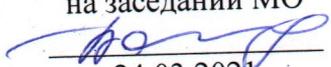


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 89»

Рассмотрено
на заседании МО


24.03.2021

Согласовано
Педагогический совет № 5
от 25.03.2021

Директор

Т.Р. Белькова



Физкультурно-спортивная направленность

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Поиграй-ка!»
(Летний лагерь)**

Возраст учащихся: 7-11 лет
Срок реализации: краткосрочная

Составитель:
Дормакова Екатерина Сергеевна,
педагог дополнительного образования

Ярославль

2021 г

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Учебно-тематический план	5
3. Содержание программы	6
4. Обеспечение программы	7
5. Список информационных источников	8
6. Приложение 1	9
7. Приложение 2	17
8. Приложение 3	18
9. Приложение 4	20

1. Пояснительная записка

Актуальность программы. Человеческая личность – это гармония мысли и движения. В настоящее время большое значение имеет формирование физически здорового, активного, гармонически развитого человека. Особое внимание нужно уделить подвижным играм, поскольку игра вызывает у детей большой эмоциональный отклик и помогает безболезненно включиться в учебную работу. Еще К.Д. Ушинский увидел прямую зависимость подвижности ребенка от умственной и практической деятельности его души. Данная программа актуальна, так как участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка.

Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость. Актуальность данной программы заключена в том, что игра понятна и доступна. Поэтому, с помощью игры, в данном случае, подвижных игр, мы можем физически развивать ребенка.

Игровой метод дает возможность совершенствования двигательных навыков, самостоятельных действий, проявления самостоятельности и творчества. Игровые действия развивают познавательные способности, морально-волевые качества, формируют поведение ребенка. Наиболее активно этот метод используется для младших школьников, но им широко пользуются в работе также и со школьниками постарше.

По содержанию все подвижные игры выразительны и доступны ребенку. Они вызывают работу мысли, развитие кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, формирует и стимулирует переход детского организма к более высокой ступени развития.

Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а двигательная деятельность детей благотворно влияет на физические двигательные навыки и физические качества, на укрепление здоровья, повышая функциональную деятельность организма.

Физкультурные эстафеты и игры состязательного характера помогают детям закрепить основные движения и повысить двигательную активность.

Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются координационные способности. Они приучаются согласовывать свои действия и соблюдать определенные правила.

Особенности учебной программы. «Поиграй-ка» - объединение в оздоровительном лагере. Оздоровительный лагерь – это мир творчества, проявления и раскрытия каждым ребенком своих интересов, своих увлечений, своего «я». Важно заинтересовать ребенка, чтобы школа стала для него вторым домом, что даст возможность превратить внеучебную деятельность в полноценное пространство воспитания и образования.

В основу программы положены следующие принципы:

1. Непрерывное дополнительное образование, как механизм обеспечения полноты цельности образования в целом.
2. Развитие индивидуальности каждого ребенка процессе социального и профессионального самоопределения.

Программа разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29.12.2012 года;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утв. распоряжением Правительства РФ от 4.09.2014года № 1726-р;

- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. N 41)4
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р).
- Положение о персонифицированном дополнительном образовании детей в городе Ярославле, утв. постановлением мэрии города Ярославля от 08.11.2019 года № 1287;
- Устав ОО.

Вид программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Поиграй-ка!» является **модифицированной**.

Цель программы:

Создание условий для физического развития и физического совершенствования детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных народных игр и физкультурно – спортивной деятельности через включение их в совместную деятельность.

Основные задачи курса:

- приобретение знаний о подвижных играх, их видах, русских народных играх, правилах проведения игр и безопасности при проведении игр, значении подвижных игр для развития двигательных качеств, физического развития, здоровья; в области физической культуры и спорта: о спортивных соревнованиях, их видах, спортсменах, видах спорта, об элементарных правилах соревнований, спортивной этике;
- повышение уровня двигательной активности, формирование кондиционных и координационных физических качеств, физическое совершенствование, проявление физических возможностей в соревновательной деятельности;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций, волевых качеств, соревновательных навыков, основанных на принципах честной борьбы.

Категория учащихся: ориентирована на учащихся 7-11 лет.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Режим организации занятий:

Занятия проводятся ежедневно. Продолжительность 40 минут. Программа рассчитана на 16 часа.

Особенности комплектования групп:

Наполняемость групп 7 - 30 человек.

Методика проведения занятий направлена на личностно - ориентированное взаимодействие с ребенком с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств,

соблюдения гигиенических норм. Занятия преимущественно практические, проводятся в игровой или соревновательной форме. Игра отражает жизненную реальность, но одновременно подчиняет ее своим часто условным законам.

Ожидаемые результаты:

- у учащегося выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформируется начальное представление о культуре движения;
- обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

Аттестация учащихся

Результаты образовательной деятельности учащихся отслеживаются путём проведения начальной и итоговой аттестации.

Формы и методы: участие в игровых конкурсах, викторинах, соревнованиях.

Место проведения занятий – спортивный зал, спортивная площадка.

2. Учебно - тематический план

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Введение. Вводный инструктаж. История развития подвижных игр.	1	1	-
2.	Игры на развитие быстроты и выносливости	3	1	2
3.	Игры на развитие внимания, сообразительности, творческого воображения	2	1	1
4.	Игры на развитие ловкости, координации движения	2	1	1
5.	Игры с мячом	2	1	1
6.	Игры эстафеты	1	-	1
7.	Народные игры	3	1	2
8.	Подведение итогов.	2	-	2
Итого:		16	6	10

3.Содержание программы кружка «Поиграй-ка!»

Тема 1 Введение. Вводный инструктаж. История развития подвижных игр.

Теория. Вводный инструктаж. История развития подвижных игр. Виды игр.

Тема 2 Игры на развитие быстроты и выносливости

Теория. Виды игр на быстроту и реакцию: игры с бегом на скорость, игры, развивающие быстроту реакции. Знакомство с правилами игры.

Практика. «Два мороза», «Салки с мячом», «Гуси-лебеди», «Колдуны», «Белые медведи», «Пустое место», «Третий лишний».

«Падающая палка», «Пол, нос, потолок». Знакомство с правилами игры, игра, подведение итогов игры, определение победителей.

Тема 3 Игры на развитие внимания, сообразительности, творческого воображения.

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность. Виды игр на развитие внимания, сообразительности, творческого воображения. Знакомство с правилами игры.

Практика. «У ребят порядок строгий!», «Светофор», «Угадай по голосу», «Внимание начинаем!», «Красная шапочка», «У кого длинный хвост?»

Тема 4 Игры на развитие ловкости, координации движения.

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками. Виды прыжков. Разучивание считалок. Виды игр на ловкость и координацию движения. Знакомство с правилами игры.

Практика. «Попрыгунчики- воробышки», «Волк во рву», «Удочка», «Лиса и куры». Игры для развития ловкости: «Коршун, наседка и цыплята», «Лишний на прогулке», «Охотники и утки», «Дни недели».

Тема 5 Игры с мячом.

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Виды игр с мячом. Знакомство с правилами игры.

Практика. «Воротца», «Невод», «Зевака». «Мяч в стенку», «Метко в цель».

Тема 6 Игры эстафеты

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы. Виды игр эстафет. Знакомство с правилами игры.

Практика. Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка», «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке», «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

Тема 7 Народные игры.

Теория. Возникновение и развитие русских народных игр. Их виды. Знакомство с правилами игры. Считалка.

Практика. Разучивание считалок. «У медведя на бору», «Филин и пташка», «Горелки», «Кот и мышь», «Лапта», «Салки», «Краски».

Тема 8 Подведение итогов.

Практика. «Любимая игра»

4. Обеспечение программы

Методическое обеспечение программы:

игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.

Приёмы и методы

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные: рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности : игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры: начиная от народных игр, заканчивая спортивными - баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, бадминтон и т. д.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр.

Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

Материально – техническое обеспечение программы:

мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.

Оценочные материалы

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры.

Список информационных ресурсов

1. Васильков Г.А., Васильков Г.Е. «От игры к спорту», М., «Физкультура и спорт», 1985
2. Галицкий А.В. Путешествие в страну игр. М.:2001
3. Научно- методический журнал «Физическая культура в школе» № 6-2008, с22, 7-2008, с.38, 41, № 2-2009, № 4-2010, № 3-2003с.19
4. Лях В.И. Мой друг – физкультура. 1-4кл. – М.: Просвещение, 2005.

Игры и их классификация

Народные игры - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народам и регионам.

Русские народные игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками.

Игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. После тяжелого трудового дня взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать.

Характерная особенность русских народных игр - движения в содержании игры (бег, прыжки, метания, броски, передачи и ловля мяча, сопротивления и др.). Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры. Специальной физической подготовленности играющим не требуется, но хорошо физически развитые игроки получают определенное преимущество в ходе игры (так, в лапте хорошо ловящего мяч ставят в поле у линии кона, а хорошо бьющего выбирают капитаном и дают дополнительный удар по мячу).

Правила в играх определяются самими участниками в зависимости от условий, в которых проводятся игры (в городках - расстояние до города от кона или полукона, в лапте - количество игроков, длина и ширина площадки, в салках - условия осаливания и т.д.). Также может варьироваться и инвентарь (в "Лапте" - размеры биты, мяча, в "Жмурках" - размеры повязки, в "Чижике" - размеры чижики, биты или кона и т.д.).

Таким образом, русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурном аспекте деятельности.

Применение русских народных игр в учебном процессе младших школьников требует их специального отбора для решения разных педагогических задач. Для этого создаются рабочие группировки игр, сходных по определенным признакам:

1. По видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добра против зла).
2. По интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности).
3. По типу двигательного действия, преимущественно входящего в игры (с бегом, с прыжками в высоту, в длину с места и с разбега, с метанием в подвижную и неподвижную цель, с бросками и ловлей мяча и т.д.).

4. По содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные).
5. С учетом возрастных особенностей детей 7, 8, 9, 10 лет. Этот же признак использован в рекомендованной нами программе по физической культуре для 1 - 4-х классов с включением вне русских народных игр.
6. По способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные).
7. По физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости).
8. По отношению к структуре урока (для подготовительной, основной, заключительной частей урока).

Основная функция этого компонента - воспитание национального самосознания. Народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности.

Подвижные игры, входящие в первый компонент, поделены на четыре раздела. Первый включает в себя игры, отражающие отношение человека к природе. Русский народ всегда трепетно относился к природе, берег ее, прославлял. Игры первого раздела воспитывают доброе отношение к окружающему миру. Сюда относятся русские народные игры: "Гуси- лебеди", "Волк во рву", "Волк и овцы", "Вороны и воробьи", "Змейка", "Зайцы в огороде", "Пчелки и ласточки", "Кошки-мышки", "У медведя во бору", "Коршун и наседка", "Стадо", "Хромая лиса", "Филин и пташки". "Лягушата", "Медведь и медовый пряник", "Зайки и ежи", "Ящерица", "Хромой цыпленок", "Оса" и их различные варианты.

С историческим наследием русского народа знакомит второй раздел первого компонента - "Быт русского народа", в котором применяются народные игры, отражающие повседневные занятия наших предков. Во второй раздел входят народные игры: "Дедушка-рожок", "Домики", "Ворота", "Встречный бой", "Заря", "Корзинки", "Каравай", "Невод", "Охотники и утки", "Ловись рыбка". "Птицелов", "Рыбаки", "Удочка", "Продаем горшки", "Защита укрепления", "Захват флага", "Шишки, желуди, орехи", а также различные их варианты.

С большим интересом современные школьники знакомятся с играми сверстников прошлых столетий, составляющими третий раздел первого компонента. Эти игры интересны тем, что в них нужно проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию. К этому разделу относятся игры: "Бабки", "Городки", "Горелки", "Городок-бегунок", "Двенадцать палочек", "Жмурки", "Игровая", "Кто дальше", "Ловишка", "Лапта", "Котлы", "Ляпка", "Пятнашки", "Платочек-летуночек", "Считалки", "Третий - лишний", "Чижик", "Чехарда", "Кашевары", "Отгадай, чей голосок", "Веревочка под ногами" и др.

Возможность помериться силой и ловкостью появляется у ребят при изучении игр четвертого раздела, который отражает стремление детей стать сильнее, победить всех. Как тут не вспомнить о легендарных русских богатырях, которые не уступали ранее в популярности современным киногероям. В этом разделе применяются игры: "Единоборство" (в различных положениях, с различным инвентарем), "Тяни в круг",

"Бой петухов", "Достань камешек", "Перетяни за черту", "Тяни за булавы", "Борящаяся цепь", "Цепи кованы", "Перетягивание каната", "Перетягивание прыжками", "Вытолкни за круг". "Защита укрепления", "Сильный бросок", "Каждый против каждого", "Бои на бревне" и их различные варианты.

Описание игр и эстафет

«Салки». Играющие разбегаются по площадке (она должна быть ограничена линиями), а водящий ловит их. Пойманный становится водящим. При большом количестве играющих можно выделить двух-трех водящих. В дальнейшем игру можно усложнить, оговорив способ передвижения. Например, игрокам разрешается передвигаться только спиной к щиту, на половине поля которого они находятся, т. е. бегать и ходить спиной вперед, приставными шагами, боком.

«Вызов номеров». Играющих делят на две команды, которые выстраиваются в две колонны у лицевой линии. Команды рассчитываются по порядку. Каждый игрок запоминает свой номер. На средней линии напротив каждой колонны ставят булавы. Педагог называет один из номеров. Игроки обеих команд, стоящие под этим номером, бегут до булав, оббегают их и возвращаются обратно. Победитель приносит своей команде очко. Игра продолжается до тех пор, пока не будут вызваны все номера. Команда, набравшая наибольшее количество очков, побеждает. Можно усложнить игру, если предложить игрокам бежать спиной вперед, боком, приставными шагами или поставить на пути препятствия.

«Пустое место». Играющих выстраивают в круг, руки за спиной. Водящий бежит за кругом и дотрагивается до руки одного из играющих. Игрок, до которого дотронулся водящий, бежит в обратную сторону, стремясь быстрее водящего занять свое место. Кто из бегущих останется без места, тот и становится водящим.

«Команда быстроногих». Играющие образуют четыре команды, стоящие в колоннах по одному перед линией старта. В 10-15 м от линии старта чертят кружки, в которые кладутся кубики. По сигналу педагога первые четверо бегут к кубикам, берут их, ударяют о пол и возвращаются на свое место. Игрок, прибежавший первым, получает 4 очка, вторым - 3 очка, третьим - 2 очка и четвертым - одно очко. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

«День и ночь». Играющих делят на две команды, которые становятся в две шеренги у средней линии площадки спиной друг к другу на расстоянии 2 м. Одна команда - «день», другая - «ночь». Педагог называет ту или иную команду неожиданно. Если он говорит «ночь», то эта команда убегает, а команда «день» догоняет ее. Затем подсчитывают осаленных, и все игроки становятся на свои места. Очередность вызовов команд не соблюдают, но число вызовов должно быть одинаковым. Выигрывает команда, осалившая больше игроков. Исходное положение можно менять: стоя лицом, боком друг к другу и т. д.

«Эстафета с булавами». Играющих делят на две равные команды, выстраивают в колонны по одному у линии старта. На расстоянии 12-15 м против каждой колонны ставят в ряд три булавы в 0,5 м одна от другой. По сигналу педагога стоящие впереди бегут к булавам, собирают их, бегут обратно и передают их следующему игроку. Те бегут с булавами, расставляют их по местам (которые должны быть помечены) и

возвращаются обратно и т. д. Выигрывает команда, закончившая игру раньше.

«Встречная эстафета». Игроков делят на две равные команды и выстраивают в колонны. Колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м (можно и больше). Перед всеми группами проводят стартовые линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флажку. По сигналу педагога игроки с флажками бегут к противоположной группе, отдают вперёдистоящим флажки, а сами становятся сзади этой половины команды. То же делают игроки, получившие флажки. Игра заканчивается, когда последний из перебегающих игроков какой-либо из команд передаёт флажок начавшему эстафету игроку. Побеждает команда, закончившая передачу флажков раньше.

«Круговая охота». Игроки, распределенные на две команды, образуют два круга - внешний и внутренний. По сигналу педагога игроки начинают двигаться приставными шагами или скачками в разные стороны. По второму сигналу игроки внешнего 1 круга разбегаются, а игроки внутреннего круга стараются их поймать.

«Кто подходил?» Все играющие образуют круг, водящий с завязанными глазами стоит в центре.

Руководитель указывает на кого-либо из играющих, и тот подходит к водящему, слегка дотрагивается до его плеча, подаёт голос какого-либо животного или называет его по имени, изменив свой голос.

Водящий открывает глаза по указанию руководителя, когда подошедший займёт свое место. Он должен отгадать, кто к нему подходил. В случае, если водящий отгадал того, кто к нему подходил, игроки меняются ролями.

Побеждает тот, кто ни разу не был водящим.

Водящий не должен раньше времени открывать глаза. 2. Голос подаёт только тот, на кого укажет руководитель. 3. Первый водящий не считается проигравшим.

«Караси и щука». На одной стороне площадки находятся "караси", на середине "щука". Содержание игры. По сигналу "караси" перебегают на другую сторону. "Щука" ловит их. Пойманные "караси" (четыре-пять) берутся за руки и, встав поперёк площадки, образуют сеть.

Теперь "караси" должны перебежать на другую сторону площадки через сеть (под руками). "Щука" стоит за сетью и подстерегает их. Когда пойманных "карасей" будет восемь-девять, они образуют корзины - круги, через которые нужно пробегать. Такая корзина может быть и одна, тогда её изображают, взявшись за руки, 15-18 участников. "Щука" занимает место перед корзиной и ловит "карасей".

Когда пойманных "карасей" станет больше, чем непоиманных, играющие образуют верши - коридор из пойманных карасей, через который пробегают непоиманные. "Щука", находясь у выхода из верши, ловит их.

Победителем считается тот, кто остался последним. Ему и поручают роль новой "щуки".

Игра начинается по сигналу руководителя. Все "караси" обязаны при перебежке пройти сеть, корзину и верши. Стоящие не имеют права задерживать их. Игроки, образующие корзину, могут поймать "щуку", если им удастся закинуть сплетенные руки за спину "щуки" и загнать её в корзину или захлопнуть верши. В этом случае все "караси" отпускаются, и выбирается новая "щука".

«Белый медведь» Площадка представляет собой море. В стороне очерчивается

небольшое место - льдина. На ней стоит водящий - "белый медведь". Остальные "медвежата" произвольно размещаются по всей площадке.

Медведь рычит: "Выхожу на ловлю!" - и устремляется ловить "медвежат". Сначала он ловит одного "медвежонка" (отводит на льдину), затем другого. После этого два пойманных

"медвежонка" берутся за руки и начинают ловить остальных играющих. "Медведь" отходит на льдину. Настигнув кого-нибудь, два "медвежонка" соединяют свободные руки так, чтобы пойманный очутился между руками, и кричат: "Медведь, на помощь!" "Медведь" подбегает, осаливает пойманного и отводит на льдину. Следующие двое пойманных также берутся за руки и ловят "медвежат". Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все "медвежата". Последний пойманный становится "белым медведем".

Побеждает последний пойманный игрок.

"Медвежонок" не может выскользывать из-под рук окружившей его пары, пока не осалил

"медведь". 2. При ловле запрещается хватать играющих за одежду, а убегающим выбегать за границы площадки.

« Два Мороза ». На противоположных сторонах площадки отмечаются два города. Играющие, разделившись на две группы, располагаются в них. В середине площадки помещаются

"братья Морозы": "Мороз Красный Нос" и "Мороз Синий Нос"

По сигналу руководителя они обращаются к играющим со

словами: Мы - два брата молодые,

Два Мороза удалые:

Я - Мороз Красный Нос,

Я - Мороз Синий

Нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку

пуститься?

Ребята хором отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз! -

и начинают перебегать из одного города в другой. "Морозы" их ловят. Тот, кого им удастся запятнать, считается замороженным. Он остаётся на том месте, где был пойман, и должен сраспростёртыми руками преграждать путь играющим при следующих перебежках. Когда замороженных окажется так много, что пробегать станет трудно, игра прекращается.

Победителями считаются те, кого ни разу не заморозили.

Начинать бег можно только после окончания речитатива. Осаливание за линией города не считается. 3. Осаленных ребят можно выручить: для этого остальные играющие должны коснуться их рукой.

« Мяч » Все играющие образуют круг. Двое играющих становятся в середину круга. Стоящие по кругу опускаются на одно или два колена. У них один волейбольный мяч. Водящие

поворачиваются лицом к мячу.

По сигналу руководителя играющие начинают перекатывать мяч по полу, стараясь задеть им ноги водящих. Водящие бегают от мяча в кругу, подпрыгивают, спасаясь

от него. Если кому-нибудь из играющих удастся попасть мячом в ноги водящего, он занимает его место, а бывший водящий становится в круг.

Выигрывают те, кто ни разу не были водящими. Первые водящие не считаются проигравшими. Игра начинается по сигналу. Осаленный по ногам водящий сразу же идёт на место осалившего его. Осаливать можно не выше коленей. Первый водящий не считается проигравшим.

«Метание в цель». Играющих выстраивают в колонну по три (четыре) в 4-5 м от стены. Перед каждой колонной на стене на высоте 2-2,5 м фанерный щит (1х1 м). По команде первые в каждой колонне встают на линию метания и бросают теннисный мяч в щит. Метают три мяча подряд. То же выполняют остальные. За каждое попадание в цель начисляют пять очков. Побеждает команда, набравшая больше очков.

«Гонка мячей над головой, сидя в колоннах». Две-четыре равные команды выстраивают в колонну по одному. Играющие садятся на пол. У первых игроков в руках мяч. По сигналу

играющие передают его над головой прямыми руками. Последний игрок, получив мяч, встает, бежит вперед, садится перед колонной и передает мяч тем же способом. Когда игроки, начавшие передачу первыми, снова окажутся впереди своих команд, они поднимают мяч вверх. Побеждает команда, закончившая игру первой.

«Подвижная цель». Все играющие встают за линией круга. В центре круга водящий. У одного из игроков мяч. Он бросает его в водящего (в ноги). Каждый игрок, поймавший мяч, в случае промаха тоже выполняет бросок. Попавший игрок становится водящим.

«Мяч соседу». Играющие стоят в кругу на расстоянии 1 м один от другого. У двух игроков, стоящих на двух противоположных сторонах круга, по волейбольному мячу. По сигналу играющие начинают передавать мячи друг другу вправо или влево так, чтобы один мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажутся два мяча. Играют 3-4 мин., после чего отмечают игроков, которые лучше передавали мяч. Эту игру можно проводить в шеренгах, передавая мяч перед собой, или в колоннах, передавая мяч над головой и под ногами. В этом случае игру проводят как эстафету. Побеждает команда, быстрее всех закончившая передачу.

«Передал - садись». Играющих выстраивают в две-три колонны. Перед ними на расстоянии 2-4 м встают капитаны с мячами в руках. По сигналу капитаны передают мяч двумя руками от груди (или одной рукой от плеча): первым игрокам в колонне, которые ловят его, возвращают тем же способом обратно и принимают положение упора присев. Затем следуют передачи вторым игрокам и т. д. Когда последний в колонне передает мяч капитану, тот поднимает его вверх и вся команда быстро встает. Команда, сделавшая это раньше, побеждает.

«Быстрая передача». Играющие в парах. Расстояние между учащимися 4-5 м. По сигналу они начинают передавать мяч заданным способом. Пара, быстрее всех сделавшая 15-20 передач, выигрывает.

«Бросай-беги». Играющие стоят в двух разомкнутых на 3-4 шага шеренгах. Одна шеренга рассчитывается на первый-второй, а другая - на второй-первый. Первые номера - одна команда, вторые -

другая. У края каждой шеренги лежат мячи. По сигналу крайние игроки берут мяч, передают его по диагонали игроку своей команды, стоящему напротив, и сами бегут вслед за мячом.

Игрок, получивший мяч передает его по диагонали игроку, стоящему напротив, и сам бежит на его место и т. д. Когда мяч достигнет крайних игроков, они ведут мяч, обегая противоположную колонну, на место игрока, начавшего передачу первым, и передают мяч по диагонали напротив, т. е. игра начинается сначала. Игра заканчивается, когда игроки, начавшие передачу первыми, вернуться на свои места. Команда, сделавшая это первой, побеждает.

«Не давай мяча водящему». Все играющие образуют круг, в середине круга два-три водящих. Игроки начинают передавать мяч друг другу, а водящие пытаются перехватить его. Если одному из них это удастся, то водящим становится игрок, делавший последнюю передачу.

«Мяч среднему». Играющих делят на две команды, которые образуют два круга. В центре каждого круга становится игрок с волейбольным мячом. По сигналу игроки в центре поочередно бросают мяч своим игрокам и получают его обратно. Получив мяч от последнего, игрок в центре поднимает его вверх. Команда, уронившая мяч меньшее число раз, побеждает. Затем в центр становится другой игрок. Можно ввести дополнительное упражнение: игрок, получивший мяч от центрального, сначала должен ударить мячом о пол и только после этого передать мяч обратно.

«Охотника и утки». Играющие в двух командах. «Охотники» образуют круг. Перед ними проводят черту, за которую переступать нельзя. «Утки» произвольно располагаются внутри круга. По сигналу охотники, перебрасывая мяч, стараются неожиданно бросить мячом в уток. Осаленная мячом утка выбывает из игры. Когда все утки осалены, учитель отмечает затраченное время. Затем играющие меняются ролями. Выигрывает команда, которая быстрее осалила всех уток.

«Гонка мячей по кругу». Две команды играющих образуют два круга. Игроки в кругу становятся на расстоянии вытянутых рук и рассчитываются на первые и вторые номера. Первые номера - одна команда, вторые - другая. Назначаются капитаны, им дают по мячу. По сигналу один капитан начинает передавать мяч вправо, другой влево от себя своим

ближайшим игрокам. Мячи передают по кругу, пока они не возвратятся к капитанам. Выигрывает команда, закончившая передачу первой.

«Гонка мячей по рядам». Все играющие в двух шеренгах, стоящих лицом друг к другу. Первые игроки в шеренгах (с одной стороны) по сигналу передают мячи своим соседям, а те дальше. Последние игроки в шеренгах, получив мячи, бегут и становятся впереди своих шеренг, затем начинают передавать мяч своим соседям и т. д. Когда игроки, начавшие гонку мячей, окажутся снова на своем месте, они поднимают мяч вверх. Команда, сделавшая это раньше, побеждает.

«Встречная эстафета с мячом». Играющих делят на две команды и выстраивают в колоннах. Каждую колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м. У первых двух игроков по мячу. По сигналу они передают мяч игроку в противоположную группу, а сами становятся в конец своих колонн. Выигрывает команда, быстрее закончившая передачу.

В этой игре возможны варианты: после передачи бежать в противоположную группу и там встать в конец колонны; передавать мяч одной рукой, с отскоком от пола; вместо передачи вести мяч и передавать мяч после остановки перед игроком,

стоящим напротив.

«Эстафета с ведением мяча» Играющие в двух колоннах, выстраиваются параллельно друг другу у лицевой линии. По сигналу первые ведут мяч вперед до противоположной стороны (до отмеченного места), останавливаются, бросают мяч двумя руками в стену, ловят его, и ведут мяч обратно. На расстоянии 3-4 м от колонны они останавливаются, передают мяч двумя руками от груди очередному игроку и сами становятся в конец колонны. Команда, закончившая ведение быстрее, выигрывает. Можно на пути ведения расставить булавы, тогда игроки должны вести мяч, обводя их.

«Бомбардировка». Играющих делят на две равные команды. На каждой половине поля параллельно лицевой линии на расстоянии 2-3 м от нее проводят линию города. Команды получают по 8-10 булав и расставляют их произвольно в своем городе. Игроки размещаются на своей половине площадки между средней линией и линией города. Каждой команде дают по два волейбольных мяча. По сигналу играющие бросают мячи, стараясь сбить булавы. Каждая команда старается перехватить мячи, которые бросает команда противника. Сбитые булавы убирают. Играют 5-8 мин. Побеждает команда, сбившая большее количество булав. Вбегать в свой город для защиты булав запрещается.

«Перестрелка». Играют две команды на площадке не менее 6х12 м. Посредине площадки проводят линию. Параллельно лицевым линиям в 1-1,5 м от них проводят линии «плена», образуя «коридор плена». Команды размещаются на своей половине поля от средней линии до линии плена. Педагог подбрасывает мяч между капитанами на средней линии. Каждый из них старается отбросить мяч своим игрокам. Получив мяч, игрок бросает его в противника. Осаленные мячом игроки идут за линию плена к противоположной команде. «Пленный» находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросят ему мяч), после этого он возвращается в свою команду. Пленный должен поймать мяч с воздуха, вернуть мяч в свою команду и только после этого вернуться сам. Играют 10-15 мин. За каждого пленного команда получает очко. Можно играть до тех пор, пока, одна из команд не пересалит всех игроков противника.

Считалки:

1. Катился горох по блюду,
Ты води, а я не буду.
2. Шла кукушка мимо сети,
А за нею малы дети,
Кукушата просят пить,
Выходи – тебе водить!
3. Колокольчик всех зовет,
Колокольчик нам поет
Звонким, тонким голоском:
Динь-бом, динь-бом!
Выходи из круга вон!
4. Пчелы в поле полетели,
Зажужжали, загудели.
Сели пчелы на цветы.
Мы играем – водишь ты!
5. Как у нас на сеновале
Две лягушки ночевали.
Утром встали, щей поели,
А тебе водить велели!
6. Раз, два, три, четыре, пять, -
Мы сейчас хотим играть.
«Да» и «нет» не говорить –
Все равно тебе водить!
7. Солнце спряталось за гору,
Зайка в лес,
А мишка в нору.
Кто остался на виду –
Убегай, Водить иду!
8. Эй, Иван,
Полезай в стакан,
Отрежь лимон
И выйди вон!

Кто самый ловкий?

1. Подбросить мяч, хлопнув в ладони, поймать его.
2. Подбросить мяч, хлопнув в ладони два раза, поймать его.
3. Подбросить мяч, хлопнув в ладони сзади и перед собой, поймать его.
4. Подбросить мяч, повернуться кругом и поймать мяч.
5. Бросить мяч в стену и поймать его после отскока от стены.
6. Бросить мяч в стену и поймать его после отскока от стены и пола.
7. Бросить мяч в стену и поймать его после отскока от стены, повернувшись кругом.
8. Подбросить теннисный мяч, наклониться, коснуться руками пола, выпрямиться и поймать мяч.
9. Подбросить мяч, сесть и поймать его.
10. Сидя подбросить мяч, встать и поймать его.
11. Мяч в руках за спиной. Подбросить мяч вверх из-за спины через голову и поймать его впереди.
12. Стоя, в обеих руках по мячу. Одновременно ударить мячами об пол и поймать каждой рукой мяч.

Кто самый гибкий?

1. Наклоняясь назад, слегка сгибая ноги в коленях, достать пятки.
2. Стоя ноги в широкой стойке, наклоняясь вперед и сгибая левую ногу, достать левым локтем носок левой ноги.
3. Лежа на спине, поднять ноги и достать носками пол за головой.
4. Стоя, ноги вместе, руки в стороны, наклоня голову, доставать то правым, то левым коленом лоб, не теряя равновесие.
5. Сидя, слегка согнув ноги, захватив обеими руками левую (правую) ногу, притянуть ступню к голове или перенести через голову.
6. Лежа на спине, руки соединить, пальцы переплести, образовав кольцо.

Продевать правую и левую ногу попеременно через это кольцо.

1. То же, но стоя на правой и левой ноге попеременно.
2. Стоя ноги врозь, наклоняясь назад, выполнить «мост».

Кто самый сильный?

1. Стоя, ноги вместе, руки на пояс. Мягко опуститься на колени движением рук и туловища, встать.
2. Лежа на спине, руки сцеплены за спиной. Встать, не расцепляя руки.
3. Стоя, руки за головой, сесть, лечь на спину, снова сесть и встать, не снимая рук с головы.
4. «Пистолетик». (Присесть, на одной ноге, другую вперед). Одной рукой можно держаться за стену или спинку стула.
5. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу или гимнастической скамейке (отжимание) на количество раз. Вариант: отжимание за 20 или 30сек.
6. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30сек.
7. Подтягивание из вися лежа.
8. В упоре лежа оттолкнуться руками от пола, хлопнуть в ладоши.

Кто самый быстрый?

1. Кто сумеет большее количество раз присесть и встать за 15 сек.
2. Стоя, в руке теннисный мяч. Подняв руку вперед, выпустить мяч и поймать хватом сверху до падения на пол.
3. То же двумя руками одновременно.
4. То же двумя руками поочередно.
5. То же, но ударом мяча об пол правой, поймать мяч левой.
6. Стоя ноги врозь, гимнастическая палка вертикально на полу, удерживается сверху двумя руками. Развести руки в стороны, присесть, встать и удержать палку руками сверху.
7. То же, стоя ноги вместе. Отпустить палку, повернуться на 360^0 и успеть подхватить ее. Повороты выполнять вправо и влево.
8. Прыжки на скакалке за 20сек.

Правила игры «Светофор»

С помощью считалочки выбирается **водящий**, рисуются 2 линии на расстоянии нескольких метров друг от друга.

Игроки встают за одну из линий. Водящий встает в центр между линиями и поворачивается к игрокам спиной.

Далее он называет любой **цвет** и поворачивается к игрокам.

Дети **ищут** у себя этот цвет на одежде, если они его находят, то показывают его ведущему, и спокойно проходят на ту сторону. Если у игрока этого цвета нет, он должен **перебежать** на другую сторону, задача водящего попытаться **осалить** его.

Тот, кого осалят, становится водящим.

Если все прошли-перебежали на другую сторону, водящий отворачивается и загадывает новый цвет.

Правила игры «Два мороза»

Перед началом игры выбирается и очерчивается площадка шириной примерно как в **вышибалах**.

На расстоянии 3-4 шагов от каждого края площадки проводится еще одна черта. Огороженные места теперь будут называться **домиками**, а место между ними — **улицей**.

Выбираются двое **водящих**, один — **Мороз-красный-нос**, другой — **Мороз-синий-нос**.

При наличии цветных носов на резиночке восторгу вообще не будет конца.

Морозы становятся посреди площадки — улицы, остальные дети прячутся в один из домов.

Морозы хором произносят:

Мы два брата молодые,

Два мороза удалые:

Я — мороз Красный нос,

Я — мороз Синий нос

Кто из вас решится

В путь дороженьку пуститься?

Все дети хором отвечают:

Не боимся мы угроз

И не страшен нам мороз!

После этих слов дети пытаются перебежать на противоположную сторону площадки, в другой дом.

Водящие **Морозы** стараются их **осалить** — «заморозить».

Игроки, настигнутые **Морозами**, останавливаются, замерев — они замерзли, пострадали от мороза.

Остальные ребята собираются в доме, **Морозы** повторяют свою кричалку, ребята свою, и опять перебегают через улицу в противоположный дом.

Морозы также пытаются их осалить. Только теперь игроки могут размораживать своих осаленных друзей, коснувшись их рукой. Вырученные игроки «**отмирают**» и убегают за черту вместе с другими игроками.

Через некоторое время выбираются новые водящие-Морозы и игра начинается сначала.

Салки с мячом

Салки с мячом – разновидность одной из самых популярных подвижных игр для ребят. В отличие от обычных салок для игры используется небольшой мяч. С его помощью водящий должен «осалить» любого из играющих.

Правила игры следующие:

Перед началом игры выбирается водящий или «салка».

Водящий берет в руки мяч. Все игроки разбегаются по площадке.

Задача водящего попасть мячом в любого из играющих. Если водящий промахнулся, то он должен поднять мяч и повторить попытку. Игрок, в которого попал мяч, становится «салкой».

В игре запрещается касаться мяча, оказавшегося на земле и выбегать за границы игровой площадки. Тот из играющих, кто нарушает любое из этих правил, автоматически становится водящим.

Правила игры «Гуси-лебеди»

Для игры необходима большая площадка и компания детей от 5-ти человек. Еще интереснее играть компанией 10-30 игроков, поэтому игра хороша для детских садов и массовых праздников..

В начале игры мелом или палочкой очерчивается **«гусятник»** — дом, в котором живут **гуси** и где их ждет **хозяин**.

На другой стороне площадки очерчивается **«поле»** — туда гуси уходят гулять.

Между **«гусятником»** и **«полем»** рисуется круг — **«логово»**, там будет жить **волк**.

Далее с помощью **считалочки** выбирается волк (если ребят много, волков может быть несколько) и хозяин гусей. Остальные становятся гусями.

При игре со взрослыми роль хозяина обычно берет на себя взрослый, он же является ведущим игры.

Хозяин говорит гусям:

— *Гуси, летите в поле, погуляйте, в лапы волку не попадайте.*

Ребята бегут, размахивая руками, в **«поле»**.

Далее происходит диалог хозяина и гусей:

— *Гуси, гуси!*

— *Га-га-га!*

— *Есть хотите?*

— *Да, да, да!*

— *Ну летите же домой!*

— *Серый волк под горой, не пускает нас домой.*

— *Что он делает?*

— *Зубы точит, нас съесть хочет.*

— *Ну, летите, как хотите, только крылья берегите!*

Гуси растопыривают руки-крылья и летят домой в гусятник, а **волк** рычит и пытается их поймать. Пойманные гуси из игры выбывают, и игра продолжается. Побеждают те, кто ни разу не попался в лапы волку.

Концовка в этой игре может быть и другой. Когда все гуси пойманы и сидят в логове у волка, хозяин зовет волка попариться в баню.

Волк идет париться к хозяину, изображает что моется, а затем хозяин говорит ему:

— *Волк-волкушко, я тебе коровушку брошу!*

Хозяин бросает волку палку куда-нибудь подальше, и пока волк за ней бежит, гуси в это время убегают домой к хозяину.

В конце игры можно отметить и похвалить самых ловких гусей, ни разу не попавших в лапы к волку.

Игра «Белые медведи»

Рисуется небольшая льдина. На ней находится "Белый медведь". Все оставшиеся игроки "медвежата", разбегаются по всей игровой площадке. "Белый медведь" рычит: «Выхожу на ловлю!» — и бежит ловить "медвежат". Поймав первых двух, он отводит их на льдину, после сам оставаясь на льдине, отправляет двух "медвежат", которые держатся за руки, на ловлю остальных. Как только "медвежата" кого-то поймали, они заключают его в круг, смыкая свободные руки, и просят помощи "Белого медведя". Тот забирает пленника на льдину. Как только на льдине оказывается двое, они берутся за руки, и отправляются тоже на ловлю. Кто остался последним непопавшим, тот и станет в следующей игре "Белым медведем".

Правила игры

1. На краю площадки, представляющей собой море, очерчивается небольшое место — льдина, на которой стоит водящий — «белый медведь»
2. Остальные «медвежата» произвольно размещаются по всей площадке
3. «Медведь» рычит: «Выхожу на ловлю!» — и бежит ловить «медвежат»
4. Поймав одного «медвежонка», отводит его на льдину, затем ловит другого
5. Два пойманных «медвежонка» берутся за руки и начинают ловить остальных играющих, «медведь»
6. Поймав кого-нибудь, два «медвежонка» соединяют свободные руки так, чтобы пойманный очутился между руками, и кричат: «Медведь, на помощь!»
7. «Медведь» подбегает, осаливает пойманного и отводит на льдину
8. Следующие двое пойманных также берутся за руки и ловят остальных «медвежат»
9. Когда будут переловлены все «медвежата» - игра заканчивается
10. Побеждает последний пойманный игрок, который и становится «белым медведем»

Примечания игры

- Пойманный «медвежонок» не может выскользывать из-под рук окружившей его пары, пока его не осалил «медведь»
- При ловле запрещается хватать играющих за одежду, а убегающим выбегать за границы площадки

Игра «Пустое место»

Играющие встают в круг, выбирают водящего. Начиная игру, он пробегает мимо игроков, одного из них пятнает и продолжает бежать дальше по кругу. Запятнанный быстро бежит в противоположную сторону от водящего. Кто из них первый добежит до свободного места в круге, тот и занимает его, а опоздавший становится водящим.



Игра в "Пустое место"

Правила

1. Участники бегают только за кругом.
2. Стоящие в кругу не должны задерживать бегущих.
3. Если участники прибегают к свободному месту одновременно, то они оба встают в круг, и выбирается новый водящий.

Указания к проведению

Играют в эту игру в любое время года на большой площадке, где можно бегать без помех. Участники игры встают по кругу на расстоянии одного шага друг от друга, руки у всех опущены. Если детей много, лучше организовать два круга играющих.

Правила игры «Третий — лишний»

Вначале выбирают **водящего** («догонялу»), который будет догонять, и игрока, который будет убежать («третий лишний»). Все играющие разбиваются по двое и становятся парами в круг один за другим лицом внутрь круга. Таким образом получается как бы двойной круг игроков. (В другом варианте игры пары берутся за руки и начинают медленно ходить по кругу). Перед началом игры Догоняла становится в центр круга, третий-лишний — за кругом. По сигналу водящий начинает погоню. Убегающий должен бегать только за кругом, нельзя пробегать сквозь круг или, наоборот, убежать далеко от него. Оба бегущих игрока не должны дотрагиваться до стоящих пар.

В любой момент убегающий игрок может пристроиться к любой паре спереди. Об этом он может предупредить криком «беги!» или «лишний!». Есть вариант игры, когда кричат целую фразу: «Много троих, хватит двоих!». В этом случае третий-лишний игрок сзади продолжает убежать вместо него. Таким образом, все игроки должны быть в готовности убежать, потому что ситуация на игровой площадке может поменяться в любой момент. Одновременно могут бежать только два игрока (водящий и убегающий). Когда все участники достаточно натренируются, смена убегающего игрока происходит очень быстро и игра приобретает настоящее напряжение и интерес. Если третий-лишний забегает в круг, то он обязан быстро пристроиться к какой-нибудь паре. А догоняла не может даже забегать между парами. Зато он может салить нового третьего лишнего даже если тот ещё не сдвинулся с места, как только старый убегающий пристроился к паре и крикнул «беги!» Погоня заканчивается, когда водящий настигает убегающего. Тогда они меняются местами и игра начинается сначала. Игра идёт до полной усталости всех игроков.

Маленькие хитрости:

- Чтобы круг не сжимался при смене убегающих, парам следует не забывать сдвигаться на шаг назад.
- Новому убегающему не запрещено сразу же выходить из игры, занимая место у соседней, а то и у своей собственной пары. Главное при этом — не попасться догоняле!
- Поскольку бывший догоняла после того, как догнал убегающего, уже изрядно устал, ему лучше сразу же пристроиться к какой-нибудь паре и отдохнуть
- Если не набирается 8 человек а поиграть всё же хочется, можно попробовать поиграть в сокращённый вариант игры: «второй-лишний». В этом случае игроки становятся в круг, но не парами а поодиночке. В этом случае игрок в кругу, к которому пристроился убегающий, становится новым убегающим.

Есть ещё один старинный вариант игры, называемый «засечки». Он состоит в том, что догоняющий держит в руках ремешок без пряжки (шарф, верёвку, полоску ткани или хворостину). И он должен, догоняя убегающего, легонько (!) стегнуть («засечь») его. После этого он подбрасывает ремешок вверх и сам становится убегающим.

Игра «Попрыгунчики – воробушки»

Для игры вычертите на асфальте круг. Выберите ведущего - "ворону" и поставьте его в круг. А остальные игроки должны находиться за пределами круга (они и есть "воробышки"). "Воробышки" прыг-скок в круг, попрыгают там и потом из него выпрыгивают. Ведущий, который "ворона" пытается поймать "воробья" в момент, когда тот находится внутри круга. Когда "ворона" поймает "воробышка" они меняются местами, а игра начинается заново.

Правила игры

1. Предварительно на асфальте чертятся круг с помощью мела.
2. В центре круга находится ведущий – «ворона». За кругом стоят все игроки, которые являются «воробушками».
3. Они запрыгивают в круг и прыгают в нутри него. Затем так же из него выпрыгивают.
4. «Ворона» старается поймать «воробушка», когда тот скачет внутри круга.
5. Если «воробушка» все-таки словили, то он становится ведущим и игра начинается сначала.

Игра «Волк во рву»

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Посреди площадки проводятся две параллельные линии на расстоянии 1 метр одна от другой. Это "ров", один - два "волка" становятся во рву. Все остальные - "козы", размещаются на одной стороне площадки - "пастбище". По сигналу "козы" бегут на "пастбище" и перепрыгивают через ров. "Волки", не выходя из рва, пытаются осалить как можно больше коз. Осаленные отходят в сторону, их подсчитывают. Затем по сигналу козы опять перебегают на другую сторону, в дом, а волки их ловят во рву.

После 2-4 перебежек выбираются новые волки. Выигрывают козы, непойманные ни разу, и волки, поймавшие больше коз.

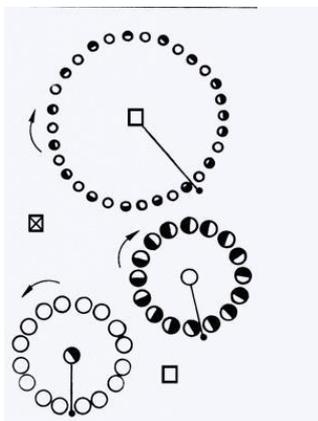
Игра «Удочка»

Задачи: развитие скоростно-силовых физических качеств; совершенствование прыгучести как одного из элементов техники игры в волейбол.

Инвентарь: веревки длиной 2—3 м, грузик или скакалки.

Место: спортивный зал, площадка.

Построение



Расшифровку значков смотрите в Условных обозначениях.

Содержание

Команды располагаются в кругах.

Водящий в центре круга берет веревку за свободный конец, а на другом ее конце — грузик.

По сигналу преподавателя водящий начинает крутить веревку по земле.

Играющие подпрыгивают, чтобы веревка не задела их ног.

Варианты игры: игроки могут принимать различные исходные положения: боком, спиной, упор присев и т. д.

Правила

Игра начинается только по сигналу преподавателя. Игрок, которого задела веревка, выбывает из круга.

Побеждает команда, у которой за определенное время, отведенное на игру, вышло меньше игроков из круга.

Необходимо следить за правильностью выполнения задания.

При использовании вместо веревки механического стержня через определенное время высоту его можно поднимать.

Игра «Лисы и куры»

Подготовка. Посередине зала ставятся четыре гимнастические скамейки в виде квадрата рейками вверх, это — «насест». Выбираются один водящий — «лис» и один — «охотник». Все остальные играющие — «куры». В одном углу зала очерчивается «нора», в которой помещается «лис». В другом углу встает «охотник». «Куры» располагаются вокруг «насеста» (рис. 4).

Содержание игры. По сигналу «куры» начинают то взлетать на «насест», то слетать с него, то просто ходить около «курятника» (около скамеек, образующих «курятник»). По второму условленному сигналу «лис», подбравшись к «курятнику», ловит любую «курицу», касающуюся земли (пола) хотя бы одной ногой. «Лис» берет осаленного за руку и ведет в свою «нору». Если по пути ему встречается «охотник», «лис» выпускает пойманного, а сам убегает в «нору». Пойманный возвращается в «курятник», после чего все «куры» слетают с насеста. Если «охотник» поймает «лиса», выбирается новый «лис». Играют 4—6 раз.

Выигрывают игроки, не пойманные ни разу.

Правила игры: 1. Забрав в «курятник», «лис» может осалить только одного игрока. 2. По сигналу руководителя «лис» должен покинуть «курятник» независимо от того, поймал он «курицу» или нет. 3. Стоящие на рейке могут оказывать друг другу помощь (поддерживать).

Приложение 20.

Перед началом игры дети выбирают коршуна и наседку, остальные играющие — цыплята. Они встают друг за другом и держатся за пояс, впереди наседка. Коршун роет ямку, наседка с цыплятами подходит к нему и спрашивает:

- Коршун, коршун, что ты делаешь?
- Ямку рою.
- На что тебе ямка?
- Копеечку ищу.
- На что тебе копеечка?
- Иголочку куплю.
- На что тебе иголочка?

- Мешочек сшить.
- На что тебе мешочек?
- Камешки класть.
- На что тебе камешки?
- В твоих деток кидать.
- За что?
- Они потоптали капусту у меня в огороде.
- А высока ли была у тебя изгородь?

Коршун встает, поднимает руки вверх, показывая высоту изгороди:

- Вот какая!
- Нет, мои цыплята через такую не перелетят.
- А я их все-таки поймаю.
- Не дам тебе своих деток ловить.

Коршун старается поймать цыплят, наседка защищает их, гонит коршуна: «Ши, ши, ши, злодей!» Пойманный цыпленок выходит из игры, а коршун продолжает ловить следующего. Игра кончается, когда поймана половина цыплят.

Правила

1. Цыплята должны крепко держаться за пояс друг друга.
2. Тот, кто не удержался в цепи, быстро встает на свое место.
3. Курица, защищая цыплят, не должна отталкивать руками коршуна.

Указания к проведению

Всем играющим нужно дать шнурок или ленточку, они завяжут их вокруг пояса. За такой пояс удобно держаться во время игры. Наседке легче защищать цыплят, если в игре принимает участие не более 10 детей. Если позволяет игровая площадка, то играть могут одновременно две группы, в каждой своя наседка и коршун.

Иногда перед началом разговора с коршуном (он в это время роет ямку) наседка и цыплята ходят вокруг и поют:

*Вокруг коршуна хожу
Ожерелье нижу,
По три ниточки,
Бисериночки.
Я снизала вороток,
Вокруг шеи короток.*



Игра 'Коршун'

Игра «Охотники и утки»

На площадке чертят две линии на расстоянии шесть - восемь метров одна от другой, произвольно определяют ширину площадки (тоже ограничивают линиями). Играющие по сговору делятся на две команды — «охотников» и «уток». «Охотники» становятся за начерченными линиями, «утки» располагаются в центре. «Охотники» перебрасывают мяч друг другу и в удобный момент бросают его в «уток». «Осаленная» мячом «утка» выходит из игры.

Игра продолжается до тех пор, пока не будут «подстрелены» все «утки», после чего команды меняются ролями.

Указания к проведению: в этой игре могут участвовать от четырёх до двенадцати человек.

Лучше играть в мяч во время прогулки в лес, выбрав ровную полянку. Мяч должен быть размера среднего.

Правила игры: «охотники» не имеют права заступать за черту, нельзя «осалить утку» мячом, отскочившим от земли; «подстреленная утка» временно не участвует в игре (пока не будут «осалены» все «утки» и команды не поменяются местами). Каждая команда имеет своего капитана («мати»). Он может выручить проигравшую команду, если выполнит задание: в течение 10—12 перебросов мяча ни разу не будет «подстрелен».

«Утки» могут ловить мяч («свечи») — это запасные очки, в таком случае последующее попадание в «утку» не засчитывается. Игра особенно интересна для младших дошкольников, у них лучше развит глазомер, больше точности в выбивании «уток».

Игра «Лишний на прогулке»

Как играть (правила) Шаг 1. Любым удобным вам способом выберите двоих ведущих. Обозначьте, кто из них будет убегающим, а кто наоборот – догоняющим. Шаг 2. Остальные игроки выстраиваются по двое и двигаются по кругу, держась за руки каждый в своей паре. Шаг 3. Убегающий должен спастись от своего противника бегством. Он имеет право взять одно человека из прогуливающих пар за руку. В этом случае тот, у кого забрали пару, становится убегающим, и теперь преследуют его. Шаг 4. Как только догоняющий прикоснулся к убегающему, они меняются местами и начинается новый раунд игры. Важно помнить! Чтобы не было возможности использовать гуляющие пары как цепочку «островков безопасности», можно ввести ограничения на это правило. Например, брать за руку можно только игрока из пары, не стоящей по соседству с твоей бывшей парой.

Игра «Лови, бросай, дни недели называй»

Количество игроков: любое

Дополнительно: мяч

Цель: закрепление временных понятий в активном словаре ребенка.

Дети становятся в круг. Ведущий, бросая мяч кому-нибудь из детей, может начать с любого дня недели:

- Я начну, ты продолжай, дни недели называй! Среда...

Дети по очереди перебрасывают мяч друг другу и последовательно называют дни недели. Усложнение. Дети и логопед встают в круг. Логопед называет дни недели, на каждое слово хлопая мячом об пол:

- Понедельник. Вторник...

Вместо следующего дня недели логопед называет имя ребенка:

- Саша!

Ребенок подхватывает мяч и продолжает, бросая мяч об пол. Можно называть дни недели и в обратном порядке.

Игра «Падающая палка»

Количество игроков: любое

Дополнительно: гимнастическая палка

Встав в круг, несколько играющих рассчитываются по порядку номеров. Участник игры под номером 1 берет гимнастическую палку и выходит на середину круга. Поставив палку вертикально и накрыв ее ладонью сверху, он громко называет какой - либо номер, например 3, а сам отбегает на свое место. Тот, кто назван, выбегает вперед, стараясь подхватить падающую палку. Если он успевает это сделать, то участник игры под номером 1 снова берет палку и, поставив ее вертикально, называет какой - либо номер и т. д.

Если же палка упала на землю, то водящим становится тот, кто не сумел ее подхватить. Игра длится 5 - 7 мин.

Побеждает тот, кто меньше других был в роли ведущего.

Игра «Нос - пол – потолок»

Ведущий произносит слова "нос", "пол" и "потолок" и показывает на пол, нос или на потолок соответственно. Иногда, чтобы запутать играющих он показывает на одно, а произносит другое. Например, показывает на пол, а говорит "потолок".

Игра «Красная шапочка, белое перо...»

Наверняка многие помнят эту подвижную игру. Участники делятся на две команды, поровну. Каждая команда сплетает руки – становится «цепью». Команды становятся на некотором расстоянии друг от друга. По очереди команды вызывают игроков из противоположной команды: «Красная шапочка, белое перо, вызываю [имя игрока] и больше никого!». Вызванный игрок должен подбежать к вызвавшей его команде и попытаться с разбегу «разорвать цепь». Если ему это удастся, то он забирает с собой одного игрока (того, на ком «разорвалась цепь»). Если нет – то он остается в команде противников, а его команда пропускает ход. Побеждает команда, в которой к окончанию игры останется больше участников.

Игра «У кого длинный хвост?»

Подготовка. Играющие образуют круг. Руководитель предлагает им поднять вверх правую руку, помахать ею, затем опустить. Он говорит детям, что будет называть разных животных. Причем если у названного животного длинный хвост, дети должны поднять правую руку и помахать ею, если же хвоста нет или он короткий, поднимать руку не нужно.

Содержание игры. Итак, игра начинается. Руководитель называет животных, например: лошадь (длинный), коза (короткий), корова (длинный), лиса (длинный), заяц (короткий), овца (короткий), тигр (длинный), кот (длинный), медведь (короткий), свинья (короткий), осел (длинный), белка (длинный). Руководитель поднимает руку во всех случаях. Тому, кто ошибается, начисляется штрафное очко.

Игра «Золотые ворота»

Ход игры:

*Дети, дети все сюда,
Здесь весёлая игра
Раз, два, три, четыре, пять
Собираемся играть.*

Правила игры очень просты. Выбирают двух игроков по считалочке:

*Катилась торба
С высокого горба.
В этой торбе
Хлеб, соль, пшеница.
С кем будешь делиться?*

На кого падает слово «делиться», тот указывает на кого-нибудь из игроков и говорит: «С ним! (или с ней)».

Они отходят немного в сторону и договариваются, кто из них кем будет (солнце – луна, день – ночь, красное – белое, апельсин – яблоко и т. д.). Выбравшие себе роли становятся лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают их, как бы образуя ворота. Остальные берутся за руки и хоровод начинает двигаться, проходя под «воротами». Хоровод нельзя разрывать! Все хором произносят такие слова (сначала, пока ребята не разучили присказку, взрослый может говорить ее один) :

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

«Ворота» закрываются при последнем слове и «ловят» того, кто оказался в них. Задержанного спрашивают, на чью сторону он хотел бы стать, и тот встает за спину одного из участников «ворот». Чтобы не быть пойманными, идущие невольно ускоряют шаг, иногда переходят на бег, а ловящие, в свою очередь, меняют скорость речитатива. Игра становится более подвижной и веселой. Игра продолжается до тех пор, пока не останется двое не пойманных играющих, они и станут следующими «воротами». Когда все игроки распределены, группы устраивают перетягивание, взявшись за руки или с помощью веревки, каната, палки и т. д.

В конце игры подводится итог: оценить общее физическое развитие детей (сильные, ловкие, быстрые); общую дисциплинированность и тесные взаимоотношения (правила не нарушали, друг- друга не толкали); отношение к победе, поражению (одной команде сегодня повезло чуточку больше, но другая тоже очень старалась)

Разновидность игры: Другая разновидность состоит в том, что «ворот» - двое. Игроки, изображающие их, произносят стишок одновременно (в лад). Пойманные не выбирают, куда встать, а сразу включаются в команду поймавших их «ворот». Изображающие ворота соревнуются в том, кто больше поймает игроков. Соревнование завершается так же перетягиванием.

Правила:

Игроку, который должен пройти через «ворота», нельзя останавливаться перед ними (из-за боязни, что они закроются).

Остановившегося, перед «воротами», считают пойманным.

Идущим или бегущим нельзя расцеплять руки, надо держаться за руку хотя бы с одним игроком.

Опускать руки («закрывать ворота») можно только на последнее слово речитатива.

Игра «Невод»

1. Сбор детей на игру.

Закличка: «Тай-тай налетай, кто в **«невод»** играй...»

2. Создание интереса: иллюстрация *«Морские обитатели»*. Дети рассматривают красивых морских рыб.

3. Объяснение игры:

Игра проходит на ограниченной площадке, пределы которой нельзя пересекать никому из **играющих**. Двое или трое **играющих берутся за руки**, образуя **«Невод»**, проговаривают слова.

Рыбки плавают в водице

Рыбкам весело **играть**

Мы хотим вас озорницы

Своим **неводом поймать**.

Их задача - поймать как можно больше плавающих *«рыб»*, т. е. остальных игроков.

«Рыбки» стоят вокруг **«невода»** и произносят слова:

Рыбки плавают, ныряют,

Корм **подводный собирают**,

Рыбки плавают по дну,

Не догонишь ни одну.

«Рыбки» начинают *«плавать»*.

Задача *«рыб»* – не попасться в **«невод»**. Если *«рыбка»* не смогла увильнуть и оказалась в **«неводе»**, то она присоединяется к водящим, и сама становится частью **«невода»**. *«Рыбки»* не имеют права рвать **«невод»**, т. е. расцеплять руки у водящих. **Игра** продолжается до того момента, пока не определяется игрок, оказавшийся самой проворной *«рыбкой»*.

Распределение ролей. Выбор водящего считалкой:

Завтра с неба прилетит

Синий-синий-синий кит,

Если веришь, стой и жди,

А не веришь - выходи!

Усложнение:

1. В игре участвуют два «невода». Какой «невод» поймал больше «рыбы» тот и победил.
2. Пойманная в «невод» «рыбка» произносит название морских обитателей. Повторяться игрокам нельзя.

В конце игры перейти на игру малой подвижности «Море волнуется...»

Игра «Зевака»

Участники встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга и начинают перебрасывать мяч, называя по имени того, кто должен его ловить. Мяч перебрасывают, пока кто-то из игроков его не уронит. Тот, кто уронил мяч, встает в центр круга и по заданию играющих выполняет 1—2 упражнения с мячом.

Правила

1. Если играющий при выполнении упражнения уронит мяч, ему дается дополнительное задание.
2. Мяч разрешается перебрасывать друг другу только через центр круга.

Указания к проведению

Эту игру лучше проводить с небольшим количеством участников. Мяч для игры можно взять любой величины, в зависимости от умений детей: чем меньше мяч, тем труднее его ловить и выполнять упражнения.

Игра «Мяч в стену»

На расстоянии 1—2 м от стены проводят черту. Играющие встают в поле за чертой свободно, кому как удобно. Водящий встает у черты лицом к стене и бьет мячом в стену так, чтобы он перелетел за черту. В поле его ловит тот игрок, которому это удобнее. Поймавший мяч перебрасывает его водящему. Если водящий поймает его, то уходит играть в поле, а на его место идет тот, кто перебрасывал мяч. Если же брошенный мяч водящий не поймает, то остается у стены водить.

Игру можно усложнить, если играющим дать 2—3 мяча и выбрать 2—3 водящих.

Игра «У медведя во бору»

Играющие выбирают медведя, определяют место его берлоги. Дети идут в лес за грибами, ягодами и напевают песенку:

*У медведя во бору
Грибы, ягоды беру!
Медведь простыл,
На печи застыл!*

Вариант:

*У медведя во бору
Грибы, ягоды беру!
А медведь не спит,
Все на нас глядит.*

Медведь просыпается, выходит из берлоги, медленно идет по поляне. Неожиданно он быстро бежит за играющими и старается кого-то поймать. Пойманный становится медведем.

Правила

1. Медведь выходит из берлоги только после того, как дети споют песенку.
2. Дети в зависимости от поведения медведя могут не сразу бежать в свой дом, а повторить песенку, раззадорить его.

Указания к проведению

Берлогу медведя лучше разместить на другом конце площадки. Медведь из берлоги должен выбираться (перелезть через бревно, вылезать из ящика, корзины).

Игра «Филин и пташки»

Играющие выбирают филина, он уходит в свое гнездо. Подражая крику той птицы, которую выбрали, играющие летают по площадке.

На сигнал **«Филин!»** все птицы стараются улететь в свои гнезда. Если филин успеет кого-то поймать, то он должен угадать, какая это птица, и только тогда пойманный становится филином.

Указания к проведению

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

Вариант

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

Правила игры «Горелки»

В игре участвует от 11 человек. Важно, чтобы количество играющих было нечетным. Для игры выбирается большая поляна или место во дворе. Выбирается **водящий** — он будет **«гореть»**.

Все остальные игроки делятся на пары и встают позади **«горящего»** на расстоянии 3-4 метра от него. Игроки поют:

*«Гори-гори ясно,
Чтобы не погасло.*

Глянь на небо:

*Птички летят,
Колокольчики звенят!»*

Как только они заканчивают петь, последняя пара расцепляет руки, и **бежит** вдоль колонны, один слева, другой — справа.

Как только они поравняются с водящим, они кричат ему:

«Раз, два, не воронь, беги, как огонь!»

После этого они бегут дальше, стараясь увернуться от водящего, встать перед ним и снова сцепить руки. Водящий, в свою очередь, старается их осалить или поймать. Если ему удалось осалить одного из игроков, он встает с ним парой впереди колонны, а оставшийся игрок становится **«горящим»**.

Если водящий никого не поймал, он продолжает водить, а бежавшие игроки встают парой в начале колонны.
Играть можно, пока не устанете!

Варианты напевов

«Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.
Стой подоле,
Гляди на поле,
Едут там трубачи
Да едят калачи.
Погляди на небо:
Звёзды горят,
Журавли кричат:
— Гу, гу, убегу.
Раз, два, не воронь,
А беги, как огонь!»

или такой вариант

*«Гори, гори ясно,
чтобы не погасло.
Стой подоле, гляди на поле:
Ходят грачи да едят калачи.
Птички летят, колокольчики звенят!»*

Игра «Кот и мыши»

Мыши вылезли из норки,
Тащат корки, ищут крошки
Как их много здесь и там.
Мыши бегали, шалили
И кота вдруг разбудили.
- Кот просыпается, *«потягивается»*:
Котик глазки открывает.
Котик спинку выгибает
И всех мышек догоняет.
Мышка, мышка, берегись
И коту не попадись.
- Мышки убегают и прячутся в норках.

Усложнения: норкой может служить тоннель, дуги, шнур на стойках; крупные кирпичики для упражнения в прыгивании.

Игра «Русская лапта»

Участники игры делятся на две равные группы, в каждой есть водящий. Посередине площадки отмечают игровое поле. С одной стороны игрового поля на расстоянии от 10 до 20 м находится город, а с другой — отводится место для кона.

По жребью игроки одной группы идут в город, а другой — расходятся по полю. Игру начинает ведущий из группы города. Он лаптой забивает мяч, бежит через поле за линию кона и снова возвращается в город. Во время перебежки игроки водящей команды (поля) стараются запятнать бегущего. Если им удастся, они переходят в город. В противном случае игроки остаются на своих местах. Игра продолжается, мяч забивает второй игрок и также бежит через поле за линию кона.

Однако не всегда удастся игрокам сразу же вернуться в город. В этом случае они ждут, кто их выручит, а выручить может только тот, кто далеко отобьет мяч.

Может быть и такой вариант: если тот, кто пробил мяч, не смог сразу же перебежать за линию кона, он ждет, когда мяч пробьет следующий игрок; тогда за линию кона бегут одновременно два игрока.



Русская ланта¹

Правила

1. Игроки города подают мяч в поле по очереди; отбивающий мяч не должен переступить черту города; если в городе остался один игрок, а все остальные за чертой кона, то разрешается ему подать мяч 3 раза; ведущему разрешается пробить 3 мяча.
2. Игроки поля пятнают бегущего с того места, где поднят или пойман мяч; чтобы быстрее запятнать бегущего, разрешается мяч передавать игрокам своей партии.
3. Тому, кто не может забить мяч лаптой, разрешается его бросить в поле рукой.
4. Команда города проигрывает и переходит на игровое поле, если все игроки пробили мяч, но никто не перебежал за линию кона; все игроки перебежали за линию кона, но не вернулись в город; во время перебежки игрока города осалили.

Указания к проведению

Первое условие этой игры — дружное действие всех игроков партии и точное выполнение правил. Очень важно также правильно выбрать водящего: он должен хорошо владеть мячом, быть активным, следить за ходом игры, умело расставить игроков с учетом их умений.

Водящему лучше начинать игру первому — это позволит ему в дальнейшем наблюдать за ходом игры, помогать игрокам, а если нужно при случае, и выручить своих товарищей. Играющие при подаче мяча должны смотреть, куда его направить: туда, где меньше игроков или где их нет совсем. Если игроки бегут в город, то мяч в поле нужно послать

дальше к линии-кона; если же они бегут из города, то слабым ударом мяч подать так, чтобы он упал ближе к линии города.

Правила игры «Салки»

Салки классические

Игроки разбегаются, вода (квач) их догоняет и пытается дотронуться рукой — осалить. Если у него это получилось, осаленный становится водой, громко объявляя об этом всех участникам, и так до бесконечности, пока все не устанут. Иногда квач начинает гоняться за одним (самым слабым и медленным) участником. Тогда все остальные скандируют: **«За одним не гонка — поймаешь поросёнка!»** или **«Гарантию даю — поймаешь ты свинью!»**

Салки «Я в домике»

Перед началом игры выбирается один или несколько местечек, которые называются **«домики»**: песочница, место под детской горкой и т.д. Если ничего подходящего рядом нет, можно нарисовать несколько кругов мелом на дороге или палочкой на земле. Далее **считалочкой** выбирается вода, игроки разбегаются, вода пытается их осалить. Игрок может прыгнуть в домик. Там он в безопасности. Но долго оставаться в домике нельзя. Существует вариант игры, когда домиков делается меньше, чем участников и вводится правило — двоим игрокам в один домик нельзя, так игра становится азартнее и появляется соперничество игроков за домики. С маленькими детьми можно договориться играть так — домиком будет считаться, когда ты сядешь на четвереньки, сделаешь руками крышу над головой и успеешь крикнуть **«Я в домике»**. Если ребенок успел принять такую позу, салить его нельзя.

Ещё одним вариантом салок является игра **Выше ноги от земли**.

Салки-пересекалки

Игра начинается как обычные салки, только вводится новое правило — если вода гонится за кем-то и другой игрок перебегает ему дорогу, то вода должен изменить направление и гнаться за помешавшим ему игроком. Игра интересна тем, что требует от игроков дополнительного риска и хорошо развивает взаимовыручку.

Тройные салки

К обычным салкам прибавляется новое правило — осаленным считается тот игрок, которого водящий коснулся три раза подряд, прокричав при этом **РАЗ, ДВА, ТРИ**

Салки с приседанием

Салки, напоминают салки ножки на весу, но являются их упрощенной версией. В этих салках нельзя салить игрока, который успел сесть на корточки.

Салки — стойка на одной ноге

Водящий не может салить игрока, который успел занять позу, стоя на одной ноге и держащих другую, отведенную назад ногу двумя руками

Стандартный вариант игры "Краски"

Приготовления к игре:

Для игры "Краски" среди участников выбирают одного ведущего-продавца и одного покупателя-монаха, остальные дети становятся красками. Участники-краски сидят в кругу или в беседке, иногда дети становятся в шеренгу. Продавец тихо (на ушко) говорит каждому какой цвет краски ему соответствует. Дети запоминают свой цвет. Монах-покупатель не должен знать цвета красок.

Ход игры:

Монах приходит в магазин красок и обращается к продавцу:

- Я монах в синих штанах, пришел за краской.

- За какой?

Монах называет цвет краски (например, голубой). Если такой краски нет, то продавец отвечает:

- Нет такой! Скачи по голубой дорожке, на одной ножке, найдешь сапожки, поноси, да назад принеси!

Задания для монаха могут быть разные: проскакать на одной ножке, пройти уточкой, присядку или как-то по другому.

Если названная краска в магазине присутствует, то продавец отвечает монаху:

- Есть такая!

- Сколько стоит?

- Пять рублей (Монах громко хлопает по ладони продавца пять раз).

При последнем хлопке названная "краска" вскакивает со своего места и бежит вокруг беседки или шеренги остальных детей. Монах пытается ее догнать. Если он догоняет краску, то сам становится краской, а пойманный участник-краска становится покупателем-монахом и игра продолжается.

Если же монах не смог поймать краску, то игра начинается сначала.

Второй вариант игры "Краски" с игроком-чёртом

В этом варианте игры вместо монаха покупателя выступал Чёрт. Эта игра напоминает "Хали-хало". Черт также приходит в магазин за красками и ведет следующий диалог с продавцом:

- Тук, тук!

- Кто там?

- Я черт с рогами, с пирогами, на лбу шишка, в кармане – жареная мышка!

- За чем пришел?

– За краской!

– За какой?

После того, как краска была названа и она присутствовала в магазине, чёрт расплачивался с продавцом хлопками по ладони. С последним ударом краска вскакивает и убегает, а чёрт в этот момент должен быстро произнести какие либо обговоренные слова.

- Спасибо дружок, держи пирожок!

Как только чёрт произнес последнее слово краска останавливается. Черт должен прикинуть расстояние до убежавшей краски в шагах.

Вроде бы все просто, сказал сколько шагов - прошагал и если дотянулся чёрт до краски, то он выиграл. Но в этой игре есть свои хитрости. Шаги для чёрта не совсем обычные.

Шаги могут быть

- обычные шаги,
- гигантские шаги,
- лилипутские шажки,
- шаги-кирпичики (пятка к носку),
- верблюжьих шаги (шаг и плевков).

Чёрту говорят какими шагами он должен шагать к краске. Если дошагал и дотронулся до краски, то чёрт сам становится краской.