

Приложение
к Основной образовательной программе
начального общего образования
Муниципального бюджетного общеобразовательного
учреждения «Лицей №20»,
утвержденной 01.09.2016г. приказом № 389

Программа внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

по направлению: спортивно-оздоровительное

Разработана МО учителей начальных классов Лицея № 20

Для 1-4 классов

Количество часов в учебном году:

1 класс - 99; в неделю 3 часа;

2-4 классы – 306, в неделю 3 часа.

1. Пояснительная записка

1.2. Актуальность.

Забота о здоровье ребенка стала занимать во всем мире приоритетные позиции. И это понятно, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные, здоровые.

Дети младшего школьного возраста отличаются особой подвижностью и постоянной потребностью к движению. Огромную потребность в движении они обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них – это, прежде всего, двигаться, действовать. Подвижные игры в большой степени способствуют воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе. Во время подвижных игр у детей не только совершенствуются движения, но и развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Подвижные игры имеют большую роль в воспитании сознательной дисциплины у детей, которая является непременным условием каждой коллективной игры. Они приучаются согласовывать свои действия и соблюдать определенные правила, таким образом в процессе игр у детей формируются понятия о нормах общественного поведения, воспитываются определенные культурные привычки.

Занятия подвижными играми вырабатывают координированные, экономные и согласованные движения; игроки приобретают умения быстро входить в нужный темп и ритм работы, ловко и быстро выполнять разнообразные двигательные задачи, проявляя при этом необходимые усилия и настойчивость, что важно в жизни.

Говоря о влиянии подвижной игры на умственное развитие, следует отметить, что она вынуждает мыслить наиболее экономично, укрощать эмоции, мгновенно реагировать на действия соперника и партнера. Развивая привычку к волевому действию, игры создают почву для произвольного поведения, вне игровой деятельности приводя к развитию способности к элементарной самоорганизации, самоконтролю.

Подвижная игра носит коллективный характер. Мнение сверстников, как известно, оказывает большое влияние на поведение каждого игрока. В зависимости от качества выполнения роли тот или иной участник подвижной игры может заслужить поощрение или, наоборот, неодобрение товарищей; так дети приучаются к деятельности в коллективе.

Соревновательный характер коллективных подвижных игр способствует проявлению решительности, мужества и упорства для достижения цели. Добровольное принятие ограничений действий правилами, принятыми в коллективной подвижной игре, при одновременном увлечении игрой дисциплинирует играющих детей.

Игре свойственны противодействия одного игрока другому, одной команды – другой, когда перед играющим возникают самые разнообразные

задачи, требующие мгновенного разрешения. Для этого необходимо в кратчайший срок оценить окружающую обстановку, выбрать наиболее правильное действие и выполнить его. Так подвижные игры способствуют самопознанию.

В подвижных играх у детей развиваются и совершенствуются основные движения, формируются такие качества, как смелость, находчивость, настойчивость, организованность.

Таким образом, использование подвижных игр позволяет решать оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи в комплексе, и таким образом является эффективным средством разностороннего развития детей младшего школьного возраста.

1.2. Соответствие содержания программы целям и задачам основной образовательной программы начального общего образования Лицея №20.

В основной образовательной программе начального общего образования Лицея №20 уделяется большое внимание воспитанию здорового образа жизни. В разделе «Программа духовно-нравственного развития и воспитания личности» одним из главных направлений воспитания младших школьников определено «Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни». Программа «Подвижные игры» непосредственно на формирование навыков здорового образа жизни через реализацию полноценной двигательной активности.

1.3. Цели и задачи программы.

Цель программы: формирование навыков здорового образа жизни через реализацию полноценной двигательной активности.

Задачи: - организовать деятельность обучающихся по вовлечению их в спортивно-игровую деятельность;

- содействовать правильному физическому развитию и формированию жизненно важных двигательных привычек и умений у младших школьников;

- воспитывать смелость, находчивость, настойчивость, организованность как качества личности младшего школьника;

- формировать и развивать регулятивные универсальные учебные действия.

1.4. Особенности реализации программы.

Материал каждого занятия рассчитан на 30-35 минут. Занятия проводятся в форме различных спортивных игр.

Структура занятия:

1. Разминка.

2. Проведение игр.

3. Рефлексия деятельности на занятии.

Занятия проводятся в первом классе 3 раза в неделю (99 часов в год), в 2-4 классы – 3 часа (102 часа в год).

Занятия могут проводиться как форма проведения динамической паузы.

II. Содержание программы

Игры на свежем воздухе: «Мяч соседу», «Часы», «Воробей», «Берегись, уратино!», «Бой на одной ноге», «Болото», «Босоножки», «Брось в кольцо», «В поле выросла...», «В руке ложка, в ложке – картошка», «Верная рука», «Волки и овцы», «Волк-калека и баран», «Волчок», «Воробьи и вороны», «Воробьи-попрыгунчики», «Гонки тянитолкаев», «Горелки», «Грибник», «Гуси-лебеди», «Два кольца», «День и ночь», «Зайки», «Зайцы и морковь», «Золотые ворота», «Зоопарк», «Из круга!», «Кенгуру», «КЛАД», «Классы-путешествие», «Колечко», «Колобок», «Компас», «Космонавты», «Лабиринт», «Летняя лыжня», «Медведь в западне», «Мышеловка», «Мяу!», «Мячик», «Назови лишнего», «Нарисуй солнышко», «Не попадись на удочку», «Невод», «Недопустимое движение», «Ноги от земли», «Огонь – вода», «Охота на оленя», «Охотники», «Палочка-выручалочка», «Парные картинки», «Перебежки», «Переступалки», «Петушки», «Пингвин», «Пирамида», «По ниточке», «Поймай и ответь», «Поймай меня!», «Поймай спичку», «Послушай и скажи», «Пузырь», «Пустое место», «Путаница», «Пчелы», «Рыбачок и рыбки», «Самолеты», «Самый ловкий - это ты!», «Сандалик», «Сделай шаг», «Себихуза», «Совушка», «Спрячем игрушку», «Теремок», «Три шага», «У медведя во бору», «Угадай профессию», «Черепашки» «Чур у дерева»

Игры в помещении: «Зеваки», «Слушай команду», «Расставь посты», «Король сказал...»,

«Запрещенное движение», «Слушай хлопки», «Замри», «Давайте поздороваемся», Веселые старты, «Перестрелка», Веселая лыжня, Эстафета «Паровозик», «Передай осылку», «Рыба, птица, зверь», «Ярмарка», «Неслышно за мячом», «У дядюшки Трифона», «Молчанка»

Соревнования: Веселые старты, «Перестрелка», «Веселая лыжня»

Описание игр представлено в разделе 4.

Виды деятельности: игровая, познавательная

Основная форма реализации программы: подвижная игра

Игра приносит пользу только тогда, когда учитель хорошо владеет методикой их проведения. Перед тем как выбрать определенную игру, следует поставить конкретную педагогическую задачу, решению которой она оказывает содействие, учитывая состав участников, их возрастные особенности, развитие и физическую подготовку.

Эффективность проведения игры зависит от адекватности решения таких организационных факторов, как:

- умение доходчиво и интересно объяснять содержание и правила игры;
- определение ведущих;
- распределение на команды;
- определение помощников и судей;
- руководство процессом игры;

- дозирование нагрузок;
- окончание игры.

1. Умение доходчиво и интересно объяснять содержание и правил игры. Перед объяснением учеников следует разместить в исходное положение, из которого они будут начинать игру. Объясняя, учитель сообщает название игры, ее цель и ход, рассказывает о роли каждого игрока, его месте. При объяснении игры учитель может стоять в таком месте, на котором все игроки могли бы его хорошо видеть и слышать. Для лучшего усвоения игры рассказ можно сопровождать показом отдельных сложных движений. Особое внимание игроков следует обратить на правила игры. И если эта игра проводится впервые, учитель проверяет, все ли игроки понимают ее правила.

2. Определение ведущих. Учитель должен уметь правильно распределять игровые роли в коллективе, чтобы приучать играющих к взаимоуважению во время совместного выполнения игровых действий, к ответственности за свои поступки.

Существует несколько способов определения ведущего, а применяют их в зависимости от условий занятий, характера игры и количества игроков. Учитель может назначить ведущим одного из игроков на свое усмотрение, кратко обосновав свой выбор. Ведущего также могут избрать сами игроки. Однако для этого необходимо, чтобы они хорошо знали друг друга. Можно назначить ведущего и по результатам предшествующих игр. Этот выбор стимулирует учеников добиваться лучших результатов. Часто применяют жеребьевку в виде счета.

3. Распределение на команды. В командных играх и эстафетах соревнуются между собой две большие команды, а распределение игроков на команды может осуществляться учителем одним из следующих способов:

- с помощью расчета;
- фигурной маршировкой;
- по указанию руководителя;
- по выбору капитанов, которые поочередно добирают себе игроков.

Все способы распределения на команды надо вводить соответственно характеру и условиям проведения игры, а также составу игроков.

4. Определение помощников и судей.

В сложных играх с большим количеством игроков необходимо привлекать судей – помощников, они считают очки или время, наблюдают за порядком и состоянием места для игры. Помощники и судьи назначаются из учеников, освобожденных по состоянию здоровья от выполнения физических упражнений средней и большой интенсивности, для которых физическая нагрузка игры противопоказана. Если таких учеников нет, то помощников и судей назначают из числа игроков.

5. Руководство процессом игры.

Руководство игрой включает несколько обязательных элементов:

- наблюдение за действиями учеников;

- устранение ошибок;
- коллективных приемов;
- пресечение проявлений индивидуализма, грубого отношения к игрокам;
- регулировка нагрузок;
- стимулирование необходимого уровня эмоциональной активности на протяжении всей игры.

Направляя игровую деятельность, учитель помогает выбрать способ решения игровой задачи, добиваясь самостоятельности и творческой активности игроков. В отдельных случаях он может включиться в игру сам, демонстрируя, как лучше действовать в той или другой ситуации. Важно своевременно исправлять ошибки. Объяснять ошибку нужно сжато, демонстрируя правильные действия. Если этих приемов недостаточно, применять специальные упражнения, в отдельности анализируя ту или другую ситуацию.

6. Дозирование физической нагрузки. Ответственный момент в руководстве подвижными играми – дозирование физической нагрузки. Игровая деятельность своей эмоциональностью захватывает детей, и они не ощущают усталости. Во избежание переутомления учеников необходимо своевременно прекратить игру или изменить ее интенсивность.

Регулируя физическую нагрузку в игре, учитель может использовать разнообразные приемы: уменьшать или увеличивать время, отведенное на игру, изменять количество повторений игры. Окончание игры должно быть своевременным. Преждевременное или внезапное окончание игры вызовет неудовольствие учеников. Во избежание этого педагог должен уложиться во время, отведенное для игры.

7. Окончание игры. После окончания игры необходимо подвести итог. При сообщении результатов следует указать командам и отдельным игрокам на допущенные ошибки, отрицательные и положительные моменты в их поведении.

III. Тематическое планирование

1 класс

№	Тема	Кол-во часов
Игры на свежем воздухе		
1.	Игра «Мяч соседу»	3
2.	Игра «Часы»	4
3.	Игра «Воробей»	4
4.	Игра «Кенгуру»	4
5.	Игра «Компас»	4
6.	Игра «Рыбачок и рыбки»	4
7.	Игра «Совушка»	4
8.	Игра «Охотники»	4
9.	Игра «Невод»	4
10.	Игра «Колобок»	4
11.	Игра «Берегись, Буратино!»	4
12.	Игра «Воробьи-попрыгунчики»	4
13.	Игра «Горелки»	3
14.	Игра «Петушки»	3
15.	Игра «Самый ловкий - это ты!»	3
16.	Игра «Брось в кольцо»	4
17.	Игра «Не попадись на удочку»	3
18.	Игра «КЛАД»	4
19.	Игра «Теремок»	4
20.	Игра «Пузырь»	4
21.	Игра «Гуси-лебеди»	4
Игры в помещении		

22.	Игра «Зеваки»	5
23.	Игра «Слушай команду»	5
24.	Игра «Расставь посты»	5
25.	Игра «Король сказал...»	5

2 класс

№	Тема	Кол-во часов
Игры на свежем воздухе		
1.	Игра «Золотые ворота»	4
2.	Игра «У медведя во бору»	3
3.	Игра «Мышеловка»	4
4.	Игра «Горелки»	4
5.	Игра «Палочка-выручалочка»	4
6.	Игра «Мячик»	3
7.	Игра «Спрячем игрушку»	4
8.	Игра «Переступалки»	3
9.	Игра «Поймай меня!»	4
10.	Игра «Из круга!»	4
11.	Игра «Поймай спичку»	3
12.	Игра «Бой на одной ноге»	4
13.	Игра «Черепашки»	4
14.	Игра «Поймай и ответь»	3
15.	Игра «Летняя лыжня»	3
16.	Игра «Послушай и скажи»	4
17.	Игра «Сделай шаг»	4
18.	Игра «Назови лишнего»	4
19.	Игра «Угадай профессию»	3

20.	Игра «В поле выросла...»	3
Игры в помещении		
21.	Игра «Запрещенное движение»	4
22.	Игра «Слушай хлопки»	4
23.	Игра «Замри»	4
24.	Игра «Давайте поздороваемся»	4
25.	Веселые старты	8
26.	Перестрелка	4
27.	Веселая лыжня	2

3 класс

№	Тема	Кол-во часов
Игры на свежем воздухе		
1.	Игра «Болото»	4
2.	Игра «Верная рука»	3
3.	Игра «Грибник»	4
4.	Игра «Зайцы и морковка»	4
5.	Игра «Пингвин»	4
6.	Игра «Колобок»	3
7.	Игра «Космонавты»	4
8.	Игра «Нарисуй солнышко»	3
9.	Игра «Медведь в западне»	4
10.	Игра «Пирамида»	4
11.	Игра «Парные картинки»	3
12.	Игра «Три шага»	4
13.	Игра «Охота на оленя»	4
14.	Игра «Сандалик»	3

15.	Игра «Зоопарк»	3
16.	Игра «Мяу!»	4
17.	Игра «Путаница»	4
18.	Игра «Классы-путешествие»	4
19.	Игра «Чур у дерева»	3
20.	Игра «Пустое место»	3
Игры в помещении		
21.	Игра «Веселая игра с колокольчиком»	4
22.	Игра «Радуга»	4
23.	Игра «Не спи, не зевай»	4
24.	Игра «Угадай чей голосок?»	4
Соревнования		
25.	Веселые старты	8
26.	Перестрелка	4
27.	Веселая лыжня	2

4 класс

№	Тема	Кол-во часов
Игры на свежем воздухе		
1.	Игра «Пчелы»	4
2.	Игра «Ноги от земли»	3
3.	Игра «Зайки»	4
4.	Игра «Колечко»	4
5.	Игра «Волк-калека и баран»	4
6.	Игра «Недопустимое движение»	3
7.	Игра «Огонь – вода»	4
8.	Игра «Волчок»	3
9.	Игра «Самолеты»	4

10.	Игра «Два кольца»	4
11.	Игра «Себихуза»	3
12.	Эстафета «Босоножки»	3
13.	Игра «Воробьи и вороны»	4
14.	Игра «Лабиринт»	3
15.	Игра «Перебежки»	3
16.	Игра «В руке ложка, в ложке – картошка»	3
17.	Игра «По ниточке»	4
18.	Игра «Волки и овцы»	4
19.	Игра «Гонки тянитолкаев»	3
20.	Игра «День и ночь»	3
Игры в помещении		
21.	Эстафета «Паровозик»	2
22.	Игра «Передай посылку»	3
23.	Игра «Рыба, птица, зверь»	3
24.	Игра «Ярмарка»	3
25.	Игра «Неслышно за мячом»	3
26.	Игра «У дядюшки Трифона»	3
27.	Игра «Молчанка»	3
Соревнования		
27.	Веселые старты	6
28.	Перестрелка	4
28.	Веселая лыжня	2

IV. Описание игр

1. Мяч соседу.

Все играющие, кроме водящего, становятся по кругу на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Водящий находится за кругом. Одному из игроков в кругу дается волейбольный мяч.

Играющие перебрасывают мяч друг другу. Водящий, бегая за кругом, старается коснуться мяча рукой. Если это ему удалось, он становится в круг, а водит тот, у кого в руках был запятнан мяч. Выигрывают участники, которые ни разу не были водящими (или побывали в роли водящих меньше других). Первого водящего определяют по жребию. Нельзя ронять мяч, а также перебрасывать его через одного или нескольких игроков. Игрок, совершивший такую ошибку, становится водящим.

Водящий может касаться мяча как в руках игроков, так и на лету. Если водящий коснулся мяча на лету, то идет водить тот, кто последним бросил мяч.

2. Часы

Участники делятся на группы, образуя три - четыре круга. В каждом кругу игроки становятся на расстоянии вытянутых в стороны рук; перед носками стоящих по кругу проводится черта. В середину каждого круга, отмеченную кружочком, выходит водящий с волейбольным мячом. По сигналу водящие начинают поочередно бросать мяч своим игрокам по часовой стрелке и ловить его. Получив мяч от последнего игрока в круге, водящий поднимает его вверх. Это значит, что переброска окончена.

Выигрывает группа, игроки которой быстрее закончат передачу мяча - эти «часы» самые быстрые.

3. Воробей.

Для этой игры нужен теннисный или маленький резиновый мяч. Игра проводится возле глухой стены. На расстоянии 1,5 м отмечается линия водящего, а в 3 м от водящего находится линия играющих. Водящий определяется по жребию. Он становится на свою линию и сильно бьет мячом в стену, чтобы тот отлетел за линию игроков, стоящих спиной к стене. Во время броска водящий произносит: «Воробей летит!» Тогда участники поворачиваются лицом к стене и стараются поймать мяч на лету. Кто поймает мяч после отскока, возвращает его водящему. Водящий уступает свое место тому, кто раньше других трижды поймал мяч на лету.

4. Кенгуру.

Особенность движений кенгуру в том, что они отталкиваются обеими ногами одновременно. Так же должны передвигаться и участники игры.

Игру можно проводить на волейбольной или баскетбольной площадке или просто на лужайке. В каждой команде по 5-8 человек. Ворота обозначаются стойками или флажками на ширине 3-4 м. Играющие со связанными ногами прыгают, как кенгуру, по площадке, стараясь забить гол в ворота соперника. Продолжительность каждого тайма - 3 минуты.

Побеждает та команда, которая забьет больше голов. Играть можно любым мячом, но лучше все же большим надувным.

5. Компас.

На асфальте рисуют круг диаметром 2- 3 м. На расстоянии примерно 3 м от круга пишут согласно направлению буквы «С» (север), «Ю» (юг), «З» (запад), «В» (восток). Все участники становятся спиной к центру круга и слушают команду водящего: «юг», «север», «запад», «восток». Услышав команду, все должны повернуться в нужную сторону (на юг, север и т. д.). Для этого некоторым игрокам придется повернуться на 180°, а другим достаточно сделать пол-оборота вправо или влево, в зависимости от того, в каком направлении находится тот или иной игрок.

Все участники должны быть внимательными. Тот, кто повернулся не в ту сторону, выходит из круга. Так число игроков постепенно уменьшается.

Победителем считается тот, кто последним останется в кругу. Водящий может быть один до конца игры, но по договоренности его можно менять после трех-четырех команд. В этом случае водящим становится тот, кто чаще ошибался.

Выигрывает тот, кто меньшее количество раз был водящим.

6. Рыбачок и рыбки

На полу или на площадке чертится большой круг. Один из играющих - рыбачок - находится в центре круга, он приседает на корточки. Остальные играющие - рыбки, обступив круг, хором говорят: «Рыбачок, рыбачок, поймай нас на крючок». На последнем слове рыбачок вскакивает, выбегает, из круга и начинает гоняться за рыбками, которые разбегаются по всей площадке. Пойманный становится рыбачком и идет в центр круга.

7. Совушка

Ребята становятся в круг. Один из играющих выходит в середину круга, он будет изображать совушку, а все остальные - Жучков, бабочек, птичек. По команде ведущего: «День наступает - все оживает!» - малыши бегают по кругу. Совушка в это время «спит», т. е. стоит в середине круга, закрыв глаза, подогнув под себя одну ногу. Когда же ведущий скажет: «Ночь наступает - всё замирает!», играющие останавливаются и стоят неподвижно, притаившись, а совушка в этот момент выбегает на охоту. Она высматривает тех, кто шевелится или смеется, и уводит провинившихся к себе в круг. Они

становятся совушками, и при повторении игры все вместе «вылетают» на охоту.

8. Охотники

Играющие разбегаются по площадке. Три охотника стоят в разных местах, имея по маленькому мячу. По сигналу руководителя: «Стой!» - все играющие останавливаются, и охотники с места целятся мячом в кого-либо из них. «Убитые» заменяют охотников. Играющие имеют право увертываться от мяча, но не должны сходить с места. Если игрок после команды «Стой!» сошел с места, он заменяет охотника.

9. Невод

Все игроки - рыбки, кроме двух рыбаков. Рыбаки, взявшись за руки, бегут за рыбкой. Они стараются окружить ее, сомкнув вокруг рыбки руки. Постепенно из пойманных рыбок составляется целая цепочка - «невод». Теперь рыбки ловятся «неводом». Последние двое не пойманных игроков являются победителями, при повторении игры они - рыбаки.

10. Колобок

Дети, присев на корточки, размещаются по кругу. В центре круга находится водящий - «лиса». Играющие перекатывают мяч - «колобок» друг другу так, чтобы он уходил от «лисы». Водящего сменяет тот игрок, который прикатит колобок так, что «лиса» сможет его поймать.

11. Берегись, Буратино!

У одного из играющих на голове колпачок. Он - Буратино. Водящий старается догнать и запятнать того, кто бежит с колпачком. Однако сделать это не так просто: играющие на бегу передают колпачок друг другу. Когда водящий запятнает Буратино, они меняются ролями.

12. Воробьи-попрыгунчики

На полу или площадке чертят круг такой величины, чтобы все играющие могли свободно разместиться по его окружности. Один из играющих - «кот», он помещается в центре круга, остальные играющие - «воробышки» - становятся за кругом у самой черты. По сигналу руководителя «воробышки» начинают, выпрыгивать внутрь круга и выпрыгивать из него, а «кот» старается поймать кого-либо из них в тот момент, когда он находится внутри круга. Тот, кого поймали, становится «котом», а «кот» - «воробышком». Игра повторяется вновь.

13. Горелки

Участники игры становятся парами в затылок друг Другу. Впереди всех пар встает водящий, он громко говорит: Гори, гори ясно, Чтобы не погасло. Глянь на небо: Птички летят, Колокольчики звенят. Раз, два, три, Последняя пара, беги! После последнего слова «беги» играющие последней пары бегут

вперед (каждый со своей стороны) до условного места, а водящий старается задержать одного из бегущих прикосновением руки до момента, когда игроки встретятся. Тот, кого задержали, встает рядом с водящим впереди первой пары, а второй становится водящим. Игра продолжается.

14. Петушки

Играющие (по одному от каждой команды) входят в круг диаметром 3 метра и принимают исходное для боя положение, присев на двух ногах или стоя на одной (правая рука держит левую ногу, а левая рука согнута впереди и прижата к туловищу или наоборот). Задача: вытолкнуть противника из круга.

15. Самый ловкий - это ты!

Начертите на земле два круга диаметром до метра. Круги расположены рядом. В центр круга положите шайбу, кубик, мячик, городок. Играть могут двое или две команды из трех-четырёх человек. По сигналу ведущего дети должны игрушечной шпагой, саблей, гимнастической палкой этот предмет (предметы) выбить из круга «противника:», защитив свои. Ребята как бы сражаются на шпагах и саблях. Побеждает тот или те, кто, выбив предмет «противникам не допустил(и) его к своим.

16. Брось в кольцо

В комнате или на школьном дворе подвешивают кольцо на высоте примерно 1,5 метра. А в руки каждому участнику дают палочку длиной до 50 сантиметров. Надо с расстояния 10-15 шагов пробежать к кольцу, бросьте палочку так, чтобы она проскочила через него, и вновь поймать ее. Если игрок выполнит задание, он выигрывает два очка; если не успеет поймать палочку и она упадет на пол - одно очко, ну а если бросит так, что промахнется, бросок просто-напросто не зачитывается. Игра продолжается пять минут. Кто набрал больше очков, тот и победил.

17. Не попадись на удочку

Для игры нужна веревка длиной 2-3 метра с привязанным на конце грузиком - мешочком с песком. Играющие образуют круг, в центре которого стоит водящий с веревкой в руках. Он начинает раскручивать ее так, чтобы она вращалась над самой землей. Ребята перепрыгивают через веревку. Водящий постепенно поднимает плоскость вращения веревки выше и выше, пока кто-нибудь из участников не «попадет на удочку», т. е. не сумеет перепрыгнуть через вращающуюся веревку. Попавшийся водит. Игра продолжается.

18. Клад.

Материал: любой небольшой предмет. Ход игры Эта игра может проводиться на участке или в помещении. Выбирается

Кладоискатель, он уходит и ждет, пока его не позовут. Остальные дети прячут какой-нибудь предмет в отдаленном уголке участка, зовут “кладоискателя” и дают ему примерно такое задание: “Пойдешь прямо, дойдешь до пенька, от него повернешь направо, дойдешь до забора, затем повернешь налево, пройдешь три шага прямо и начинай искать, на том месте находится клад”. Кладоискатель начинает искать, при необходимости ему повторяют описание маршрута. Когда он находит клад, его все поздравляют, выбирается новый Кладоискатель и игра повторяется.

18. Теремок.

Детей должно быть не меньше 6. Заранее нужно договориться, кто будет мышка, лягушка, зайчик... Животные могут быть самые разные, необязательно, как в сказке. Все зависит от количества и желания детей. Только мишка-ловишка должен быть один. Все берутся за руки, идут по кругу и поют:

*Стоит в поле теремок, теремок,
Он не низок не высок, не высок,
Вот по полю, полю мышка бежит,
У дверей остановилась и стучит.*

Мышка выбегает в круг и говорит:

*Кто, кто в теремочке живет,
Кто, кто в невысоком живет?*

и остается в кругу.

Остальные дети снова идут по кругу и снова говорят те же слова, но вместо мышки называют лягушку.

Каждый раз названные дети выбегают в круг и спрашивают:

*Кто, кто в теремочке живет,
Кто, кто в невысоком живет?*

Им отвечают, стоящие внутри круга:

Я мышка-норушка...

Я лягушка-квакушка... и т.д.

А ты кто?

Услышав ответ, говорят:

Иди к нам жить

Остается один медведь. Он ходит вокруг собравшихся животных и когда его спрашивают:

А ты кто?

Говорит:

А я мишка — всех ловишка.

Дети разбегаются и мишка их ловит. Пойманный становится мишкой.

19. Пузырь

Дети водят хоровод и говорят:

Надуваем пузыри,

Вот какие посмотри!
Постепенно расширяя круг
Раздувайся, пузырь,
Раздувайся большой,
Оставайся такой,
Да не лопайся.
Когда ведущий говорит:
Пузырь лопнул,
Разлетелись пузыри.
Дети разбегаются

20. Гуси-лебеди

Среди играющих выбирается «волк». Остальные дети — «гуси». Проводятся две линии — два «дома», и очерчивается логово для «волка». Дети произносят слова:

Гуси, гуси!
Га, га, га!
Есть хотите?
Да, да, ла!
Так летите!
Нам нельзя:
Серый волк, под горой
Не пускает нас домой!
Так летите как хотите!

После этих слов «гуси» пытаются перелететь из одного дома в другой, а волк их ловит. Пойманный становится «волком».

21. Золотые ворота.

Пара игроков встают лицом друг к другу и поднимают вверх руки - это ворота. Остальные игроки берутся друг за друга так, что получается цепочка. Игроки-ворота говорят стишок, а цепочка должна быстро пройти между ними.

Золотые ворота
Пропускают не всегда.
Первый раз прощается,
Второй - запрещается.
А на третий раз
Не пропустим вас!

С этими словами руки опускаются, ворота захлопываются. Те дети, которые оказались пойманными, становятся дополнительными воротами. "Ворота" побеждают, если им удалось поймать всех игроков.

22. У медведя во бору.

Одного из детей выбирают «медведем». Очерживают два круга. Одно место для «медведя», другой - дом для остальных детей. Дети выходят из дома со словами:

*У медведя во бору
Грибы, ягоды беру,
А медведь не спит
И на нас рычит.*

На последнем слове «медведь» с рычанием выбегает из берлоги, а дети бегут в «дом». Пойманный становится «медведем».

23. Мышеловка.

Дети становятся в круг, взявшись за руки - это мышеловка. Один или двое детей - «мышки». Они вне круга. Дети, взявшись за руки и подняв их вверх, двигаются по кругу со словами:

*Ах, как мыши надоели,
Все погрызли, всё поели!
Берегитесь же, плутовки,
Доберёмся мы до вас!
Вот захлопнем мышеловку
И поймаем сразу вас!*

Во время произнесения текста "мышки" вбегают и выбегают из круга. С последним словом "мышеловка захлопывается" - дети опускают руки и садятся на корточки. Не успевшие выбежать из круга "мышки" считаются пойманными и встают в круг. Выбираются другие "мышки".

24. Горелки.

Играющие становятся парами. Горельщик — впереди пар, спиной к играющим, и говорит:

*Гори-гори ясно,
Чтобы не погасло.
И раз, и два, и три.
Последняя пара, беги!*

На слово "беги" пара, стоящая последней, обегает колонну и встает впереди. Водящий же должен постараться опередить одного из бегущих и занять его место. Тот, кому не хватило места, становится водящим.

25. Палочка-выручалочка

Количество игроков: любое

Дополнительно: палочка из дерева, длиной 50 – 60 см, диаметром 2 – 3 см, ярко окрашенная

Дети выбирают водящего считалочкой:

*- Я куплю себе дуду
И на улицу пойду!
Громче, дудочка, дуди,
Мы играем, ты води!*

Водящий закрывает глаза и встает лицом к стене. У стены рядом с ним помещают палочку – вырубалочку. Водящий берет палочку, стучит ею по стене и говорит:

Палочка, пришла, никого не нашла. Кого первым найдет, тот за палочкой пойдет. После этих слов он идет искать. Заметив кого-то из играющих, водящий громко называет его по имени и бежит к палочке, стучит по стене, кричит:

Палочка-вырубалочка нашла ... (имя игрока). Так водящий находит всех детей. Игра повторяется. Первый найденный при повторении игры должен водить.

26. Мячик

Участники игры встают в круг, водящий идёт в середину круга и бросает мяч со словами: "Мячик, вверх!" Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: "Стой!" Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. В кого попал мячик, становится водящим. (Водящий бросает мяч как можно выше. Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих после слова: "Стой!" - продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего).

27. Спрячем игрушку.

Для этой игры необходимо заранее выбрать небольшую игрушку или гладко отшлифованную палочку. По команде ведущего игроки разделяются на две команды с равным количеством участников.

Ведущий объявляет «дом», в который следует принести заранее спрятанный предмет. Затем игроки начинают искать игрушку, нашедший «транспортирует» ее в «дом», при этом его противники стремятся ему помешать. Игрушку в процессе доставки можно передавать игрокам своей команды. Побеждает команда, которой удастся донести игрушку до «дома». Для того чтобы усложнить задание, игру можно проводить с ограничением времени.

28. Переступалки.

Никакого специального инвентаря для этой игры не требуется. Все участники выстраиваются в две шеренги лицом друг к другу, между шеренгами проводится линия мелом или краской. Затем каждый игрок должен крепко схватить своей кистью запястье участника, стоящего напротив. По команде ведущего дети пытаются перетянуть друг друга через линию, стремясь к тому, чтобы противник наступил на черту хотя бы одной

ногой. В каждой паре участников выигравшим считается тот, кто сумел заставить соперника наступить на линию или переступить через нее. Рекомендуемая продолжительность данной игры составляет не более 7 минут.

29. «Поймай меня!»

Перед началом занятия ведущий должен нарисовать две линии мелом (расстояние между границами должно составлять не менее 10 м). Затем игроки выстраиваются в произвольном порядке за одной чертой, ведущий занимает место в центре площадки. По команде игроки быстро бегут через площадки, стремясь достигнуть черты раньше, чем их поймают ведущий. «Отловленные» участники выбывают из игры. Победителем считается последний непоиманный игрок, он становится ведущим, и занятие продолжается.

30. «Из круга!».

Для этой веселой подвижной игры не понадобится никакого специального оборудования. Перед началом занятия ведущий чертит на земле или на полу круг диаметром около 5 м (размеры границ зависят от количества участников). Дети должны занять место внутри круга. Затем по команде руководителя игроки начинают выталкивать друг друга за пределы ограниченного участка (разумеется, без применения грубой силы). Побеждают участники, которые сумели остаться внутри круга в течение 3–4 минут (время следует оговорить заранее).

31. Поймай спичку.

Ведущий должен заранее обозначить линии старта и финиша, а также приготовить инвентарь – ведра с водой, ложки и тарелки (по количеству команд), спички.

Перед началом игры ведущий высыпает в каждое ведро одинаковое количество спичек, ставит рядом тарелку и кладет ложку. Затем игроки распределяются по командам и выстраиваются у линии старта.

По сигналу ведущего участники по очереди бегут к финишу, вылавливают ложкой одну спичку и помещают ее в тарелку (вместе с зачерпнутой водой), затем возвращаются на место. Запрещается доставать спички руками и наклонять ведро. Побеждает команда, быстрее всех выловившая все спички.

32. Бой на одной ноге.

Для проведения игры необходимо начертить на полу или покрытии спортивной площадки круг диаметром около 2 м.

Участники заранее распределяются по парам (с помощью жеребьевки или считалки). Затем по команде ведущего два игрока заходят внутрь круга и располагаются друг напротив друга на расстоянии около 25 см, сгибают

правую ногу в колене и удерживают ее кистью руки за стопу или пальцы. После этого ведущий дает сигнал к бою. Каждый участник старается вытолкнуть соперника плечом за пределы очерченного круга. Победителем считается игрок, оставшийся внутри линии. В игре запрещено применять силовые приемы, становиться на обе ноги.

33. Черепашки.

Для проведения игры понадобится несколько тазов (по количеству команд). Перед началом занятия ведущий отмечает линии старта и финиша, выстраивает участников перед стартом. Затем по условному сигналу игроки устанавливают на спине таз дном кверху и поочередно доползают на четвереньках до финиша и обратно, стараясь не уронить таз.

Участник, у которого со спины свалился таз, возвращается к старту и продолжает свое «путешествие». Выигрывает команда, члены которой быстрее остальных справились с предложенным заданием.

34. Поймай и ответь.

Для данной игры понадобится небольшой мяч, который удобно ловить. Перед началом игры ведущий объясняет детям задание. Затем участники выстраиваются в свободный круг, ведущий высоко подбрасывает мяч вверх и одновременно задает любой простой вопрос. Ребенок, сумевший поймать мяч, должен правильно ответить на этот вопрос. Если он затрудняется с ответом, остальные дети должны подсказать ему нужное слово.

35. Летняя лыжня.

Перед началом игры следует подготовить инвентарь: пластмассовые или гладко отполированные деревянные гимнастические палки (по 2 шт. на каждую команду). Затем ведущий отмечает линии старта и финиша, а также чертит для каждой команды по две параллельные линии от старта до финиша. Линии не обязательно должны все время находиться на одинаковом расстоянии друг от друга – они могут сближаться и удаляться, иначе задание получится слишком простым и не вызовет никаких затруднений у участников. Распределив игроков по командам, ведущий дает сигнал к старту. Участники поочередно бегут от старта к финишу и обратно, наступая только на нарисованные линии (для того, чтобы сохранить равновесие, можно опираться на палки). Ошибкой считается установка ступни мимо линии. Побеждает команда, правильно и быстро выполнившая данное задание.

36. «Послушай и скажи»

Перед началом игры дети выстраиваются полукругом или садятся на соответствующим образом расставленные стулья. Затем ведущий начинает произносить вслух различные слова (имена существительные в именительном падеже единственного числа). Как только прозвучит название

животного, участники игры должны хлопнуть в ладоши. Задание можно варьировать в зависимости от планов ведущего.

37. «Сделай шаг»

Перед началом игры ведущий обозначает линии старта и финиша. Затем участники выстраиваются в шеренгу вдоль стартовой прямой. По сигналу ведущего игроки поочередно делают шаг вперед, одновременно называя «вежливое» слово («спасибо», «пожалуйста», «извините», «позвольте» и т. п.). После того, как последний игрок в шеренге сделал шаг, очередь снова переходит к первому участнику. Если же кто-то из играющих затрудняется назвать слово, он выбывает из игры. Побеждает участник или группа участников, добравшаяся до финиша.

38. «Назови лишнего».

Перед началом занятия ведущий помогает детям выстроиться полукругом или рассаживает их на стулья, расположенные аналогичным образом. Затем он начинает называть по три слова, два из которых связаны определенным признаком, предназначением и т. п., а третье не принадлежит к этой группе (например: «автомобиль, троллейбус, собака»; «варенье, пирожное, яблоко»; «лиса, лось, кошка»; «ромашка, роза, елка»). Список слов желательно подготовить заранее, чтобы занятие проходило интересно. Получив информацию, участники игры должны определить, какое слово лишнее, и произнести его вслух.

39. Угадай профессию.

Перед началом игры ведущий заранее подготавливает карточки с изображениями людей, относящихся к разным профессиям, а также соответствующего инвентаря (по 3–4 карточки на каждую картинку с человеком). Затем он размещает карточки на столе или на полу и показывает участникам первую картинку с представителем какой-либо профессии. Дети должны как можно быстрее выбрать из предложенных карточек изображения предметов, соответствующих этой профессии.

40. «В поле выросла...»

Педагог должен подготовить карточки с рисунками, где изображены, например, рулон ткани, клубок, прялка, кустик льна, веретено, рубашка. Эти иллюстрации спрятаны в конверте. Участники игры должны быстро расположить карточки так, чтобы стала ясна очередность этапов производства того или иного предмета. Если говорить о примере с рубашкой, то карточки должны быть расположены логически так, чтобы было наглядно понятно, как от сбора льна и производства ткани люди получают рубашку.

Можно изобразить также стадии выпечки кулинарных изделий (от сбора зерна на поле до продажи в магазине), изготовление книг (от изготовления бумаги до выдачи книг в библиотеке), получение молока (от выпаса коров на лугу до стакана с молоком на столе). Дети должны

расширить кругозор и систематизировать знания об окружающем мире.

Эта игра учит ребят также находить причинно-следственные связи.

41. Болото.

Дети должныделиться на команды, хотя это и не обязательно. Играющим выдается по две картонки (можно использовать обычную бумагу, газеты и проч.). Суть игры сводится к следующему: передвигаясь (перепрыгивая, перешагивая или перебегая) по этим картонкам- «кочкам», с одной на другую, нужно как можно быстрее перебраться через «болото».

42. «Верная рука»

Эта игра развивает мышцы верхних конечностей и силу рук ребенка.

Воспитатель предлагает всем участникам следующее задание: взять правой рукой газету за уголок и по команде быстро собрать всю газету в кулак. Кто быстрее собрал газету, тот победил. Таким же образом можно развивать и левую кисть.

43. Грибник.

Воспитатель должен запастись необходимым для игры инвентарем: кегли, небольшие игрушки, кубики, пирамидки и проч. Основным заданием для ребенка является то, что он должен расставить кегли или небольшие игрушки в произвольном порядке на небольшом расстоянии друг от друга. При наличии у вас дома спортивного комплекса, игрушки можно развесить на нем. Затем попросите ребенка закрыть глаза и по памяти собрать все предметы – «грибы» – в корзину. Собранные «грибы» можно потом сортировать по цвету, форме, размеру и т. д. Игра может проводиться на протяжении фиксированного промежутка времени, что позволит развить скорость реакции ребенка.

44. Зайцы и морковка.

К проведению игры следует подготовиться. На земле нужно прочертить круг диаметром 8–10 м. В этот круг – «огород» – кладут 10 морковок или любых других предметов – «овощей». Далее следует выбрать водящего-«пугало», который должен будет ловить игроков-«зайцев».

По команде ведущего «зайцы» могут вбегать в круг и воровать морковь, «пугало» должно их ловить. Пойманный «заяц» выбывает из игры. Но «пугало» имеет право ловить «зайцев» только тогда, когда они находятся в «огороде». За пределами круга их ловить нельзя.

45. Пингвин.

При проведении игры все участники должныделиться на две команды. Каждой команде следует вручить по одному маленькому мячу. Каждый участник, зажав мяч ногами (обычно между коленями), должен пронести его от старта до финиша и обратно. При этом, по условиям игры, он

должен идти вразвалочку, подражая походке пингвина, и ни в коем случае не бежать и не прыгать.

Побеждает та команда, чьи игроки быстрее и точнее выполняют условия игры.

46. Колобок.

По условиям игры все участники должны сесть в несколько линий на стулья, скамейки, лавочки и т. п. Каждой из этих линий ведущий дает роль: дед, бабка, волк и т. п. Но еще каждый из участников – «колобок». Далее ведущий рассказывает сказку, а участники, услышав «свое» слово, должны оббежать вокруг стула или пробежать определенную дистанцию с препятствиями или без них. Все двигаются, услышав также и слово «колобок». Рассказывать нужно импровизированно, часто повторяя роли, так, чтобы это было неожиданно для игроков, и чтобы концентрация внимания достигала своего пика в момент упоминания той или иной роли. Например: «Попросил дедка однажды, да вообще-то его сложно назвать дедкой, скорее, все-таки, дедка, так попросил он бабку, хотя какая она бабка, испечь колобка, да такого большого и румяного колобка...» Игра заканчивается, когда все устанут бегать.

47. Космонавты.

Игру лучше проводить на ровной и достаточно просторной площадке, можно на поляне. По краям этой площадки нужно прочертить 8–10 треугольников – «ракетодромов». Внутри каждого из них необходимо нарисовать круги – «ракеты», но обязательно так, чтобы кругов было меньше, чем играющих. Потом все участники игры образуют круг в центре площадки. По команде ведущего они идут по кругу, взявшись за руки, приговаривая слова: «Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам. На какую захотим, на такую полетим! Но в игре один секрет: опоздавшим места нет!». После этого все бегут к «ракетодрому» и занимают места в «ракетах». Тот, кто не успел занять место, выбывает из игры.

48. «Нарисуй солнышко»

Эта игра является эстафетной и рекомендована для проведения соревнований в общеобразовательных учреждениях. Игра проходит следующим образом: образуются несколько команд, каждая из которых должна выстроиться в колонну по одному. У линии старта перед каждой из команд лежат гимнастические палки, количество которых равно количеству игроков. Впереди каждой команды на расстоянии 5–7 м, составляющих эстафетную дистанцию, кладут обруч. Основная задача участников эстафеты – поочередно, по команде (сигналу), выбегая с палками, разложить их лучами вокруг своего обруча – «нарисовать» солнце. Игру можно усложнить, увеличив дистанцию и разложив яблоки или мячики на ее протяжении. Количество предметов совпадает с количеством

участников эстафеты. Эти яблоки команда должна собрать в корзину, но каждый игрок собирает не больше одного яблока. Побеждает команда, которая быстрее справится с заданием.

49. Медведь в западне.

Все участники игры образуют круг. Далее выбирается водящий – «медведь». Он встает внутрь круга и, в то время как остальные играющие крепко держатся за руки, стремится вырваться из круга. Он должен силой разорвать кольцо или проскочить между игроками, но для этой цели ему не разрешается использовать руки. Если это ему удастся, он должен убежать, а остальные игроки пускаются за ним в погоню. Тот, кто заденет «медведя» первым, становится новым водящим.

50. Пирамида.

Ребенку следует завязать глаза какой-либо плотной лентой. Потом нужно его раскрутить вокруг своей оси так, чтобы он слегка потерял чувство пространства. Все остальные участники помогают ему подсказками сориентироваться и найти стол, где лежит 10–12 кубиков. Играющий должен с завязанными глазами построить одной рукой столбик с основанием в один кубик.

51. Парные картинки.

К игре следует тщательно подготовиться. Воспитатель должен найти 20 пар рисунков (3 x 3 см) и разложить их на столах. Столы с одинаковым набором картинок стоят в разных местах. На каждом столе рисунки лежат в единичном экземпляре, а их пары лежат соответственно на другом столе. Всех играющих разделить на колонны с равным количеством игроков. По команде ведущего игроки каждой из колонн должны преодолеть дистанцию с препятствиями или без них, добежать до первого стола, взять там картинку, побежать дальше, найти на другом столе ее пару и вернуться обратно. Причем на картинках могут быть обозначены буквы, то есть основным заданием является отгадать какое-то слово. Задача играющих – найти как можно большее количество пар или собрать эти буквы и составить загаданное слово.

52. Три шага.

Для того чтобы играть в эту игру требуется, чтобы дети знали правила игры «Жмурки». Выбирается водящий – «жмурка» – ему завязывают глаза, на счет «Раз-два-три» дети разбегаются в разные стороны, а «жмурка» должен поймать – «осалить» – хотя бы одного игрока. Если «жмурка» приблизится к предмету, о который он может удариться, его нужно предупредить криком «Огонь!». Но следует помнить, что нарушением правила является выкрикивание этого слова с целью отвлечь «жмурку» от игрока, который не может убежать.

Также нельзя прятаться за какие-либо предметы и убегать очень далеко. Пойманного игрока «жмурка» должен назвать, не снимая при этом повязки.

53. Охота на оленя.

Для начала игры следует подготовить заранее оговоренные предметы, которые станут указателями и зададут направление поиска. Это могут быть клочки бумаги, веревки, камушки и т. п. Далее выбирается водящий – «олень». Его задача – убежать в «лес». Убегая, он по дороге разбрасывает те самые указатели-подсказки, о которых говорилось выше. При этом он старается всячески запутать свои следы. По следам «оленя» через некоторое время – не больше десяти минут – в погоню бросаются «собаки». Они должны отыскать спрятавшегося «оленя» и «выстрелить» – попасть в него шишкой или снежным комком. Они имеют право использовать только три выстрела. Если «собаки» промахнутся, то они выходят из игры. Продолжительность игры участники фиксируют самостоятельно.

54. Сандалик.

Участников игры лучше распределить на команды, число которых должно быть не менее трех. Для этой игры ведущий должен попросить ребят разуться. Обувь ребят необходимо собрать и перемешать в одной куче – это «станция». Необходимо также определить расстояние от старта до «станции». Команды должны выстроиться в колонны и встать у линии старта. Участники должны по очереди подбежать к «станции», быстро найти свою обувь и обуться. Потом, уже в обуви, добежать до своей команды и передать эстафету следующему. Выигрывает та команда, участники которой умеют быстро обуваться!

55. Зоопарк.

Для проведения игры необходимо найти стулья по количеству участников (если игра проводится в помещении) или скамейку, где смогут усесться все игроки (если она проводится на свежем воздухе). Причем, пространство около скамейки должно оставаться свободным, чтобы там можно было бегать. Если в наличии имеются стулья, то их следует расставить так, чтобы образовался круг. Далее все участники рассаживаются по местам. Но одно место должно оставаться свободным. Водящий встает в центре круга или напротив играющих, если они сидят на скамье. Далее каждый участник, сидящий в кругу, загадывает себе название какого-либо животного. Затем игрок, сидящий слева от свободного места на скамье или свободного стула, хлопает правой рукой по нему и громко вслух называет какое-нибудь животное. Участник этой игры, услышавший название животного, которое он сам загадал, должен занять свободный стул. Участник, справа от которого теперь освободился стул, должен хлопнуть по нему и громко сказать название другого животного. А водящий при этом

должен успеть занять стул до хлопка. Тот участник, который не успел хлопнуть и передать эстафету другому игроку, становится водящим.

56. «Мяу!»

Выбирают двух водящих, один из которых будет «кошкой», а другой – «маткой». Затем «кошке» дают две минуты, чтобы она успела спрятаться. Далее все остальные игроки под надзором «матки» идут на поиски «кошки». Если вдруг игроки начинают догадываться, где могла спрятаться «кошка», то они окружают это место. А «матка» требует, чтобы «кошка» подала голос, имитируя настоящую кошку. Все остальные уже должны быть готовы броситься на голос и схватить «кошку». Если же «мяу» раздается совсем с другой стороны, то участники бегут туда, вытягиваясь длинной цепью. Если «кошка» очень проворная и уже обошла цепь, ловцы снова продолжают поиски. Когда ловцам кажется, что они все-таки обнаружили «кошку», они опять требуют, чтобы она подала голос, громко мяукая. «Кошка» может и не отвечать, но ее молчание может указать ловцам, что она находится где-то поблизости. Игра заканчивается после того, как будет найдена «кошка».

57. Путаница.

Перед началом игры необходимо выбрать водящего. После этого он на время выходит или отворачивается, можно также завязать ему глаза плотной лентой или платком. Все остальные игроки образуют круг, взявшись за руки. После этого они стараются всячески «запутаться». Для этого можно перешагивать через руки, пролезать под чьими-либо сцепленными руками, но нарушением правил игры становится размыкание рук. Когда возвращается ведущий, игроки уже образовали запутанную «скульптуру». А ведущий должен распутать эту «путаницу». При этом участники игры не должны пострадать: вывихнуть или переломать конечности.

58. Классы-путешествие.

Если игра проводится в помещении, то для проведения игры потребуется следующий инвентарь: бельевая веревка или какая-либо длинная лента (также можно использовать и толстую шерстяную нить), листы бумаги с номерами. Нужно также придумать план движения, то есть расположить классы не в их традиционном варианте, а на некотором расстоянии друг от друга. Далее следует разложить веревку и листы бумаги с номерами на ковре в соответствии с этим планом. В итоге получаются классики в виде дорожки. Согласно правилам игры нужно пройти по этой дорожке от первой до последней цифры (ребенок сам должен решить, насколько его путь окажется длинным). Право хода разыгрывается считалочкой, броском камешка или отгадыванием загадки. Усложнить задачу можно следующим образом: можно пройти обратно или только по четным или нечетным числам и т. п. Также можно провести соревнование на скорость. Нарушением правил считается заступ на веревку или нарушение счета.

59. Чур у дерева.

Среди участников игры выбирается водящий. Все, кроме водящего, становятся у деревьев. Водящий старается встать по центру между всеми остальными игроками. Участники игры, стоящие у деревьев, начинают меняться местами, перемещаясь от дерева к дереву. Задача водящего – осалить их, пока игрок не подбежал к дереву и не сказал следующие слова: «Чур у дерева!». В том случае, если водящий успел кого-либо осалить, то этот игрок становится водящим. Соответственно водящий встает на его место у дерева.

60. Пустое место.

Все играющие, кроме водящего, образуют круг, водящий становится за кругом. Игроки, находясь в круге и стоя лицом внутрь этого круга, сцепляют руки в замок за спиной или просто опускают их по швам вниз. Водящий ходит в разных направлениях за кругом и должен дотронуться до одного из участников, коснувшись его спины или рук. Это является сигналом к тому, что он указывает данному игроку на то, что именно он вызван на соревнование. Дотронувшись до игрока, водящий бежит за кругом по часовой стрелке или против нее, а вызванный – в обратном направлении от водящего. Встретившись, они или просто оббегают друг друга или здороваются, производя различные движения. Например, приседают, кланяются друг другу и т. п. – это обговаривается перед началом игры. Затем они еще быстрее бегут по кругу каждый в своем направлении и стараются занять освободившееся место. При этом к игроку, оставшемуся без места, переходит право вождения игры. Нарушением правила считается, если водящий ударит игрока. Водящий сам задает направление бега по кругу, а вызванный игрок должен следить за ним и, как только водящий тронется с места, бежать в обратном ему направлении. Также водящий может не сразу броситься бежать. Невыполнение действий, назначенных приветственными при встрече, считается нарушением правил, невыполнивший их автоматически становится водящим.

61. Пчелы.

Все участники должны выбрать по считалке «цветок» и потом разделить на две команды: «сторожей» и «пчел». «Сторожа», сцепившись крепко за руки, ходят вокруг «цветка» и поют:

Пчелки яровые,
Крылья золотые,
Что вы сидите,
В поле не летите?
Аль вас дождичком сечет,
Аль вас солнышком печет?
Летите за горы высокие,
За леса зеленые —

На кругленький лужок,
На лазоревый цветок.

«Пчелы» тем временем стремятся попасть в круг, а «сторожа» стараются им помешать: то поднимают, то опускают руки. Если хотя бы одной «пчеле» удастся проникнуть в круг и коснуться «цветка», «сторожа», которые не смогли уберечь «цветок», разбегаются в разные стороны. «Пчелы» же бегут вслед за ними, стремясь «ужалить» их – дотронуться до них рукой.

62. Пятнашки, или догонялки.

Участники игры выбирают водящего – пятнашку. Далее все разбегаются в разные стороны, а водящий старается их поймать. Тот, до кого пятнашка дотронется рукой, становится водящим.

Игра имеет множество вариантов, которые отличаются от исходного лишь небольшим усложнением условий и правил игры. Например, «Пятнашки с домом». От обычных отличается тем, что по краям площадки, где проводится игра, рисуют два круга – это «домики». Тот, кого преследует водящий, может спастись в том случае, если успеет забежать в «домик».

63. Ноги от земли.

По правилам эта игра – те же пятнашки, но осалить убегающего игрока можно только тогда, когда он касается ногами непосредственно земли. То есть, играющий может защититься от пятнашки, если встанет на какой-то предмет – пенек, большой камень, лавочку и проч. Осаленный игрок становится водящим.

64. Зайки.

Водящий может осалить только бегущего игрока. Защититься игрок может в том случае, если запрыгает на двух ногах, имитируя движения зайца.

Запятнанный участник игры становится водящим.

65. Колечко.

Все игроки становятся в колонну или садятся в круг, а водящий (незаметно для остальных участников) кладет одному из них в ладони, зажатые в лодочку, колечко или любой небольшой предмет. Обычно дети заменяют его камешком или другим подручным предметом. Тем временем все остальные игроки внимательно наблюдают друг за другом и стараются заметить, кому именно ведущий спрятал в ладони «колечко». Тот, кто угадает первым и скажет, у кого теперь в руках «колечко», становится в следующем этапе игры ведущим.

66. Волк-калека и баран.

Перед проведением игры участники делятся на две равные команды – «волков» и «баранов». Далее из каждой команды выбираются ведущие. Затем

участники игры встают в круг, в центре которого должны встать выбранные ведущие. По сигналу один из ведущих – «волк» – начинает подпрыгивать на одной ноге, имитируя покалеченного волка, и старается схватить второго ведущего – «барана». Время его попыток поймать «барашка» ограничено – дети обычно сами дружно считают вслух до 30. «Волк» не имеет права вставать на обе ноги – это считается грубым нарушением правил. Если «барана» поймали, команды меняются ролями. Если «волк» не смог поймать «барана», то вместо него назначают другого ведущего из его команды. «Волки», которые не участвуют в игре, имеют право ловить «барана» в случае, если он слишком приблизился к их команде. Подведение итогов проходит следующим образом: производится подсчет пойманных «баранов». Победившей считается команда, которая быстрее поймала всех «баранов» либо большее количество «баранов» за меньший отрезок времени.

67. Недопустимое движение.

Перед проведением игры участники и ведущий обсуждают, какие движения можно воспроизводить, а какие из них являются запрещенными: например, это будет прыжок на одной ноге или поворот головы направо. Потом ведущий выполняет серию упражнений от простых до сложных – зарядку, а ребенок должен точно повторять его движения, кроме запрещенных. Тот, кто повторил запрещенное движение, выбывает из игры.

68. Огонь – вода.

Участники выбирают по считалке водящего. Далее все становятся в круг, а водящий занимает место в центре этого круга. Задача ведущего состоит в том, чтобы запутать в действиях остальных игроков. Ведущий произносит команды «Огонь!» или «Вода!». По команде «Огонь!» все игроки приседают, а по команде «Вода!» – начинают бегать по кругу в одном направлении. Ведущий может произносить одно и то же слово несколько раз, рассказывать стишок и внезапно вставлять туда какую-то из команд. Тот игрок, который ошибся при выполнении команды, должен покинуть круг. Игра длится до тех пор, пока не останется один участник, правильно выполнивший команды ведущего. Этот игрок и считается победителем.

69. Волчок.

Участники игры должны построиться в колонну таким образом, чтобы правая рука каждого из них лежала на правом плече впереди стоящего игрока.

Самый первый участник эстафеты назначается водящим – «головой» дракона или «волчком». А участник, стоящий самым последним – «хвостом». Суть игры сводится к тому, чтобы водящий поймал последнего, при этом вся колонна не должна разрываться. В итоге получается, что все игроки имеют возможность подвигаться. В

случае если «волчок» поймает «хвост», то игрок, который в прошлом туре игры был «хвостом», теперь назначается «головой». Право быть «хвостом» при этом переходит к предпоследнему игроку.

70. Самолеты.

Для проведения игры необходимо выбрать водящего. Это может быть кто-то из взрослых или один из самых инициативных ребят. Водящий – это «диспетчер», а все остальные участники игры – «самолеты». Далее требуется подготовить посадочную полосу с местами, где смогут «приземляться» «самолеты». Для этого по количеству участвующих (исключая водящего) нужно нарисовать мелом круги – «посадочные площадки». Затем, раскинув руки в разные стороны, ребята «уходят в небо» по команде «диспетчера».

«Диспетчер» командует полетом «самолетов»: объявляет условия полета, дает сводку погоды, указывает облачность и проч. Согласно правилам игры, как только водящий подаст сигнал: «Погода нелетная», все «самолеты» срочно должны «приземлиться» – быстрее встать в любой из очерченных кругов («посадочную площадку»), при этом водящий стремится также занять одно из посадочных мест. Если это ему удастся, он становится «самолетом». Игрок, оставшийся без места, становится водящим. Игра может проходить, например, по такому сценарию: Диспетчер оговаривает условия и траекторию полета:

– Разрешаю взлет. Погода летная. Нам предстоит лететь через Атлантический океан. Подготовьте режимы работы ваших самолетов. Активируйте защитные отражатели – вода океана отсвечивает солнечный свет. Приготовьтесь к старту. Становитесь за мной!

Игроки при этом должны раскинуть руки и построиться.

Диспетчер продолжает командовать:

– Центр управления полетами только что прислал сводку оперативных данных о том, что на нашем пути – в зоне один – шесть – ноль квадрат четырнадцать – сгущаются облака. Похоже, нам предстоит преодолеть дождевую полосу.

Водящий при этом ведет ребят за собой, огибая находящиеся на этой местности деревья, небольшие постройки и т. п. Потом он говорит:

– Набираем высоту. Сейчас мы находимся на высоте шесть тысяч метров. Облачность пока не нарушает видимости. Самолет Виталия, не отрываться от группы! Впереди зона повышенного давления. Огибаем ее, поворачиваем направо, огибаем пункт «береза 1б».

(При этом вся группа обходит березу).

– Все ли самолеты в исправности? Нет ли нарушений в работе двигателей?

– На связи самолет Антон, докладываю: кончается топливо, разрешите произвести повторную заправку. Самолет Маша готова к этому.

– Даю добро.

Игроки Маша и Антон берутся за вытянутые руки и продолжают идти или бежать вместе со всеми.

– *На расстоянии тысячи километров впереди от нас видны грозовые облака, снижаемся.* (Ребята при этом сгибают колени и наклоняются).
Погода...

При этих словах ребята бросаются к «посадочным площадкам». Но диспетчер объявляет:

– *Погода летная.* (Ребята выстраиваются за ним).

После этого еще некоторое время диспетчер ведет за собой самолеты и продолжает полет. Затем, медленно оповещая игроков о предстоящих препятствиях, сообщает:

– *Туман. Погода нелетная!* – и тут же сам бросается к «посадочной площадке», а все остальные также стараются занять очерченные круги. Тот игрок, который остался без места, становится новым диспетчером. В процессе игры все остальные игроки могут сообщать свои наблюдения о местности, погоде, но командовать о посадке может только водящий. Необходимо отметить, что здесь приведен примерный диалог, который можно пронаблюдать у детей.

72. Два кольца.

Для проведения игры нужно начертить два круга так, чтобы один находился в другом. Большой круг должен быть по диаметру достаточно обширным для того, чтобы все участники игры могли встать вокруг него с внешней стороны, сцепившись за руки. В ходе игры игроки стараются заставить других участников заступить в запретную зону, но при этом они сами должны удержаться. Запретной зоной является территория внутри большого круга, исключая то его место, где расположен круг, меньший по диаметру. Таким образом, получается, что игрок может стоять только за пределами большого круга или внутри малого. Игрок, который оступался больше пяти раз и стоял в большом круге, выбывает из игры. Победителем считается тот игрок, который был самым гибким и изворотливым и остался на внешней стороне большого круга.

73. Себихуза.

Перед началом игры нужно подготовить игровое поле. Для этого необходимо разметить широкую полосу, расчертив линии или обозначив ее веревкой или шерстяной нитью, если игра проходит в комнате. Участники делятся на две команды. Далее игра проходит по следующему сценарию: участники обеих команд становятся по разные стороны полосы и стараются перетянуть друг друга на свою сторону. Далее игрок, заступивший за линию и оказавшийся в зоне полосы, должен перейти на сторону соперников и продолжить игру уже на стороне противоположной команды. Играют какое-то определенное время, по истечении которого определяют победителя.

Победившей считается команда, перетянувшая на свою сторону большее количество игроков.

74. Эстафета «Босоножки».

Для успешного проведения игры необходимо выбрать ровную и чистую, не слишком жесткую площадку. Все игроки должны разуться и спустить носки до щиколоток. При этом игроки стоят на коленях. Задача каждого из игроков – снять носки с любого игрока так, чтобы самому остаться в носках. Игрок, потерявший оба носка, выбывает из игры. Нарушением правила является удар другого игрока. В этом случае некорректного или неповоротливого игрока наказывают одним штрафным баллом. В качестве штрафного балла с него снимают один носок. Победителем считается игрок, оставшийся в конце игры в двух носках или хотя бы в одном.

75. Воробьи и вороны.

Для проведения игры необходимо подготовить игровую площадку. Для этого на расстоянии 1–1,5 м нужно прочертить две линии, которые были бы параллельны друг другу. После этого от уже прочерченных линий нужно отмерить еще 4–5 м, и начертить еще по линии. Теперь необходимо обозначить, где какие линии расположены. Две крайние линии – это линии старта, а внутренние – «домики». Затем участники делятся на две команды («воробьи» и «вороны»), которые должны выстроиться на расстоянии 1–1,5 м друг от друга. Они должны встать спиной друг к другу на линиях старта. Затем ведущий – это может быть воспитатель или один из игроков – должен встать между игроками и громко вслух сказать: «Воробьи!» или «Вороны!». По команде ведущего одна из команд должна догонять другую: если он сказал «Вороны!», то команда «ворон» догоняет команду «воробьев», и наоборот. Причем убегающая команда должна забежать в «домики», то есть переступить вторую линию. В том случае, если пойман какой-либо «воробей», он становится «вороной» и наоборот. Время игры либо не фиксировано, и играют до тех пор, пока в одной из команд не останется участников. Либо игра длится в течение нескольких туров, после чего подсчитывается, в какой из команд осталось большее число игроков. Победившей в этом случае считается наиболее многочисленная команда.

76. Лабиринт.

Игра является одним из многочисленных усложненных вариантов игры «Пятнашки». Перед проведением игры выбирают двух водящих: «кошку» и «мышку». Остальные игроки должны упорядоченно выстроиться, чтобы образовать коридоры. Для этого они могут расставить руки в стороны и встать лицом в одну сторону. После того как лабиринты организованы, по свистку или хлопку ведущего игра начинается.

Все игроки разворачиваются в обратную сторону, а «кошка» и «мышка»

бегают по этому лабиринту. Когда «кошка» догонит «мышку», они меняются ролями. Или же, по желанию остальных игроков, новых водящих выбирают среди стоящих в лабиринте, а бывшие «кошка» и «мышка» встают на их место.

77. Перебежки.

Эта игра может проводиться как эстафета, но лучше и целесообразней проводить ее в виде командной спортивной игры. Она дает прекрасную возможность тренировать выносливость и позволяет проявить ее. Для детей это немаловажный психологический фактор. Для проведения игры необходимо отмерить дистанцию, старт и финиш которой желательно отметить какими-то условными сигналами – это могут быть флажки, жирно прочерченные линии, чья-то обувь и проч. Преодолевать дистанцию должны все игроки в таком темпе, который будет по силам каждому участнику забега. Таким образом, должен выработаться средний темп. Добежав до финиша, все игроки разворачиваются и бегут в обратную сторону. Пробег от старта до финиша не ограничивается одним разом. Бегают до тех пор, пока кто-то из игроков уже не выдерживает. Уставший игрок должен остановиться, но тогда по правилам игры он выбывает. Так с каждым новым туром количество игроков уменьшается. Победителем считается тот, кто остался в конце этого марафона на дистанции единственным.

78. Догонялки.

Эта игра является классическим вариантом «догонялок». Особенность игры состоит в том, что участники должны на ровной поверхности образовать круг на расстоянии не менее трех шагов друг от друга. По команде одновременно все начинают бежать по кругу. Естественно, что у всех людей темп и скорость бега разные, поэтому в игре один участник бежит быстрее, другой – медленнее. Таким образом, получается, что один из игроков нагоняет впереди бегущего участника. Тот человек, которого настиг более быстроногий игрок, должен сойти с дистанции. Соответственно победителем считается самый выносливый и быстрый.

79. Атака со всех сторон.

Для того чтобы игра состоялась, необходимо подготовить игровую площадку. Нужно на какую-то подставку – камень, старый табурет и проч. – поставить кеглю или пустую бутылку. После этого нужно разметить беговую дистанцию, которая расходится в разные стороны двумя линиями соответственно для двух игроков. Длина этой дистанции составляет 12–15 шагов. Итак, два участника занимают исходные позиции. По команде «В атаку!» или по хлопку оба участника эстафеты бегут по направлению друг к другу. Задача каждого игрока схватить кеглю. Тот, кому это удалось и является победителем. Игра может проводиться не только между двумя участниками, но и между тремя и более.

80. В руке ложка, в ложке – картошка.

Для проведения игры понадобится инвентарь: столовые ложки, картофелины – по количеству участвующих в эстафете. Далее следует разметить линии старта и финиша и наметить беговые дистанции (также по количеству игроков). Длина дистанции должна составлять не менее 10–12 м и не превышать 30 м. Игроки должны занять стартовые позиции, держа в руках ложки, в которых лежат картофелины.

Задача участников эстафеты – пробежать всю дистанцию, не уронив при этом картофелину из ложки. Если игрок уронил свою ношу, он должен поднять ее с земли, но не руками, а ложкой. Эстафета продолжается дальше.

Победителем признается тот игрок, который быстрее всех пробежал дистанцию. Можно усложнить задачу тем, что на финишной линии игроки должны выполнить по пять приседаний, держа ложку с картофелиной в руках, а затем вернуться с ней же обратно. Если эстафета проходит в командных соревнованиях, то ложка передается следующему игроку, а в конце забега определяется выигравшая команда.

81. По ниточке.

Тренеры, которые работают с бегунами-спринтерами, требуют от своих подопечных того, чтобы при беге расположение ступней ног все время оставалось параллельным воображаемой траектории бега. Для этой игры, принцип которой позаимствован у спортивных тренеров, необходимо разметить прямые и параллельные друг другу линии так, чтобы их количество совпадало с количеством участников игры. Для этого можно взять мел и расчертить линии по асфальту или же острой палочкой наметить их по земле. Длина каждой из них составляет при этом 50–60 м. По команде все игроки начинают бежать наперегонки. Важным является соблюдение главного условия игры: пробежать нужно не только максимально быстро, но и так, чтобы следы игрока проходили ровно по линии.

Методическая рекомендация: правильно пробежать удастся тем, кто старается высоко поднимать колени при беге. Волочить ноги крайне нежелательно.

82. Волки и овцы.

Важно заметить, что поле для этой игры должно быть ограничено по своим размерам. В начале игры проходит жеребьевка, по итогам которой назначаются: «пастух», два «волка», «овцы». Суть игры состоит в том, чтобы «волки» ловили «овец», последние убегали от первых. Задача «пастуха» – оберегать своих «овец», преследуя «волков». Во время игры необходимо проявить не только ловкость и быстроту, но и смекалку, хитрость и проворство. Как определить победителей? Выигрывают «волки», если им удалось переловить всех «овец». «Пастух» выигрывает, если он поймает обоих «волков». Вместе с «пастухом» выигравшими считаются и игроки команды «овец».

83. Гонки тянитолкаев.

Как и в других эстафетных играх, нужно разметить игровую дистанцию со стартовой и финишной линиями. Длина этой дистанции не должна превышать 20 м. Игроки участвуют в этой игре в парах. Они должны занять исходные позиции следующим образом: один стоит лицом вперед, другой – спиной к первому, при этом они должны зацепиться локтями друг за друга. По команде ведущего или судьи игроки бегут до финишной линии, но на этом игра не заканчивается. Далее они возвращаются к линии старта, только теперь игрок, бежавший до этого спиной вперед, бежит лицом вперед. И наоборот дело обстоит с его напарником. Получается своеобразная гонка тянитолкаев.

Методическая рекомендация: игроки в паре должны быть примерно одного роста.

84. День и ночь.

Перед проведением игры необходимо подготовить игровое поле. Для этого следует провести линии на расстоянии 3–5 м друг от друга. Затем выбирается ведущий, а участники разбиваются на две команды, «день» и «ночь». Потом все участники строятся шеренгами спиной друг к другу. Далее по команде ведущего «Ночь!» игроки одноименной команды убегают, а игроки противоположной команды стараются их догнать и запятнать. Бегут игроки до очерченной линии, за пределами которой осаливать их уже нельзя. Затем подсчитывается число запятнанных игроков, и команды меняются ролями.

Важно помнить, что ведущий должен подавать сигнал так, чтобы для обеих команд это было неожиданно. Можно повторять дважды название одной и той же команды, можно чередовать и т. д. Но после каждого тура количество запятнанных игроков непременно подсчитывается. Судейство производится после нескольких туров. Если проводились туры с одной и той же командой, то результаты каждого тура приплюсовываются друг к другу. В итоге побеждает команда, которая смогла осалить наибольшее количество игроков.

85. Эстафета «Паровозик».

Для проведения игры нужно выбрать место, где можно разметить беговую дистанцию и установить стойку. Для этого потребуются флажки или предметы крупного размера: стул, большой мяч и т. п. Далее отмечают линию старта. Участники разбиваются на команды с равным количеством игроков, которые строятся в колонну. Затем начинается сама эстафета. По команде ведущего или судьи первый игрок каждой колонны бежит как можно быстрее до стойки, обегает ее, бегом возвращается назад и берет за руки следующего игрока. Далее они бегут уже в паре. Затем они возвращаются и забирают с собой третьего игрока и т. д. Таким

образом, к завершению эстафеты вся команда должна пробежать беговую дистанцию в полном составе. Победившей считается команда, которая быстрее завершила эстафету. Если эстафета проводится в несколько туров, колонну разворачивают так, чтобы игроки стояли в обратном порядке, нежели они стояли в предыдущем туре.

86. У медведя во бору.

Игра имеет свою стратегию, которая определяется не только правилами игры, но и разметкой игрового поля. Итак, следует разметить площадь 5 х 5 м.

Игроки стоят на одной стороне площадки, а на противоположной нужно провести линию, которая условно обозначит опушку леса. В 2–3 шагах от этой линии, то есть за «опушкой», расположена «берлога» водящего-«медведя». После того, как игроки готовы к проведению игры, они подходят к «берлоге» и говорят все вместе речевку:

У медведя во бору
Грибы-ягоды беру,
А медведь сидит
И на нас рычит.

Когда игроки сказали последнее слово речевки, «медведь» внезапно выскакивает из своего логова и ловит любого из игроков. Того, кого он поймает, сразу отводит к себе в «берлогу». Когда «медведь» поймал 3–5 участников, тур игры заканчивается и выбирается новый водящий.

87. Упасьть не давай.

Для проведения игры потребуется площадка с ровной поверхностью и обручи (желательно, чтобы они различались по цвету), число которых будет равно числу участвующих команд. Команд должно быть не менее трех, численность игроков должна в них совпадать. Команды выстраиваются в колонны и становятся у стартовой линии. В распоряжении каждой колонны имеется свой обруч. Направляющие игроки держат обручи по правую сторону от себя. Если игрок левша – то по левую.

По сигналу ведущего «Побежали!» игроки начинают эстафету, суть которой сводится к тому, чтобы прокатить обруч, не уронив его от начала дистанции до стойки, которую они должны обогнуть, вернуться и передать обруч следующему участнику.

Если численность игроков позволяет, то можно выстроить их так: не располагать стойку у предполагаемой финишной линии, а разделить каждую команду на две части, выстроив игроков соответственно в разных концах дистанции. Таким образом, к завершению эстафеты части каждой команды поменяются местами, а каждый игрок должен будет за все время игры провести обруч по прямой один раз.

88. Успей проскочить.

По своему принципу игра напоминает старинную русскую игру «Ручеек». Но разница состоит в том, что водящей является одна пара. Водящие становятся лицом друг к другу и берутся за руки. Руки должны быть подняты вверх. Все остальные играющие должны пробегать под поднятыми руками водящих, а те, в свою очередь, должны опускать руки неожиданно для пробегающих и таким образом ловить их. Осаленные игроки не выбывают из игры, а встают рядом с водящими, образуя коридор. Теперь они помогают им. Длительность игры произвольная. Игра заканчивается, когда будут пойманы все игроки.

89. Ищем клад.

В начале игры вместе с ребенком следует нарисовать план комнаты, изобразив на нем все, что находится в данном помещении: предметы мебели, окна, двери и т. д. При этом следует проинформировать ребенка, что план – это вид сверху.

Затем ребенка нужно попросить выйти ненадолго из комнаты и спрятать там игрушку или лакомство. На плане место нахождения «клада» следует отметить ярко и четко: крестиком, галочкой, яблочком и т. д.

Со временем можно усложнить задачу, нарисовав план квартиры или дачного участка.

Эта игра может быть использована при играх детей среднего школьного возраста в несколько усложненном варианте: она может быть снабжена логическими загадками, ребусами и проч.

90. Съедобное и несъедобное.

Для данной игры необходимо заранее приготовить мяч. Перед началом игры дети выстраиваются в шеренгу.

Ведущий по очереди бросает участникам мяч, одновременно называя любой предмет, подходящий под категорию «съедобное» или «несъедобное». Если названная вещь несъедобна, игрок должен отбить мяч, если съедобна – поймать.

Участника, который ошибся, поправляют остальные дети.

Существует еще один вариант данной игры: ведущий называет только категорию – «съедобное» или «несъедобное», а дети поочередно подбирают соответствующие названия предметов.

Список литературы.

1. Бауэр, О.П. Подвижные игры // Теория и методика физической культуры школьников: учебное пособие для студентов / О.П.Бауэр; под ред. С.О.Филипповой, Г.Н.Пономарева. – СПб.: ВВМ, 2004. - С.331-332.
2. Глазырина, Л.Д. Методика физического воспитания детей школьного возраста / Л.Д.Глазырина, В.А.Овсянкин. - М.: Владос, 2000. - 262 с.
3. Дворкина, Н.И. Сопряженное развитие физических качеств и психических процессов детей школьного возраста / Н.И.Дворкина // Современный олимпийский спорт и спорт для всех. - 2003. - Т-1. - С. 230-232.
4. Демчишин, А.А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков / А.А.Демчишин, В.Н.Мухин, Р.С.Мозола. – К.: Здоровья, 1998. – 168 с.
5. Доронина, М.А. Роль подвижных игр в развитии детей школьного возраста / М.А.Доронина // Дошкольная педагогика. - 2007. - №4. - С.10-14.
6. Емельянова, М.Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки / М.Н.Емельянова // Ребенок в детском саду. - 2007. - №4. - С.29-33.
7. Ковалевский, А.К. Обогащение двигательного развития детей старшего дошкольного возраста: Дис. канд. пед. наук / А.К.Ковалевский Екатеринбург: УГПУ, 2007. - 138 с.
8. Кожухова, Н. Некоторые аспекты физического воспитания школьников / Н.Кожухова // Дошкольное воспитание. - 2000. - №3. - С.52.
9. Кузнецов, В.С. Физическое упражнения и подвижные игры. Метод. пособие / В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий. - М.: НИЦ ЭНАС, 2006. - 151 с.
10. Миронова, Р.М. Игра в развитии активности детей: кн. для учителя / Р.М.Миронова. - Минск: Нарасвета, 1989. - 176 с.
11. Рунова, М.А. Особенности организации занятий по физической культуре / М.А.Рунова // Дошкольное воспитание. - 2003. - №9. – С.42-52.; №10. – С.56-63.
12. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб.пособие / Э.Я.Степаненкова. - М.: Воспитание дошкольника, 2006. - 368 с.
13. Столяренко, Л.Д. Основы психологии: Практикум / Ред.-сост. Л.Д.Столяренко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 556 с.
14. Филиппова, С.О. Формирование у дошкольников двигательных навыков / С.О.Филиппова, Г.Н.Пономарева. - СПб.: ВВМ, 2004. - С.101-108.

15. Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников / В.Н.Шебеко и др. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 176 с.
16. Энциклопедия физической подготовки. Методические основы развития физических качеств / Под общей ред. А.В. Карасева. - М.: Лептос, 2004. - 368 с.