Одна из них образует круг – это камешки, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за пределами круга. По сигналу воспитателя – щука – она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат занять место за кемнибудь из играющих и присесть за камешки. Пойманные караси

уходят за круг и подсчитываются. Игра повторяется с другой щукой.

**Варианты:** караси плавают не только в кругу но и между камней, щука находится в стороне. Можно выбрать две щуки.

## БЕЗДОМНЫЙ ЗАЯЦ

**Задачи:** учить детей бегать быстро, стараясь занять домик. Развивать внимание, быстроту реакции на сигнал.

**Описание:** выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные зайцы чертят себе кружочки и каждый встаёт в свой. Бездомный заяц убегает от охотника, он может спастись от охотника, забежав в любой кружок, тогда стоявший в кружке заяц должен сейчас же убежать, потому что он теперь бездомный заяц и охотник будет его ловить. Как только охотник осалил зайца, он сам становится зайцем, а бывший заяц – охотником.

**Варианты:** дети образуют круг взявшись за руки по 3-4 ребёнка, а в центре такого круга стоят зайцы; дети стоят в кругах нарисованных на земле по сигналу воспитателя зайцы меняются домиками – перебегают из одного в другой, а охотник занимает любой освободившийся домик, кто остался без домика становится охотником.

## СДЕЛАЙ ФИГУРУ

**Задачи:** учить детей бегать врассыпную по залу, участку. Приучать менять движение по сигналу, развивать равновесие, умение сохранять неподвижную прозу.

**Описание:** по сигналу воспитателя все дети разбегаются по залу. На следующий сигнал (удар в бубен) все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает тех чьи фигуры получились интереснее, наиболее удачными.

**Варианты:** можно выбрать водящего, который будет определять, чья фигура интереснее сложнее, тех кто каждый раз придумывает новые фигуры.

## УГОЛКИ

**Задачи:** учить детей перебегать с места на место быстро, незаметно для ведущего. Развивать ловкость, быстроту движений, ориентировку в пространстве.

**Описание:** дети становятся возле деревьев или в кружочках начерченных на земле. Один из играющих оставшийся в середине, подходит к кому – либо и говорит, Мышка, мышка продай мне свой уголок». Та отказывается. Водящий идёт с теми же словами к другому. В это время остальные дети меняются местами, а водящий в середине старается занять место одного из перебегающих. Если это ему

удастся, оставшийся без уголка становится на середину.

**Варианты:** если водящему долго не удаётся занять место, воспитатель говорит: «Кошка!» все дети одновременно меняются местами, водящий успевает занять уголок. Нельзя долго стоять в своём уголке.

## ЗАТЕЙНИКИ

**Задачи:** учить детей ходить по кругу, взявшись за руки вправо, влево. Повторять движения за водящим. Развивать внимание, память, творчество.

**Описание:** выбирается водящий – затейник, который встает в центр круга, образованный детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу и произносят:

«Ровным кругом друг за другом  
мы идём за шагом шаг.

Стой на месте дружно вместе

Сделаем вот так...»

Дети останавливаются, опускают руки, а затейник показывает какое-нибудь движение и все должны его повторить. Игра повторяется с другим затейником.

## ЗИМА И ЛЕТО

**Задачи:** учить детей строиться в 2 шеренги спиной друг к другу, быстро бегать, ловить свою пару. Развивать внимание, быстроту реакции.

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

**Варианты:** у каждого ребёнка мяч малого диаметра, по сигналу дети поворачиваются и бросают мяч в свою пару.

## КОРШУН И НАСЕДКА

**Задачи:** учить детей двигаться в колонне, держась друг за друга крепко, не разрывая сцепления. Развивать умение действовать согласованно, ловкость.

**Описание:** в игре участвуют 8-10 детей, одного из игроков выбирают коршуном, другого наседкой. Остальные дети – цыплята, они становятся за наседкой, образуя колонну. Все держаться друг за друга. В стороне гнездо коршуна. По сигналу он вылетает из гнезда и старается поймать цыплёнка, стоящего в колонне последним. Наседка вытягивая руки в стороны, не даёт коршуну схватить цыплёнка. Все цыплята следят за движениями коршуна и

быстро двигаются за наседкой. Пойманный цыплёнок идёт в гнездо коршуна.

**Варианты:** если детей много можно играть двумя группами.

## ВСТРЕЧНЫЕ ПЕРЕБЕЖКИ

**Задачи:** учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую в быстром темпе. Развивать внимание, быстроту движений.

**Описание:** две группы детей с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки за лин/ичьями в шеренги. (расстояние между детьми в шеренге не менее 1метра). У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, жёлтые. По сигналу воспитателя: «Синие!» - дети с синими лентами бегут на противоположную сторону, стоящие напротив протягивают вперёд ладоши и ждут, когда бегущие прикоснуться к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону, поворачивается и поднимает руку вверх.

**Варианты:** можно добавить ещё два цвета – красный, зелёный.

## ПУСТОЕ МЕСТО

**Задачи:** учить детей быстро бегать наперегонки в противоположные стороны. Развивать быстроту реакции, внимание.

**Описание:** играющие становятся вкруг, положив руки на пояс, - получают окошки. Выбирается водящий. Он ходит вне круга и говорит:

«Вокруг домика хожу,  
и в окошечки гляжу,  
к одному я подойду,  
и тихонько постучу».

После слов постучу, водящий останавливается, заглядывает в окошко и говорит: тук, тук, тук. Стоящий впереди спрашивает: «Кто пришёл?» водящий называет своё имя. Стоящий в кругу спрашивает: «Зачем пришёл?» водящий отвечает: «Бежим наперегонки» – и оба бегут в разные стороны. В кругу оказывается пустое место. Тот, кто добежит до него первым, остаётся в кругу, опоздавший становится водящим, и игра продолжается.

**Варианты:** водящий просто ходит за кругом и кладёт руку на плечо кому-нибудь, с ним и бегут в разные направления, стараясь занять пустое место.

## ЛОВИШКИ

**Задачи:** учить бегать по площадке врассыпную с увертыванием. Развивать умение действовать по сигналу, ловкость, быстроту движений.

**Описание:** дети находятся на площадке, Ловишка стоит на середине площадки. По сигналу – раз, два, три – лови – все дети разбегаются по площадке, увертываясь от ловишки. Тот кого Ловишка запятнал отходит в сторону.

### Правила:

1. Нельзя ловить того кто успел остановиться и встать на одну ногу.

2. Ловишка должен осалить убегающих мячом.

**Варианты:** ловишка не может ловить того кто успел присесть.

## ПАРНЫЙ БЕГ

**Задачи:** учить детей бегать в парах, не расцепляя рук, огибать предметы. Развивать ловкость, внимание.

**Описание:** дети стоят в колоннах парами на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки поставлены предметы (кегли, кубы и т.д.), по числу звеньев. По сигналу воспитателя первые пары детей взявшись за руки, бегут до предметов огибают их и возвращаются в конец своей колонны. По следующему сигналу бегут



вторые пары. Пара разъединившая руки, считается проигравшей.

**Варианты:** бежать с захлестом голени. Бег между предметами змейкой до ориентира.

## КРАСКИ

**Задачи:** учить детей бегать, стараясь, чтобы не догнали, прыгать на одной ноге, приземляясь на носок полусогнутую ногу. Развивать ловкость, быстроту движений, умение менять направление во время бега.

**Описание:** участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки – краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали хозяину, он приглашает одного из покупателей. Покупатель стучит:

-Тук! Тук!

-Кто там?

-Покупатель.

-Зачем пришёл?

- За краской.

-За какой?

-За голубой.

Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси да назад принеси!» если покупатель угадал цвет

краски, то краску забирает себе. Идёт второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель который набрал больше краски. Хозяин может придумать задание сложнее задание, например: скачи на одной ножке по красной дорожке.

**Варианты:** разговор повторяется, если покупатель угадал краску продавец говорит сколько стоит и покупатель столько раз хлопает продавца по вытянутой ладони. С последним хлопком ребёнок изображавший краску убегает а покупатель догоняет его и, поймав, отводит в условленное место.

## КТО СДЕЛАЕТ МЕНЬШЕ ПРЫЖКОВ

**Задачи:** учить детей прыгать в длину, делая сильный взмах руками, отталкиваясь и приземляясь на обе ноги. Развивать силу толчка, укреплять мышцы ног.

**Описание:** на площадке обозначают две линии на расстоянии 5-6 метров. Несколько детей встают к первой линии и по сигналу прыгают до второй линии, стараясь достичь её за меньшее число прыжков. Ноги слегка расставить и приземляться мягко на обе ноги.

**Варианты:** увеличить дистанцию до 10м. (это в среднем 8-10 прыжков).

## С КОЧКИ НА КОЧКУ

**Задачи:** учить детей перебираться с одной стороны площадки на другую прыжками с кочки на кочку на двух или одной ноге. Развивать силу толчка, умение сохранять равновесие на кочке, ловкость.

**Описание:** на земле чертят две линии – два берега, между которыми болото. Играющие распределяются парами на одном и другом берегу. Воспитатель чертит на болоте кочки (плоские кольца) на разном расстоянии друг от друга: 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90см. двое детей по сигналу прыгают с кочки на кочку отталкиваясь двумя ногами или одной, не становясь между кочками. стараясь перебраться на берег. Тот кто оступился, остаётся в болоте. Выходит следующая пара. Когда все выполнят задание, воспитатель назначает кому выводить детей из болота. Тот подаёт увязшему ребёнку руку и показывает прыжками путь выхода из болота.

**Варианты:** соревнование: «Кто быстрее переберётся через болото».

## УДОЧКА

**Задачи:** учить детей подпрыгивать на двух ногах стоя на месте, приземляясь на носки, полусогнутые ноги. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.

**Описание:** дети стоят по кругу в центре воспитатель. Он держит в руках верёвку на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает верёвку над самым полом, дети подпрыгивают на двух ногах вверх, так чтобы мешочек не задел их ног. Описав 2-3 круга делается пауза и подсчитываются пойманные.

**Варианты:** тех детей, кого поймали, выходят из игры, так пока не останутся самые ловкие.

## ПОЖАРНЫЕ НА УЧЕНИИ

**Задачи:** учить детей лазить по гимнастической стенке удобным способом, не пропуская реек и не спрыгивая. Развивать согласованную работу рук и ног, быстроту, ловкость.

**Описание:** дети строятся в 3-4 колонны лицом к гимнастической стенке – это пожарные.

На каждом пролёте на одинаковой высоте подвешиваются колокольчики. По сигналу воспитателя – удар в бубен или слова «Марш!» дети, стоящие в колонне первыми бегут к стенке взбираются по ней, звонят в колокольчик, спускаются вниз, затем возвращаются к своей

колонне и встают в её конец. Воспитатель отмечает тех кто быстрее всех выполнит задание. Затем по сигналу бегут вторые стоящие в колонне. Следить за тем чтобы дети не пропускали реек, не спрыгивали .

### **КТО СКОРЕЕ ДО ФЛАЖКА?**

**Задачи:** учить детей действовать по сигналу, прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, подлезать под дугу удобным способом, бегать наперегонки. Развивать умение соревноваться, передавать эстафету.

**Описание:** дети распределяются на три колонны поровну. На расстоянии 2м от исходной черты ставятся дуги или обручи, можно натянуть шнур, затем на расстоянии 3м. ставятся флажки на подставке. Дается задание: по сигналу воспитателя выполнить подлезание под дугу, затем прыжками на двух ногах допрыгать до флажка, обогнуть его и бегом вернуться в конец своей колонны.

**Варианты:** вводится усложнение: натягивается верёвка на высоте – 60см, дети должны не касаясь руками пола подлезть под шнуром.

### **БЕЛКИ В ЛЕСУ**

**Задачи:** учить детей лазить по гимнастической стенке, не пропуская реек, не спрыгивая. Развивать и укреплять мышцы плечевого пояса. Воспитывать интерес в подвижным играм.

**Описание:** выбирается охотник, все остальные дети – белки они сидят на «деревьях» - гимнастической стенке, скамейках, доски положенные на крупные кубы. По сигналу воспитателя: «Берегись!» или по удару в бубен все белки меняются местами: быстро слезают, спрыгивают с приборов и влезают на другие, в это время охотник дотрагивается до них рукой. Пойманными считаются белки осаленные охотником, а также те которые остались на прежних местах, они отходят в домик к охотнику.

**Варианты:** охотник пятнает белок мячом, можно выбрать 2-3 охотника.

### **МЯЧ ВОДЯЩЕМУ**

**Задачи:** учить детей ловить мяч, брошенный водящим руками не прижимая к груди. Бросать мяч двумя руками от груди. Развивать глазомер, моторику рук, быстроту, точность броска.

**Описание:** дети делятся на 2-3 группы и выстраиваются в круг, в центре каждого круга стоит водящий с мячом в руках. По сигналу воспитателя

водящие перебрасывают поочерёдно детям мяч двумя руками от груди и получают его обратно. Когда мяч обойдёт всех игроков, то он поднимает его над головой и говорит: «Готово!»

**Варианты:** мяч водящий бросает не по порядку, а в разнобой, выигрывает группа, у которой ни разу не упадёт мяч.

### ОХОТНИКИ И ЗАЙЦЫ

**Задачи:** учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд в рассыпную, действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в зайцев. Развивать ловкость, глазомер.

**Описание:** выбирается охотник, остальные дети – зайцы. На одной стороне площадки отводится место для охотника, на другой дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают на двух ногах или на право на левой поочерёдно в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч. Те в кого он попал считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом.

**Варианты:** охотников может быть 2-3, и у зайцев дома нет они просто увёртываются от мяча.

### СБЕЙ КЕГЛЮ

**Задачи:** учить детей катать мяч, стараясь сбить кеглю с расстояния 1,5-2м., бегать за мячом, предавая другим детям. Развивать глазомер, силу броска.

**Описание:** на одной стороне зала чертят 3-4 кружка, в них ставят кегли. На расстоянии 1,5-2м., от них обозначают шнуром линию. 3-4 ребёнка подходят к линии становятся напротив кеглей, берут по мячу и катят, стараясь сбить кеглю. Затем бегут, ставят кегли, берут мячи и приносят их следующим детям.

**Варианты:** бросать мяч правой, левой рукой, отталкивать ногой.

### ПОДБРОСЬ - ПОЙМАЙ

**Задачи:** учить детей подбрасывать теннисный мяч и ловить его, прокатывать товарищу. Развивать глазомер, ловкость, координацию движений.

**Описание:** дети становятся в две шеренги, на расстоянии -3м. в одной шеренге у всех шарик. По сигналу дети одновременно подбрасывают шарик вверх и ловят его двумя руками, затем прокатывают стоящим напротив. Те делают тоже самое.

**Варианты:** усложнение: при подбрасывании мяча выполнить хлопки, повернуться вокруг себя, бросать одной рукой ловить другой.

## ОХОТНИКИ И ЗВЕРИ

**Цель:** учить детей бросать маленький мяч, стараясь попасть в зверей, выполнять имитационные движения, изображая лесных зверей. Развивать ловкость, глазомер.

**Описание:** дети образуют круг, взявшись за руки. Рассчитываются на первый второй 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 попасть им в ноги убегающих и увёртывающихся зверей. Тот кого заденет мяч считается подстреленным выходит из круга. Затем игроки меняются ролями.

## ПОПАДИ В ОБРУЧ

**Задачи:** учить детей метать мешочки с песком в горизонтальную цель, правой левой рукой прицеливаясь. Развивать глазомер, точность броска.

**Описание:** дети стоят по кругу диаметром 8-10м. через одного в руках мешочек с песком. В центре круга лежит обруч. По сигналу воспитателя дети у которых в руках мешочки, передают их товарищам справа или слева по договорённости. Получив мешочки, дети бросают их стараясь попасть в обруч. Затем дети поднимают мешочки, и возвращаются на свои места в круг. Снова раздаётся

сигнал, и дети передают мешочки своим соседям – вторым номерам и т. д.

**Варианты:** забрасывать мешочки двумя одной рукой из-за головы, сидя, стоя на коленях.

## СЕРСО

**Задачи:** учить детей бросать деревянные кольца, стараясь их забросить на «кий» (деревянная палка), развивать ловкость, глазомер.

**Описание:** играют двое. Один при помощи кия бросает деревянные кольца, а другой ловит их на кий, можно сначала подбрасывать их рукой и ловить на руку, а затем использовать кий. Выигрывает тот, кто больше поймает колец.

**Варианты:** при большом количестве игроков дети делятся на пары и становятся друг против друга на расстоянии 3-4м.

## КОЛЬЦЕБРОСЫ

**Задачи:** учить детей набрасывать кольца на колышки, стараясь набросить как можно больше колец. Развивать глазомер, ловкость, выдержку.

**Описание:** дети договариваются, по сколько колец будет бросать каждый, становятся в порядке очереди за первую линию, набрасывают кольца на колышки. После того как все игроки выполнят

задание подсчитывают, кто больше колец забросил на колышки.

**Варианты:** дети встают у второй линии и бросают кольца оттуда.

## ГОРЕЛКИ

**Задачи:** учить детей бегать в парах на скорость, начинать бег только после окончания слов. Развивать у детей быстроту движений, ловкость.

**Описание:** дети становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. По считалке выбирается Ловишка. Он становится на линию спиной к остальным детям. Все стоящие парами говорят:

«Гори, гори ясно,

чтобы не погасло.

Глянь на небо – птички летят,

Колокольчики звенят.

Раз, два, три – беги!»

С окончанием слов дети стоящие в последней паре бегут вдоль колонны (один – справа, другой – слева, стремясь схватиться за руки. Ловишка старается поймать одного из пары и соединить с ним руки.

Если ловящий успел это сделать, он образует с пойманным новую пару и становится впереди колонны, а оставшийся без пары становится

ловишкой. Если Ловишка не поймал, он остаётся в той же роли.

Во время произнесения слов Ловишка не оглядывается, ловить можно до того, как играющие возьмутся за руки.

## Использованные источники

1. Шишкина, В. А. Подвижные игры для детей дошкольного возраста: пособие для педагогов учреждений дошк. образования / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич. – Минск : Нац. ин-т образования, 2012. – 88 с.
2. Учебная программа дошкольного образования / Министерство образования Республики Беларусь. — 2-е изд. — Минск : Нац. ин-т образования; Аверсэв, 2014. — 416 с.