

«Быстрее по местам»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать умение действовать по сигналу (по слову воспитателя); развивать ориентировку в пространстве; упражнение в быстром беге, в ходьбе, подпрыгивании.

Описание игры:

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук. Место каждого играющего отмечается каким-нибудь предметом, например кубиком, который кладётся на пол.

По слову воспитателя «бегите» или по удару в бубен дети выходят из круга, ходят, бегают или прыгают по всей площадке (комнате). Воспитатель тем временем убирает один из предметов, лишая, таким образом, места одного из играющих. При ударе в бубен или после слов воспитателя «по местам» - все дети бегут в круг и занимают любое свободное место. Оставшемуся без места дети хором говорят: «Ваня, Ваня, не зевай. Быстро место занимай».

Когда игра проводится последний раз, воспитатель кладёт на место кубик для того, чтобы все дети имели место.

Игра повторяется 5-6 раз.

Правила игры: Место в кругу можно занимать только после слов «по местам» или при ударе в бубен; нельзя оставаться на своём месте или внутри круга после слова «бегите».

Указания к проведению игры:

- 1) В то время, когда дети бегают по площадке, воспитатель может играть на бубне в разном ритме: для бега, ходьбы, поскоков;
- 2) Надо следить за тем, чтобы дети отбегали подальше от круга;
- 3) В начале игры один или два раза воспитатель не прячет кубик, чтобы никто из детей не оставался без места. В дальнейшем можно убирать 2-3 кубика;
- 4) В зимних условиях на воздухе, втыкаются в снег флажки.

«Карусель»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами; упражнение в беге, ходьбе по кругу и построении в круг.

Описание игры:

Играющие образуют круг. Воспитатель даёт детям шнур, концы которого связаны. Дети, взявшись правой рукой за шнур, поворачиваются налево и говорят текст:

Еле, еле, еле, еле – завертелись карусели,

А потом кру-гом, кру-гом – 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 по кругу два раза, 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 спешите! Карусель остановите!

Раз, два, раз, два – вот и кончилась игра!

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

После отдыха детей, воспитатель даёт три звонка или три раза ударяет в бубен – дети занимают свои места на карусели (становятся в круг, берут шнур). Игра возобновляется, не успевшие занять место до третьего звонка, не катаются на карусели, а стоят и ждёт, когда будет новая посадка.

Повторять игру можно 3-4 раза.

Правила игры:

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

Указания к проведению игры:

- 1) На шнур можно привязать бубенчики, цветные ленточки, чтобы карусель была нарядной.

«Удочка»

(игра большой подвижности с прыжками)

Цели: развивать ловкость, внимание, выдержку; упражнение в прыжках на месте в высоту.

Описание игры:

Играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых в стороны рук. Воспитатель находится в центре круга. Он вращает по кругу шнур, к концу которого привязан мешочек с песком (удочка). Играющие внимательно следят за мешочком и при его приближении подпрыгивают на месте, чтобы мешочек не коснулся их ног. Тот, кого верёвка или мешочек заденет по ногам, считается проигравшим.

Когда удочка заденет одного из играющих, делается небольшой перерыв, а затем игра снова возобновляется.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры: подпрыгивать нужно только тогда, когда удочка приближается.

Указания к проведению игры:

- 1) Для проведения игры необходимо иметь шнур длиной 2м (вес мешочка с песком 100-200г); воспитатель удлиняет или укорачивает шнур в зависимости от размера площадки и от количества играющих, беря его рукой ближе или дальше от конца;
- 2) Конец шнура с мешочком должен скользить по земле (по полу);
- 3) Воспитатель может не поворачиваться, а вращать шнур, перекладывая его из одной руки в другую;
- 4) До начала игры воспитатель показывает, как надо прыгать и проверяет, правильно ли делают это движение дети.

«Волк во рву»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать смелость, ловкость, умение действовать по сигналу; упражнение в прыжках в длину с разбегу.

Описание игры:

По середине площадки проводятся две параллельные черты на расстоянии 80-100 см одна от другой – это «ров». По краям площадки на расстоянии 1-2 шагов от её границы очерчивается «дом коз». Воспитатель назначает одного играющего «волком»; остальные изображают «коз».

Все козы располагаются на одной стороне площадки (дом). Волк становится в ров.

По сигналу воспитателя «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая через ров, а волк в это время старается их поймать (коснуться). Пойманных он отводит (вправо или влево) в угол рва. Затем воспитатель снова говорит: «волк во рву», козы перебегают на другую сторону, препрыгивая через ров.

После 3-4 перебежек все пойманные козы возвращаются в свой дом, и назначается другой волк (но не из числа пойманных коз).

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

- 1) Волк может ловить коз только во рву;
- 2) Коза считается пойманной в том случае, если волк её коснулся в тот момент, когда она перепрыгивает ров, или если она попала в ров хотя бы одной ногой.

Указания к проведению игры:

- 1) Линии, образующие ров, могут быть не параллельными, то есть уже с одной стороны, чтобы дети, затрудняющиеся в прыжках, все же могли перепрыгнуть;
- 2) Для усложнения игры вместо одного волка можно выбрать двух.

«Воробышки и автомобиль»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать умение выполнять движения по сигналу; упражнение детей в беге по разным направлениям и в прыжках.

Описание игры:

Границы площадки очерчиваются или отмечаются флажками. На одном конце площадки размещаются на стульях или на скамейках «воробышки». На другом конце обозначается место для «автомобиля» (гараж). Автомобиль изображает воспитатель.

«Воробышки вылетают из гнезда», - говорит воспитатель, и дети начинают бегать в разных направлениях (в пределах очерченной площадки), подняв руки в стороны. Появляется автомобиль. Воробышки пугаются и улетают в гнёзда (при этом каждый занимает своё место-гнездо). Автомобиль возвращается в гараж.

Игра повторяется 3-4 раза.

Общая продолжительность игры 5-6 минут.

Правила игры:

- 1) Нельзя убегать за границы площадки;
- 2) Вылетать из гнезда можно только по сигналу воспитателя;
- 3) Возвращаться в гнёзда можно лишь при появлении автомобиля.

Указания к проведению игры:

- 1) Первое время автомобиль изображает воспитатель, а затем он выбирает вместо себя одного или несколько детей;
- 2) Детям, изображающим в игре автомобиль, можно дать рули или флажки (флажки надо держать поднятыми вверх);
- 3) Воробышки могут помещаться в гнёздышках (в кружочках), начерченных на земле или выложенных из шишек, камешков;
- 4) Воробышки могут стоять на скамейках высотой 10-15 см и по сигналу воспитателя прыгивать с них;
- 5) Вместо скамеечек можно использовать доски на подставках. Воспитатель следит, чтобы при прыгивании дети сгибали колени и приземлялись на носки. Прежде чем вводить прыжки в игру, нужно дать детям возможность поупражняться, при этом воспитатель должен проследить, как прыгает каждый ребёнок, и помочь детям овладеть правильным движением;
- 6) В игру можно ввести «клевание зёрнышек». Воспитатель говорит: «Птички захотели есть и стали клевать зёрна». При этих словах дети присаживаются на корточки и стучат пальцами о пол или о землю.

«Бегите к флажку»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу; упражнение детей в беге, ходьбе.

Описание 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!» Он протягивает в стороны руки с флажками, дети бегут к нему и собираются возле флажка соответствующего цвета. Когда все дети соберутся, воспитатель предлагает поднять флажки вверх и помахать ими. Игра проводится 4-5 раз.

Правила игры:

- 1) Расходится по площадке можно только по слову воспитателя «Идите гулять»;
- 2) Бежать к воспитателю и становится против флажков своего цвета можно только после слов: «Раз, два, три, скорей сюда беги!»

Указания к проведению игры:

- 1) Воспитатель может менять флажки, перекладывая из одной руки в другую, чтобы дети собирались то справа, то слева от него;
- 2) Воспитатель включает в игру добавочный сигнал «Стой». По этому сигналу все играющие останавливаются и закрывают глаза. Воспитатель тем временем бесшумно переходит на другое место площадки и говорит: «Раз, два, три, скорей сюда беги!». Дети бегут к воспитателю и становятся против флажка своего цвета;
- 3) Флажки можно заменить платочками или ленточками.

«Гуси-лебеди»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать выдержку, умение выполнять движения по сигналу; упражнение в беге с увёртыванием.

Описание игры:

На одном конце площадки проводится черта – «дом», где находятся «гуси», на противоположном конце стоит «пастух». Сбоку от дома – «логово волка». Остальное место занято «лугом».

Одного из играющих воспитатель назначает пастухом, а другого – волком. Остальные изображают гусей.

Пастух выгоняет гусей пастись на луг. Гуси ходят, летают по лугу. Через некоторое время пастух зовёт их:

Гуси, гуси! 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 (вытянув руки в стороны), летят через луг домой, а волк выбегает, пересекает им дорогу, пытается поймать гусей. Пойманных гусей волк уводит к себе.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

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

Указания к проведению игры:

- 5) В начале игры роль пастуха выполняет воспитатель, а потом кто-нибудь из детей по его назначению;
- 6) Следует отметить волка, который поймал большее число гусей, а также тех гусей, которые ни разу не были пойманы волком;
- 7) Расстояние между лугом и домом 10-12 м.

«Лошадки»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать у детей умение действовать по сигналу и согласовывать движения друг с другом; упражнение в ходьбе, беге.

Описание игры:

Дети делятся на две равные группы. Одна – конюхи, другая – лошади. На одной стороне площадки – «конюшня», на другой – «помещение для конюхов», между ними – «луг». Воспитатель говорит: «Конюхи, вставайте, запрягайте лошадей!» «Конюхи» с вожжами в руках бегут к конюшне и запрягают «лошадей».

Когда все лошади запряжены, они устраиваются друг за другом и по указанию воспитателя едут шагом или бегут.

«Приехали» – конюхи останавливают лошадей. «Идите отдыхать» – конюхи распрягают лошадей и отпускают их пастись на луг, сами возвращаются на места. «Конюхи, запрягайте лошадей» – конюхи ловят лошадей и запрягают. Когда все лошади пойманы и запряжены, все выстраиваются друг за другом и игра возобновляется.

После 2-3 повторений игры воспитатель говорит: «Отведите лошадей в конюшню». Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их и отдают вожжи воспитателю.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

- 1) Играющие меняют движения (бег, ходьбу) только по сигналу воспитателя;
- 2) По сигналу «Идите отдыхать» – конюхи возвращаются на места; по сигналу «конюхи, запрягайте лошадей!» – конюхи ловят своих лошадей.

Указания к проведению игры:

- 1) Следует чередовать бег с ходьбой;
- 2) В игру можно включить ходьбу по «мостику» – доске, положенной горизонтально или наклонно на высоте 20-25 см. ходьбу по мостику надо давать после ходьбы, а не после бега;
- 3) При ходьбе шагом следует указать детям, что лошадки высоко поднимают ноги;
- 4) Игру можно разнообразить, предлагая разные цели поездки, например, поехать в лес за дровами;
- 5) Следует приготовить стойку для хранения вожжей и вешать их, когда игры кончается. Можно развесить вожжи на спинках стульев;
- 6) После нескольких повторений игры дети меняются ролями;
- 7) Если какой-нибудь конюх долго не может поймать свою лошадь, воспитатель и другие конюхи помогают ему;
- 8) Нужно приготовить стулья или скамейки для отдыха играющих – для конюхов и лошадок.

«Зайцы и волк»

(игра большой подвижности с прыжками)

Цели: развивать умение выполнять движения по сигналу; упражнение в беге, прыжках на обеих ногах, в приседании, в ловле.

Описание игры:

Одного из играющих воспитатель назначает «волком», остальные дети изображают «зайцев».

На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камешками, из которых выкладывают кружочки, квадраты.

В начале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки («в овраге»).

Воспитатель говорит:

Зайки скачут скок, скок, скок, На зелёный на лужок, на лужок, Травку щиплют, слушают, не идёт ли волк.

Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке (то прыгают на двух ногах, то присаживаются, щиплют траву и оглядываются).

При произнесении слова «волк» - волк бежит за зайцами и ловит их. Пойманных зайцев волк отводит в овраг. Волк уходит, воспитатель повторяет текст и игра возобновляется.

Продолжительность игры 5-6 минут.

Правила игры:

- 1) Зайцы могут выбегать на лужок лишь при словах воспитателя «Зайки скачут»;
- 2) Возвращаться на места можно лишь после слов воспитателя «волк».

Указания к проведению игры:

- 1) Перед проведением игры воспитатель вместе с детьми приносит 2-3 корзины с шишками и ставит их на таком расстоянии одну от другой, чтобы дети не толкали друг друга, когда будут брать из корзины шишки;
- 2) Надо следить за тем, чтобы дети не становились близко один от другого;
- 3) По окончании игры дети должны сами собрать шишки и положить их в корзины;
- 4) Первое время волка может изображать воспитатель.

«Лиса в курятнике»

(игра большой подвижности с прыжками)

Цели: развивать у детей ловкость и умение выполнять движения по сигналу; упражнение в беге с ловлей, в лазании и прыжках в глубину.

Описание игры:

На одной стороне площадки очерчивается «курятник» (размер его зависит от числа играющих). В курятнике «на насесте» (на скамейках) располагаются куры (дети стоят на скамейках). На противоположной стороне площадки находится «нора лисы». Всё остальное место – двор.

Один играющий – «лиса», а остальные – «куры». Они ходят и бегают по двору, клюют зёрна, хлопают крыльями.

По сигналу воспитателя «лиса» - куры убегают в курятник и взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест.

Лиса отводит пойманную курицу в свою нору. Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.

Игра заканчивается, когда лиса поймает 2-3 кур.

Общая продолжительность игры 6-7 минут.

Правила игры: Лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «лиса».

Указания к проведению игры:

- 1) Нужно проверить устойчивость скамеек или других предметов, на которые должны взбираться «куры»;
- 2) Если играющих немного, скамейка может быть заменена гимнастической стенкой;
- 3) Надо следить, чтобы дети спрыгивали легко, на носки, сгибая колени.

«Ловишка, бери ленту»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать ловкость, сообразительность; упражнение в беге с увертыванием, в ловле и в построении в круг.

Описание игры:

Играющие строятся по кругу. Каждый получает полоску из цветного материала или ленточку, которую он закладывает сзади за пояс или за ворот. В центре круга становится ловишка, назначаемый воспитателем. По сигналу воспитателя «беги» - дети разбегаются по площадке. Ловишка бежит за играющими, пытаясь вытянуть у кого-нибудь из них ленточку. Лишившийся ленточки временно отходит в сторону.

По сигналу воспитателя «раз, два, три, в круг скорей беги» - дети строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество взятых лент и возвращает их детям. Игра возобновляется с новым ловишкой.

Каждый раз игра длится не больше 1½ минуты.

Общая продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

- 3) Ловишка должен брать только ленту, не задерживая играющего;
- 4) Играющий, лишившийся ленточки, отходит в сторону.

Указания к проведению игры:

- 5) Ленточка должна так закладываться за ворот или за пояс, чтобы конец ее свешивался, и его можно было бы захватить рукой;
- 6) Воспитатель следит за тем, чтобы дети не перебежали границ площадки;
- 7) Если площадка большая, то нужно отметить границы ее флажками или очертить линиями.

«Ловля бабочек»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать выдержку и умение действовать по сигналу; упражнение в беге с увертыванием и в ловле, в приседании.

Описание игры:

Воспитатель выбирает четырёх из играющих – это «Дети с сачками». Остальные играющие – «бабочки». Дети с сачками отходят в сторону (на конец площадки). Около них воспитатель очерчивает место, куда дети будут собирать пойманных бабочек.

Воспитатель говорит: «Летите!», и все дети разлетаются по площадке.

По сигналу «Лови!» - двое детей выбегают ловить бабочек. Они ловят, смыкая руки вокруг пойманного, затем отводят его в условленное место.

В то время, когда дети уводят пойманного, воспитатель говорит: «Бабочки сели на цветы». Бабочки присаживаются на «цветок», и на площадке наступает тишина. «Летите» - и бабочки вылетают.

Когда поймано 3-5 бабочек, отмечают какая пара поймала больше. Затем выбираются другие дети с сачками, и игра начинается снова.

Повторить игру можно 6-8 раз, но каждый раз она длится не более 1½ минуты.

Правила игры:

Пойманным считается тот, кого дети сумели окружить и охватить сомкнутыми руками.

Указания к проведению игры:

Если детям долго не удаётся никого поймать, то воспитатель посылает на ловлю двух других детей, а те, которые ловили, возвращаются на место и отдыхают.

«Медведи и пчёлы»

(игра большой подвижности с лазанием)

Цели: развивать умение выполнять движения по сигналу; упражнение в беге, в лазании; воспитывать смелость.

Описание игры:

Играющие делятся на две неравные группы. Одна (треть детей) – «медведи», остальные – «пчёлы». На одной стороне площадки находится вышка (гимнастическая стенка) – «улей». На противоположной стороне на расстоянии 8-10 м очерчивается «луг». Сбоку от вышки в 3-5 м находится берлога медведей.

Пчёлы помещаются на вышке. По сигналу воспитателя пчёлы летят на луг за мёдом и жужжат. Как только все пчёлы улетят, медведи влезают на вышку, в «улей» и лакомятся мёдом. По сигналу воспитателя «медведи» - пчёлы летят в улей, а медведи слезают с вышки и убегают в берлогу. Не успевших убежать в берлогу пчёлы жалят (дотрагиваются до них рукой). Затем пчёлы возвращаются на вышку, и игра возобновляется. Ужаленный медведь не выходит за мёдом, а остаётся в берлоге. После того, как игра проведена 2-3 раза, дети меняются ролями.

Продолжительность игры 6-8 минут.

Правила игры:

- 5) Нельзя слезать с лестницы, пропуская перекладины. Прыгать на землю надо с последней ступеньки;
- 6) Пчёлы не ловят медведей, а только дотрагиваются до них;
- 7) Пчёлы могут жалить медведей, а медведи убежать в лес только после сигнала «медведи».

Указания к проведению игры:

- 8) Общее количество играющих не должно превышать 12-15 детей, так как иначе дети не смогут разместиться на вышке;
- 9) Воспитатель должен находиться у вышки, чтобы в случае надобности оказать помощь играющим;
- 10) Воспитатель следит, чтобы медведи не оставались в берлоге после того, как пчёлы улетели на луг.

«Охотник и зайцы»

(игра большой подвижности с метанием)

Цели: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу; упражнение в метании, в беге с увёртыванием, в прыжках на обеих ногах.

Описание игры:

На одной стороне площадки очерчивается место для охотника, назначаемого воспитателем. На другой стороне обозначаются кружками места нахождения «зайцев». В каждом кружке находится по 2-3 зайца.

Охотник обходит площадку, как бы разыскивая следы зайцев, затем возвращается к себе.

Воспитатель говорит: «Выбежали на полянку зайцы». Зайцы выбегают из своих кружков и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперёд. По слову воспитателя «охотник» - зайцы бегут в кружки, а охотник, не сходя с места, бросает в них мячом. Тот заяц, в которого охотник попал мячом, считается подстреленным, и охотник уводит его к себе.

После 2-3 повторений игры производится подсчёт пойманных зайцев и выбирается другой охотник.

Общая продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры: Охотник должен бросать мяч в ноги убегающих, не сходя с места.

Указания к проведению игры:

- 4) Воспитатель должен следить за тем, чтобы дети бросали мяч и правой и левой рукой;
- 5) Для усложнения игры можно ввести двух охотников;
- 6) Кроме зайцев, в игру могут быть включены другие звери: лисицы, медведи. В таком случае дети делятся на несколько групп и размещаются в нескольких местах комнаты: в одном месте лисицы, в другом – зайцы. Выбегают те звери, которых называет воспитатель, и делают соответствующие движения.

«Мыши в кладовой»

(игра большой подвижности с подлезанием)

Цели: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу; упражнение в подлезании, в беге.

Описание игры:

Дети-«мыши» сидят в норках – на стульях или на скамейках, поставленных вдоль стены 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, 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.

Правила игры:

- 1) Мыши могут бежать в кладовую только тогда, когда кошка заснёт;
- 2) Возвращаться в норки мыши могут лишь после того, как кошка проснётся и замаякает.

Условия к проведению игры:

- 1) В тот момент, когда мыши убегают из кладовой, воспитатель поднимает верёвку, чтобы она не мешала детям, а затем опускает её и бежит догонять мышей;
- 2) Воспитатель должен следить, чтобы дети, подлезая под верёвку, не задевали её.

«Кролики»

(игра большой подвижности с подлезанием)

Цели: развивать умение двигаться в коллективе, находить своё место на площадке; упражнение в подлезании, в беге, прыжках на двух ногах.

Описание игры:

На одной стороне площадки очерчиваются кружки – «клетки кроликов». Перед ними ставятся стульчики, к которым вертикально привязываются обручи, а если нет обручей, протягивается шнур. На противоположной стороне ставится стул – «дом сторожа», на котором сидит воспитатель. Между домом и клетками кроликов – «луг».

Воспитатель делит детей на маленькие группы по 3-4 человека. Каждая группа становится в очерченный кружок.

«Кролики сидят в клетках», - говорит воспитатель. Дети присаживаются на корточки – это кролики в клетках. Воспитатель, выполняющий роль сторожа, поочерёдно подходит к клеткам и выпускает кроликов на травку. Кролики пролезают в обруч 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 обруч.

Кролики отдыхают до тех пор, пока «сторож» не выпустит их из клетки.

Игру можно повторить 4-6 раз.

Указания к проведению игры:

- 1) Для проведения игры нужны стульчики и обручи из расчёта: два стульчика и один обруч на 3-4 детей;
- 2) Приготовить все надо до начала игры, чтобы не задерживать её проведение;
- 3) Детям следует дать побегать, попрыгать на двух ногах, но следить, чтобы они не переутомились;
- 4) В каждую «клетку» можно поставить скамейку или стульчики по числу «кроликов», находящихся в клетке.

«Не попадись»

(игра большой подвижности с прыжками)

Цели: развивать ловкость, решительность; упражнение в прыжках в длину с места.

Описание игры:

Чертится круг. Все играющие стоят за ним на расстоянии полушага. Воспитатель назначает одного из играющих водящим, и тот становится внутри круга в любом месте.

Играющие прыгают через линию в круг. Водящий бежит в кругу, стараясь коснуться играющих в то время, когда они находятся внутри круга. При приближении водящего играющие возвращаются за линию. Тот из играющих, до кого дотронулся водящий, считается проигравшим (но продолжает участвовать в игре).

Через 30-40 секунд воспитатель останавливает игру и считает проигравших. Затем выбирается новый водящий из тех детей, кого ни разу не коснулся предыдущий водящий.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

- 8) Линию круга нельзя переходить, ее можно только перепрыгивать;
- 9) Водящий может касаться играющего только тогда, когда он находится в кругу.

Указания к проведению игры:

- 5) до начала игры воспитатель показывает, как нужно перепрыгивать через линию круга, отталкиваясь двумя руками;
- 6) При проведении игры воспитатель следит за тем, чтобы дети не стояли на месте, а прыгали.

«Не оставайся на полу (земле)»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать выдержку, ловкость, умение действовать по сигналу, быстро ориентироваться в обстановке; упражнение в беге, в прыжках в глубину, в ловле.

Описание игры:

В различных местах площадки (комнаты), ближе к границам её, расставлены предметы высотой 25-30 см, на которые дети должны взбираться: лестницы со ступеньками, доски, поставленные на возвышение, невысокие ящики, скамейки (не меньше 25 см шириной). Выбирается ловишка. Ему надевают на руку повязку. Дети размещаются в разных местах площадки.

Под удары в бубен дети ходят, бегают или прыгают по площадке в зависимости от того темпа и ритма, который даёт воспитатель. Ловишка принимает участие в общем движении. По сигналу воспитателя «лови» все дети взбираются на расставленные предметы (возвышения). Ловишка ловит тех, кто не успел вскочить на возвышение. Пойманные садятся в стороне.

После 2-3 раз игры – игра возобновляется с новым ловишкой.

Общая продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

- 3) Бегать по комнате после слова «лови» нельзя – надо влезать на возвышение;
- 4) Занимать можно любое место.

Указания к проведению игры:

- 3) Воспитатель следит, чтобы дети спрыгивали с возвышения обеими ногами и мягко приземлялись, сгибая ноги;
- 4) Нужно, чтобы дети разбегались по всей площадке от предметов, на которые они должны взбираться.

«Мышеловка»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать выдержку, ловкость; упражнение в беге и приседании, построении в круг и ходьбе по кругу.

Описание игры:

Играющие делятся на две неравные группы (1\3 образует круг – «мышеловку», остальные изображают «мышей» и находятся вне круга).

Играющие, изображающие «мышеловку», берутся за руки и ходят по кругу, говоря:

Ах, как мыши надоели, все погрызли, все поели,

Берегитесь же, плутовки, доберёмся мы до вас.

Вот поставим мышеловки, переловим всех сейчас!

По окончании дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из неё. По слову «Хлоп!» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка считается захлопнутой. Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными и переходят в круг, увеличивая тем самым размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями и игра возобновляется.

Повторить игру можно 3-5 раз.

Правило игры:

После того, как мышеловка захлопнулась, нельзя мышам подлезать под руки стоящих по кругу или разрывать руки.

Указания к проведению игры:

- 1) Словесный сигнал «Хлоп!» можно заменить ударом на бубне;
- 2) Следует отметить наиболее ловких мышей, которые ни разу не остались в мышеловке.

«Охотник и зайцы»

(игра большой подвижности с метанием)

Цели: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу; упражнение в метании, в беге с увёртыванием, в прыжках на обеих ногах.

Описание игры:

На одной стороне площадки очерчивается место для охотника, назначаемого воспитателем. На другой стороне обозначаются кружками места нахождения «зайцев». В каждом кружке находится по 2-3 зайца.

Охотник обходит площадку, как бы разыскивая следы зайцев, затем возвращается к себе.

Воспитатель говорит: «Выбежали на полянку зайцы». Зайцы выбегают из своих кружков и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперёд. По слову воспитателя «охотник» - зайцы бегут в кружки, а охотник, не сходя с места, бросает в них мячом. Тот заяц, в которого охотник попал мячом, считается подстреленным, и охотник уводит его к себе.

После 2-3 повторений игры производится подсчёт пойманных зайцев и выбирается другой охотник.

Общая продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры: Охотник должен бросать мяч в ноги убегающих, не сходя с места.

Указания к проведению игры:

- 7) Воспитатель должен следить за тем, чтобы дети бросали мяч и правой и левой рукой;
- 8) Для усложнения игры можно ввести двух охотников;
- 9) Кроме зайцев, в игру могут быть включены другие звери: лисицы, медведи. В таком случае дети делятся на несколько групп и размещаются в нескольких местах комнаты: в одном месте лисицы, в другом – зайцы. Выбегают те звери, которых называет воспитатель, и делают соответствующие движения.

«Мыши в кладовой»

(игра большой подвижности с подлезанием)

Цели: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу; упражнение в подлезании, в беге.

Описание игры:

Дети-«мыши» сидят в норках – на стульях или на скамейках, поставленных вдоль стены 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, 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.

Правила игры:

- 3) Мыши могут бежать в кладовую только тогда, когда кошка заснёт;
- 4) Возвращаться в норки мыши могут лишь после того, как кошка проснётся и замаякает.

Условия к проведению игры:

- 3) В тот момент, когда мыши убегают из кладовой, воспитатель поднимает верёвку, чтобы она не мешала детям, а затем опускает её и бежит догонять мышей;
- 4) Воспитатель должен следить, чтобы дети, подлезая под верёвку, не задевали её.

«Кролики»

(игра большой подвижности с подлезанием)

Цели: развивать умение двигаться в коллективе, находить своё место на площадке; упражнение в подлезании, в беге, прыжках на двух ногах.

Описание игры:

На одной стороне площадки очерчиваются кружки – «клетки кроликов». Перед ними ставятся стульчики, к которым вертикально привязываются обручи, а если нет обручей, протягивается шнур. На противоположной стороне ставится стул – «дом сторожа», на котором сидит воспитатель. Между домом и клетками кроликов – «луг».

Воспитатель делит детей на маленькие группы по 3-4 человека. Каждая группа становится в очерченный кружок.

«Кролики сидят в клетках», - говорит воспитатель. Дети присаживаются на корточки – это кролики в клетках. Воспитатель, выполняющий роль сторожа, поочерёдно подходит к клеткам и выпускает кроликов на травку. Кролики пролезают в обруч 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 обруч.

Кролики отдыхают до тех пор, пока «сторож» не выпустит их из клетки.

Игру можно повторить 4-6 раз.

Указания к проведению игры:

- 5) Для проведения игры нужны стульчики и обручи из расчёта: два стульчика и один обруч на 3-4 детей;
- 6) Приготовить все надо до начала игры, чтобы не задерживать её проведение;
- 7) Детям следует дать побегать, попрыгать на двух ногах, но следить, чтобы они не переутомились;
- 8) В каждую «клетку» можно поставить скамейку или стульчики по числу «кроликов», находящихся в клетке.

«Не попадись»

(игра большой подвижности с прыжками)

Цели: развивать ловкость, решительность; упражнение в прыжках в длину с места.

Описание игры:

Чертится круг. Все играющие стоят за ним на расстоянии полушага. Воспитатель назначает одного из играющих водящим, и тот становится внутри круга в любом месте.

Играющие прыгают через линию в круг. Водящий бежит в кругу, стараясь коснуться играющих в то время, когда они находятся внутри круга. При приближении водящего играющие возвращаются за линию. Тот из играющих, до кого дотронулся водящий, считается проигравшим (но продолжает участвовать в игре).

Через 30-40 секунд воспитатель останавливает игру и считает проигравших. Затем выбирается новый водящий из тех детей, кого ни разу не коснулся предыдущий водящий.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

- 10) Линию круга нельзя переходить, ее можно только перепрыгивать;
- 11) Водящий может касаться играющего только тогда, когда он находится в кругу.

Указания к проведению игры:

- 7) до начала игры воспитатель показывает, как нужно перепрыгивать через линию круга, отталкиваясь двумя руками;
- 8) При проведении игры воспитатель следит за тем, чтобы дети не стояли на месте, а прыгали.

«Не оставайся на полу (земле)»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать выдержку, ловкость, умение действовать по сигналу, быстро ориентироваться в обстановке; упражнение в беге, в прыжках в глубину, в ловле.

Описание игры:

В различных местах площадки (комнаты), ближе к границам её, расставлены предметы высотой 25-30 см, на которые дети должны взбираться: лестницы со ступеньками, доски, поставленные на возвышение, невысокие ящики, скамейки (не меньше 25 см шириной). Выбирается ловишка. ему надевают на руку повязку. Дети размещаются в разных местах площадки.

Под удары в бубен дети ходят, бегают или прыгают по площадке в зависимости от того темпа и ритма, который даёт воспитатель. Ловишка принимает участие в общем движении. По сигналу воспитателя «лови» все дети взбираются на расставленные предметы (возвышения). Ловишка ловит тех, кто не успел вскочить на возвышение. Пойманные садятся в стороне.

После 2-3 раз игры – игра возобновляется с новым ловишкой.

Общая продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

- 5) Бегать по комнате после слова «лови» нельзя – надо влезать на возвышение;
- 6) Занимать можно любое место.

Указания к проведению игры:

- 5) Воспитатель следит, чтобы дети спрыгивали с возвышения обеими ногами и мягко приземлялись, сгибая ноги;
- 6) Нужно, чтобы дети разбегались по всей площадке от предметов, на которые они должны взбираться.

«Перелет птиц»

(игра большой подвижности с лазанием)

Цели: развивать выдержку, умение двигаться по сигналу; упражнение в беге, лазании.

Описание игры:

Дети стоят врассыпную на одном конце площадки (комнаты). Они – «птицы». На другом конце площадки помещается вышка для влезания или гимнастическая стенка с несколькими пролётами.

По сигналу воспитателя «птицы улетают» птицы летят, расправив крылья (дети, подняв руки в стороны, бегают по всей площадке). По сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури на деревьях. Когда воспитатель говорит «буря прекратилась», птицы спускаются спокойно с деревьев (с гимнастической стойки) и продолжают свой путь.

Продолжительность игры 6-8 минут.

Правила игры: при спуске нельзя пропускать перекладины или прыгивать.

Указания к проведению игры:

- 9) Воспитатель должен находиться возле приборов для лазания, чтобы в случае надобности помочь детям;
- 10) Если гимнастическая стенка имеет мало пролётов, нужно включать в игру не всю группу одновременно;
- 11) В случае отсутствия приборов для лазания дети могут влезать на скамейки или другие возвышения.

«Катай мяч (Оттолкни мяч)»

(игра большой подвижности с метанием)

Цели: развивать внимание, выдержку, ловкость; упражнение в катании мяча.

Описание игры:

Играющие образуют круг, опускаются на колени и садятся на пятки. Воспитатель катит мяч кому-нибудь из детей. Тот отталкивает его от себя рукой, не давая коснуться ног. Играющий, к которому докатился мяч, в свою очередь отталкивает его от себя, направляя к другому играющему. Тот, кто не успел оттолкнуть от себя мяч, и он коснулся его тела или укатился за круг, проигрывает и делает шаг из круга. Сидя за кругом, проигравший принимает участие в игре, стараясь отыгаться. Для этого нужно удачно оттолкнуть мяч, направленный к нему кем-нибудь из играющих. После этого он возвращается на своё место в кругу.

Продолжительность игры 4-5 минут.

Правила игры:

- 7) Мяч можно катать правой, левой рукой и двумя руками, но нельзя его бросать;
- 8) Играющий, не успевший оттолкнуть мяч, отодвигается на шаг из круга;
- 9) Если мяч прокатился между двумя играющими, то отодвигается за круг тот, у которого мяч прошёл справа.

Указания к проведению игры:

- 7) Для игры надо брать волейбольный или большой резиновый мяч;
- 8) Воспитатель следит за тем, чтобы мяч катался в разных направлениях, а не попадал к одним и тем же детям;
- 9) Нужно следить за тем, чтобы мяч катили и к проигравшим с тем, чтобы они имели возможность отыгаться.

«Поезд»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу; закрепление навыка построения в колонну; упражнение в ходьбе, беге друг за другом.

Описание игры:

Дети строятся в колонну по одной стороне площадки или вдоль стены комнаты. Первый стоящий в колонне – «паровоз», остальные – «вагоны».

Воспитатель даёт гудок, и дети начинают двигаться вперёд (без сцепления); вначале медленно, затем быстрее и наконец переходят на бег.

«Поезд подъезжает к станции», - говорит воспитатель. Дети постепенно замедляют темп и останавливаются.

Воспитатель вновь даёт гудок, и движение поезда возобновляется.

Общая продолжительность игры 4-5 минут.

Правила игры: поезд может двигаться только после гудка (то есть по сигналу воспитателя).

Указания к проведению игры:

- 1) Воспитатель регулирует темп и продолжительность движения поезда;
- 2) Первое время воспитатель сам ведёт колонну детей, а затем ставит впереди более активного ребёнка.
- 3) В варианте игры бежать в вагоны, то есть строиться в колонну, можно только по гудку паровоза;
- 4) Вначале можно разрешить детям строиться в любом порядке, а потом запоминать своё место в колонне.

Вариант игры:

После остановки поезда дети идут погулять: собирают цветы, ягоды, грибы, шишки. Услышав гудок, дети бегут в установленное место (к стене) и строятся в колонну; можно ещё предложить детям потанцевать.

«Мой весёлый, звонкий мяч»

(игра с прыжками)

Цели: развивать умение прыгать ритмично, выполнять движения по сигналу; упражнение в беге, в подпрыгивании на двух ногах.

Описание игры:

Дети сидят на стульях, расставленных в разных местах комнаты (возле стен) или по границе площадки. Воспитатель находится в центре. Он берёт большой мяч и начинает отбивать его рукой о землю, говоря при этом:

Мой весёлый, звонкий мяч, ты куда помчался вскачь?

Жёлтый, красный, голубой, не угнаться за тобой!

Затем воспитатель подзывает к себе детей и предлагает им попрыгать, «как мяч». Дети, наблюдая за мячом, прыгают в том же темпе. Воспитатель кладёт мяч и, повторяя стихотворение, делает движение рукой так, как будто отбивает мяч, а дети прыгают в том же темпе. Закончив стихотворение, воспитатель говорит: «Догоню». Все дети убегают к стульям и садятся на них, а воспитатель делает вид, что догоняет «мячи». Когда дети немного отдохнут, игра повторяется.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры: убежать можно только после слова «Догоню».

Указания к проведению игры:

- 1) Вначале воспитатель проводит игру с небольшой группой детей, а остальные сидят и смотрят. При повторении игры он вовлекает в неё ещё нескольких детей, а затем и всю группу;
- 2) Воспитатель может поставить рядом с собой нескольких детей, которые будут вместе с ним отбивать свои мячи, а затем ловить убегающих детей;
- 3) Вначале воспитатель не ловит, а только делает вид, что догоняет детей.

«Поймай комара»

(игра с прыжками)

Цели: развивать умение согласовывать движения со зрительным сигналом; упражнение в прыжках (подпрыгивание на месте).

Описание игры:

Играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру.

Воспитатель становится в середине круга. Он держит в руках прут (длиной 1-1,5 м) с привязанным на шнуре (длиной 0,5 м) картонным «комаром». Воспитатель обводит прут (кружит комара) немного выше головы играющих. Когда комар летит над головой, дети подпрыгивают, стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит: «Я поймал».

Затем воспитатель снова обводит прут круг.

Игра продолжается 4-5 минут.

Правила игры:

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

Указания к проведению игры:

- 1) Подпрыгивание на двух ногах можно предварительно (2-3 раза) провести без ловли комара, предложив детям показать, как они умеют высоко подпрыгивать;
- 2) Перед каждым повторением игры воспитатель должен проверить, чтобы дети отступили на 1-2 шага из круга, так как они его немного сужают при подпрыгивании;
- 3) Вращая прут с комаром, воспитатель должен то опускать, то поднимать его, но на такую высоту, чтобы дети могли достать комара.

Вариант: если группа детей небольшая, воспитатель может бежать впереди, держа в руках прут с картонным комаром, а дети будут его догонять.

«Воробышки и кот»

(игра большой подвижности с прыжками)

Цели: развивать умение размещаться в пространстве и двигаться в коллективе, не задевая друг друга; развивать умение действовать по сигналу; упражнение в прыжках в глубину, с места в длину и в быстром беге.

Описание игры:

Дети стоят вдоль стен комнаты на скамейках, на больших кубиках или в обручах, положенных на полу. Это «воробышки на крыше» или в «гнездышках». Поодаль сидит кошка, роль которой исполняет воспитатель. «Воробышки полетели», - говорит воспитатель. Воробышки спрыгивают с крыши или выпрыгивают из гнездышка и, расправив крылья, то есть вытянув руки в стороны, бегают врассыпную по всей комнате. «Кошка тем временем спит». Но вот она просыпается, произносит: «Мяу, мяу», - и бежит догонять воробышков, которые должны были спрятаться от неё на крыше или в гнездах, заняв свои места. Пойманных воробышков кошка отводит к себе «в дом».

Правила игры:

- 1) Воробышки спрыгивают с возвышений или выпрыгивают из обручей по сигналу воспитателя «воробышки полетели»;
- 2) Воробышки возвращаются на места, когда кошка произносит: «Мяу, мяу».

Указания к проведению игры:

- 1) Прежде чем начать игру можно предложить детям поупражняться в прыжках – спрыгнуть несколько раз с возвышений и снова влезть на них. Следить, чтобы, приземляясь, дети сгибали колени и опускались на носки;
- 2) Надо следить, чтобы во время бега врассыпную, дети не наталкивались друг на друга.

«Птички и кошка»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать решительность; упражнение в беге с увёртыванием.

Описание игры:

На земле чертится круг (диаметром 6-7 шагов) или кладётся 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 зёрнышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички спешат вылететь из круга. Тот, кого коснулась кошка в то время, как он находился в кругу, считается пойманным и идёт на середину круга. Когда кошка поймает 2-3 птичек, воспитатель выбирает новую кошку. Пойманные птички присоединяются ко всем играющим, и игра возобновляется.

Игра повторяется 4-5 раз.

Правила игры:

12) Кошка ловит птичек только в кругу;

13) Кошка может только касаться птичек, но не хватать их.

Указания к проведению игры:

- 11) Игру можно проводить в комнате и на площадке в любое время года;
- 12) Воспитатель отмечает ловких птичек, которых не поймала кошка, хотя они смело «подлетали» к ней;
- 13) Если кошка долго не может никого поймать, воспитатель даёт в помощь ей ещё одну кошку или выбирает новую.

«Найди себе пару»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу (быстро строиться в пары); развивать инициативу, сообразительность; упражнение в беге, в распознавании цветов.

Описание игры:

Играющие стоят вдоль стены комнаты. Воспитатель даёт каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя, например, удар в бубен, - дети разбегаются по площадке (комнате).

По другому сигналу (например, два удара в бубен) дети, имеющие одинаковые флажки, находят себе пару, и каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру.

Нужно, чтобы в игре принимало участие нечётное число детей, так как один из играющих должен остаться без пары. Обращаясь к оставшемуся без пары, все играющие хором говорят:

Ваня, Ваня, не зевай! Быстро пару выбирай!

Затем по удару в бубен дети опять разбегаются по площадке.

Игра повторяется 5-6 раз.

Общая продолжительность игры 7-8 минут.

Правила игры:

3) Играющие становятся в пары и разбегаются по площадке только по сигналу воспитателя;

4) Каждый раз играющие должны менять пару.

Указания к проведению игры:

- 10) Воспитатель следит за тем, чтобы во время бега дети держали свои флажки поднятыми вверх, чтобы на них не натолкнулись другие участники игры;
- 11) Если играющих чётное число, то в игру включается и воспитатель;
- 12) Надо следить за тем, чтобы дети не бегали парами, а находили (по сигналу) флажок одинакового цвета.

«Совушка»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу; упражнение в беге.

Описание игры:

На площадке проводятся линии, за которые играющие не вправе выбегать. В одном из углов площадки очерчивается (кружком) «гнездо совушки».

Все дети изображают бабочек, жуков. Одного из играющих воспитатель назначает «совушкой». По сигналу воспитателя «день» - дети разбегаются по площадке, махая руками, подобно движению крыльев насекомых, и жужжат, подражая жукам. Совушка в это время находится в своём гнезде.

Через некоторое время воспитатель говорит «Ночь». После этих слов бабочки, жуки замирают, останавливаясь на том месте, где их застали слова воспитателя, а совушка вылетает из своего гнезда, медленно машет крыльями и смотрит, не шевелится ли кто? Того, кто пошевелился - она отводит в своё гнездо. Вылет совы 2-3 раза, после подсчитывается число пойманных; воспитатель выбирает новую совушку и игра возобновляется.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

- 14) Играющие могут двигаться только после сигнала «день»;
- 15) После сигнала «Ночь» шевелиться нельзя;
- 16) Совушка вылетает ловить бабочек после сигнала «ночь».

Указания к проведению игры:

- 14) До начала игры объяснить детям, что сова ночью хорошо видит;
- 15) Каждый вылет совы продолжается 15-20 секунд, так как детям трудно оставаться в неподвижном положении;
- 16) Надо, чтобы сова следила за всеми участниками игры, а не сосредотачивала своё внимание на одном;
- 17) Подводя итог игры, надо отметить тех, кто ни разу не был отведён в гнездо к совушке.

«Скворечники»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать сообразительность, ориентировку в пространстве и умение действовать по сигналу; упражнение в беге.

Описание игры:

В разных местах площадки играющие чертят кружки или делают их из шнура, шишек. Это дома для скворцов – «скворечники». В каждом скворечнике помещается одна пара скворцов. Число играющих – нечетное, а число скворечников равно половине числа играющих без одного, так что одному скворцу всегда не хватает места. Дети, изображая скворцов, бегают («летают») по площадке в разных направлениях. По сигналу воспитателя «скворцы прилетели – они бегут в скворечники. Один опоздавший остаётся без места и считается проигравшим».

Когда все скворцы разместились, воспитатель говорит «скворцы летят!» Тогда все играющие выбегают из кружков и опять бегают по площадке. Игра начинается сначала, и дети могут занимать любые кружки.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

Один кружок могут занимать только двое играющих.

Указания к проведению игры:

- 1) Нужно следить за тем, чтобы играющие подальше отбегали от кружков;
- 2) Если играющих четное число – в игру включается воспитатель.

«Найди свой домик» (Солнышко и дождик)

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать умение выполнять движения по сигналу и находить своё место на площадке; упражнение детей в ходьбе и беге.

Описание игры:

Дети сидят на стульях или скамейках, поставленных вдоль стены комнаты или по сторонам площадки, это их «дом». Воспитатель смотрит в окно и говорит: «Какая хорошая погода! Идите гулять!» Дети встают и идут в любом направлении. «Дождь пошёл, - говорит воспитатель, - бегите домой!» Дети бегут к стульям и занимают свои места.

Воспитатель приговаривает: «Кап, кап, кап» - и стучит пальцами о какой-нибудь предмет, изображая, как дождь бьёт по крыше.

Постепенно дождь утихает, и воспитатель снова говорит детям: «Идите гулять! Дождь перестал».

Так повторяется 3-4 раза. После этого дети возвращаются в домики, а воспитатель осматривает их одежду и расспрашивает, не намочили ли они платье, ботинки.

Затем игра возобновляется. Игру следует повторить 4-5 раз.

Правила игры:

- 1) Дети уходят из дома по сигналу: «Идите гулять!»;
- 2) Дети бегут домой по сигналу воспитателя: «Дождь пошёл!»

Указания к проведению игры:

- 1) Игру можно постепенно усложнять: дети вначале занимают любой стул, а затем только свой;
- 2) Вместо домика можно устроить переносный навес (из материи, большого платка или одеяла), растягивать который воспитателю помогает ребёнок из группы. Дети прячутся от дождя под навес.
- 3) Сначала дети устраиваются под навесом в определённом месте, а потом навес устраивается в разных местах площадки;
- 4) Во время прогулки дети могут собирать грибы, ягоды;
- 5) Иногда ходьбу можно заменить пляской.

«Мыши и кот»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать умение детей выполнять действия по сигналу; упражнение в беге по разным направлениям.

Описание игры:

Дети – «мыши» сидят в норках – на стульях или на скамейках, поставленных вдоль стен комнаты или по сторонам площадки.

В одном из углов площадки сидит «кошка», роль которой исполняет воспитатель.

Кошка засыпает и мыши разбегаются по комнате. Но вот кошка просыпается, мяукает, начинает ловить мышей, которые бегут в норки и занимают свои места на стульях. (Воспитатель только делает вид, что хочет поймать кого-либо). После того как все мыши вернутся в норки, кошка ещё раз проходит по комнате, а затем возвращается на своё место и засыпает.

Игра повторяется 4-5 раз.

Правила игры:

- 1) Мыши могут выбегать из норок только тогда, когда кошка заснёт;
- 2) Возвращаться в норки мыши могут лишь после того, как кошка проснётся и замаякает.

Указания к проведению игры:

- 1) Воспитатель следит за тем, чтобы все дети выбегали из норок;
- 2) Воспитатель может использовать в игре кошку-игрушку или такую, которая надевается на руку.

«Спрячь руки за спину»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать быстроту реакции на сигнал; упражнение в беге, в ловле, закрепляют правильную осанку.

Описание игры:

Воспитатель назначает одного из играющих «ловишкой». Он стоит в середине площадки. Остальные играющие стоят в разных местах площадки и держат руки за спиной. По слову воспитателя «начинай» играющие опускают руки и начинают бегать в любом направлении, но только в пределах границ площадки, обозначенной флажками. Задача ловишки – поймать (коснуться) кого-либо из играющих, но касаться можно только тех, у кого руки опущены. Если играющий успел заложить руки за спину, ловишка не может его трогать. Если в течение 30-40 секунд ловишка не успел поймать никого, его сменяет новый ловишка.

Общая продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

- 17) Нельзя ловить тех, у кого руки заложены за спину;
- 18) Выбравший за пределы площадки считается пойманным;
- 19) Руки закладываются за спину только в тот момент, когда ловишка близко подходит к играющему.

Указания к проведению игры:

Нужно следить за тем, чтобы играющие закладывали руки за спину только при приближении ловишки и хорошо выпрямляли при этом спину. Это обеспечивает хорошую осанку.

«Коршун и наседка»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать сообразительность, ловкость; упражнение в беге колонной.

Описание игры:

В игре участвует 8-10 детей. Один из играющих выбирается «коршуном», другой – «наседкой». Остальные дети «цыплята»; они становятся за наседкой, образуя колонну. Все держатся друг за друга, а стоящий впереди – за наседку. На противоположной стороне площадки очерчивается кружок – «гнездо коршуна». По сигналу воспитателя «коршун» он вылетает из гнезда и старается поймать цыпленка, стоящего последним в колонне. Наседка, «распустив крылья» - вытянув руки в стороны, защищает своих цыплят, не даёт коршуну схватить цыплёнка.

Все цыплята следят за движениями коршуна и двигаются за наседкой, не разрывая сцепления в колонне, стараясь помешать коршуну поймать последнего цыпленка. Пойманного цыпленка коршун отводит к себе в гнездо. Игра возобновляется с новым коршуном и наседкой.

Продолжительность игры 5-6 минут.

Правила игры:

Наседка не должна хватать коршуна руками, она может только преграждать ему путь.

Указания к проведению игры:

- 10) цыплята могут держаться за платье впереди стоящего или положить руки друг другу на плечи;
- 11) продолжительность игры с одной и той же наседкой не более 40-50 секунд;
- 12) по окончании игры воспитатель отмечает тех наседок, которые хорошо защищали цыплят.

«Стадо и волк»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать умение выполнять движения по сигналу; упражнение в ходьбе, в быстром беге.

Описание игры:

На одной стороне площадки очерчиваются кружки, квадраты. Это постройки на скотном дворе. Остальная часть площадки занята «лугом». В одном из углов на противоположной стороне площадки находится «логово волка» (в кружке).

Воспитатель назначает одного из играющих «пастухом», другого – «волком», который находится в логове.

Остальные дети изображают телят, лошадей, которые находятся на скотном дворе в соответствующих помещениях.

По знаку воспитателя пастух подходит по очереди к «дверям» телятника и как бы открывает её. Наигрывая на дудочке, он выводит всё стадо на луг. Сам он идёт позади.

Играющие, подражая домашним животным, щиплют траву, прыгают, бегают, переходят с одного места на другое и всё ближе приближаются 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 к себе в логово. Пастух уводит стадо на скотный двор, где все опять размещаются по своим местам; затем игра возобновляется.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

20) Волк выбегает из логова лишь после слова «волк»;

21) Одновременно с выбегающим волком все играющие должны бежать к пастуху и становятся позади него;

22) Не успевших после сигнала стать позади пастуха - волк ловит и уводит к себе.

Указания к проведению игры:

18) Первое время в игру можно включать не всех детей одновременно, а выпускать поочерёдно: сначала козочек, потом телят, потом лошадей;

2) В игру можно включить «водопой» - дети подходят к начерченной «канавке», нагибаются и как бы пьют воду.

«Пятнашки»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать у детей быстроту реакции на сигнал; упражнение в беге с увёртыванием и в ловле.

Описание игры:

Дети находятся в разных местах площадки (границы её обозначены флажками). Назначенный воспитателем или выбранный детьми пятнашка, получив цветную повязку (ленточку), становится на середине площадки.

После сигнала воспитателя «Лови!» - все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого-нибудь из играющих и коснуться его рукой. Тот, кого водящий коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда пятнашка поймает 3-4 играющих.

Затем выбирается новый пятнашка.

Общая продолжительность игры 5-6 минут.

Правила игры:

5) Играющий, которого пятнашка коснулся рукой, должен отойти в сторону;

6) Ловить можно только после сигнала «Лови!»;

7) Нельзя выбегать за границы площадки.

Указания к проведению игры:

13) Если пятнашка в течение 30-40 секунд не может поймать ни одного из играющих, воспитатель должен назначить другого водящего;

14) Можно около одной стороны площадки начертить кружок (1-2 м). это дом, куда идут пойманные;

15) Повязку следует надевать на руку.

«Мы весёлые ребята»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать умение выполнять движения по сигналу (по слову); упражнение в беге по определённому направлению с увёртыванием.

Описание игры:

Дети стоят на одной стороне площадки или у стены комнаты. Пред 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 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 догоняет бегущих. Тот, до кого ловишка дотронулся, прежде чем играющий пересёк черту, считается пойманным и садится возле ловишки.

После двух-трёх перебежек производится подсчёт пойманных и выбирается новый ловишка.

Игра продолжается 6-7 минут.

Правила игры:

- 1) Перебегать на другую сторону можно только после слова «Лови!»;
- 2) Тот, до кого дотронулся ловишка, отходит в сторону;
- 3) Того, кто перебежал на другую сторону площадки за черту, ловить нельзя.

Указания к проведению игры:

- 19) Если после двух-трёх пробежек ловишка никого не поймает, всё равно выбирается новый ловишка;
- 2) Расстояние между двумя чертами не должно превышать 10-12 м.

«У медведя во бору»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу; развивать навык коллективного движения в определённом темпе; упражнение в беге по определённому направлению с увёртыванием.

Описание игры:

На одном конце площадки проводится черта. Это «опушка леса». За чертой, на расстоянии 2-3 шагов от неё, очерчивается место для медведя. На противоположном конце площадки обозначается линией «дом детей».

Воспитатель назначает одного из играющих «медведем». Остальные играющие – дети, они находятся у себя дома.

Воспитатель говорит: «Идите гулять!» Дети направляются к опушке леса, собирая грибы, ягоды, имитируя соответствующие движения (наклон и выпрямление корпуса), и одновременно произносят:

У медведя во бору, грибы, ягоды беру.

А медведь сидит и на нас рычит.

Когда играющие произносят последнее слово – медведь с рычанием встаёт, а дети бегут домой. Медведь старается их поймать (коснуться). Пойманного медведь отводит к себе. Дети возобновляют сбор грибов, ягод.

После того, как медведь поймает 2-3 играющих, назначается или выбирается другой медведь, и игра повторяется.

Продолжительность игры 7-8 минут.

Правила игры:

- 1) Медведь имеет право вставать со своего места и ловить, а играющие – убегать домой только после слова «рычит»;
- 2) Медведь не может ловить детей за линией дома.

Указания к проведению игры:

- 16) Дети должны произносить стихи хором, все в одном темпе;
- 17) Рекомендуется до начала игры поупражняться в коллективном чтении текста;
- 18) В конце игры воспитатель должен отметить медведя, который ловил быстрее других, а также тех детей, которые ни разу не были пойманы.

«Цветные автомобили»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу; упражнение в беге, ходьбе.

Описание игры:

Вдоль стены комнаты или по краю площадки сидят на стульях дети. Они – «автомобили». Каждому из играющих даётся флажок какого-либо цвета (по желанию) или цветной круг. Кольцо. Воспитатель стоит лицом к играющим в центре комнаты (площадки). Он держит в руке три цветных флажка.

Воспитатель поднимает флажок какого-нибудь цвета.

Все 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 каждый в свой «гараж» (к своему стулу). Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета и игра возобновляется.

Воспитатель может поднимать один, два или все три флажка вместе, и тогда все автомобили выезжают из своих гаражей.

Продолжительность игры 4-6 минут.

Правила игры:

- 1) выезжать из гаража можно только по сигналу воспитателя, то есть при поднятии воспитателем флажка соответствующего цвета;
- 2) Возвращаться в гараж можно только по сигналу воспитателя «автомобили возвращаются»;
- 3) Если флажок опущен, автомобили не двигаются.

Указания к проведению игры:

- 1) Если дети не видят, что флажок опущен, воспитатель дополняет зрительный сигнал словесным: «Автомобили (называет цвет) остановились»;
- 2) Количество цветов увеличивается постепенно. Вначале даются флажки двух, затем трёх и четырёх основных (спектральных) цветов.

«Трамвай»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать умение различать цвета (красный, зелёный, жёлтый) и действовать по зрительному сигналу; упражнение в беге и ходьбе в колонне; знакомство с правилами уличного движения.

Описание игры:

Дети стоят вдоль стены комнаты или стороны площадки в колонне парами, держа друг друга за руку. Свободными руками они держатся за шнур, концы которого связаны (один ребёнок держится правой рукой, другой – левой). Воспитатель находится в одном из углов комнаты и держит в руке три цветных флага – жёлтый, красный и зелёный. Воспитатель поднимает флаг зелёного цвета, и дети бегут – «трамвай движется». Добежав до воспитателя, дети смотрят, не сменился ли цвет флага; если поднят зелёный флаг – движение трамвая продолжается; если появляется жёлтый или красный флаг, дети останавливаются и ждут, когда появится зелёный цвет, чтобы можно было снова двигаться.

Продолжительность игры 5-6 минут.

Правила игры: Бежать можно только при поднятии зелёного флага; при появлении жёлтого и красного флагов колонна останавливается.

Указания к проведению игры:

- 1) В игру можно включать не всех детей, а часть группы (детей можно поставить не парами, а по одному в колонну);
- 2) Сюжет игры можно развернуть и усложнить: устроить остановку, на которой дети сидят и ждут прибытия трамвая; когда трамвай подъезжает к остановке, он замедляет ход и останавливается; одни пассажиры выходят из трамвая, другие – входят. При посадке дети приподнимают шнур. Те дети, которые вышли из трамвая, садятся на стулья, стоящие у стены;
- 3) До проведения игры детей следует познакомить с тремя цветами: жёлтым, красным и зелёным;
- 4) Если детям наиболее знаком автобус или троллейбус, можно трамвай заменить другим видом транспорта.

«Чья колонна (звено) скорее соберётся»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать умение выполнять движения по сигналу (по слову); упражнение в быстром беге и построении в колонну.

Описание игры:

Дети делятся на 3-4 группы с одинаковым числом играющих; им даются флажки 3-4 цветов.

В разных концах площадки или по одной стороне ставятся на подставках или кладутся на стулья 3-4 флага разных цветов.

Каждая группа строится колонной перед флагом своего цвета.

Когда играющие построятся, воспитатель ударяет в бубен, и дети начинают ходить, бегать, прыгать по площадке в разных направлениях. Движения меняются в зависимости от того ритма и темпа, которые даются воспитателем.

По сигналу «на места!» - дети бегут к своему флагу и строятся в колонну (лицом к флагу). Воспитатель отмечает какая группа построилась первой. После двух повторений игры, в тот момент, когда дети бегают, прыгают, он говорит: «Стой!» Дети останавливаются и закрывают глаза. Тем временем воспитатель меняет места флагов и говорит: «На места!» дети открывают глаза и стоятся в колонну против своего флага.

Общая продолжительность игры 4-6 минут.

Вариант: По сигналу «стоп» - дети останавливаются и закрывают глаза, а ведущие тем временем меняются местами. По сигналу «На места!» - дети открывают глаза и занимают места за своим ведущим.

Правила игры: Можно строиться в колонну только после сигнала воспитателя «На места!»; Нельзя открывать глаза до сигнала воспитателя.

Указания к проведению игры:

20) Воспитатель должен следить, чтобы дети отходили дальше от того места, где помещаются флажки;

21) На летнем празднике можно каждой колонне дать веночки из цветов: одной колонне из белых цветов, другой – из жёлтых, или дать в руки букетики цветов.

«Самолёты»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать у детей ориентировку в пространстве; закреплять навык построения в колонну; упражнение в беге.

Описание игры:

Дети стоят в три-четыре колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают лётчиков на самолётах. Они готовятся «к полёту». По сигналу воспитателя «К полёту готовься!» - дети кружат согнутыми в локтях руками – «заводят мотор». «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и «летят» врассыпную в разных направлениях по площадке.

По сигналу воспитателя «На посадку!» - «самолёты» находят свои места и «приземляются»: строятся в колонны и опускаются на одно колено.

Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры:

3) Играющие должны вылетать после сигнала воспитателя: «Летите!»;

4) По сигналу воспитателя «На посадку!» - играющие должны возвратиться в свои колонны на те места, где «выложен знак» (положен флажок).

Указания к проведению игры:

19) Ведущими колонн надо назначать первое время более активных детей;

20) Следует обращать внимание на лёгкость бега детей.

«Мышеловка»

(игра большой подвижности с бегом)

Цели: развивать выдержку, ловкость; упражнение в беге и приседании, построении в круг и ходьбе по кругу.

Описание игры: Играющие делятся на две неравные группы (1\3 образует круг – «мышеловку», остальные изображают «мышей» и находятся вне круга). Играющие, изображающие «мышеловку», берутся за руки и ходят по кругу, говоря:

Ах, как мыши надоели, все погрызли, все поели,

Берегитесь же, плутовки, доберёмся мы до вас.

Вот поставим мышеловки, переловим всех сейчас!

По окончании дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из неё. По слову «Хлоп!» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка считается захлопнутой. Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными и переходят в круг, увеличивая тем самым размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями и игра возобновляется.

Повторить игру можно 3-5 раз.

Правило игры:

После того, как мышеловка захлопнулась, нельзя мышам подлезать под руки стоящих по кругу или разрывать руки.

Указания к проведению игры:

- 3) Словесный сигнал «Хлоп!» можно заменить ударом на бубне;
- 4) Следует отметить наиболее ловких мышей, которые ни разу не остались в мышеловке.

«Охотник и зайцы»

(игра большой подвижности с метанием)

Цели: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу; упражнение в метании, в беге с увёртыванием, в прыжках на обеих ногах.

Описание игры:

На одной стороне площадки очерчивается место для охотника, назначаемого воспитателем. На другой стороне обозначаются кружками места нахождения «зайцев». В каждом кружке находится по 2-3 зайца.

Охотник обходит площадку, как бы разыскивая следы зайцев, затем возвращается к себе. Воспитатель говорит: «Выбежали на полянку зайцы». Зайцы выбегают из своих кружков и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперёд. По слову воспитателя «охотник» - зайцы бегут в кружки, а охотник, не сходя с места, бросает в них мячом. Тот заяц, в которого охотник попал мячом, считается подстреленным, и охотник уводит его к себе.

После 2-3 повторений игры производится подсчёт пойманных зайцев и выбирается другой охотник. Общая продолжительность игры 5-7 минут.

Правила игры: Охотник должен бросать мяч в ноги убегающих, не сходя с места.

Указания к проведению игры:

- 21) Воспитатель должен следить за тем, чтобы дети бросали мяч и правой и левой рукой;
- 22) Для усложнения игры можно ввести двух охотников;
- 23) Кроме зайцев, в игру могут быть включены другие звери: лисицы, медведи. В таком случае дети делятся на несколько групп и размещаются в нескольких местах комнаты: в одном месте лисицы, в другом – зайцы. Выбегают те звери, которых называет воспитатель, и делают соответствующие движения.

