

Картотека народных игр



1. Русская народная игра «Ручейк»

Цель: Обучение в игровой манере ходьбе, внимательности, игре в коллективе.

Описание: Дети становятся парами, взявшись за руки. Руки надо поднять вверх таким образом, чтобы получился «домик». Пары детей становятся друг за другом, постепенно передвигаясь вперед. Формируется что-то вроде «ручейка», который постоянно течет. Один человек заходит в начало этого ручейка, проходит под поднятыми руками игроков и выхватывает из основной массы одного из игроков за руку, уводя его с собой в конец ручейка, вставая последним его звеном. На освободившееся место встает следующая пара игроков, а освободившийся игрок идет в начало ручейка и проделывает то же самое – идет под руками игроков, выхватывая из ручейка понравившегося человека за руку и уводя его в самый конец ручейка.

Варианты:

В зависимости от размеров игровой площадки играющие пары идут ровным уверенным шагом прямо или по кругу. По сигналу воспитателя (хлопок в ладоши, свисток) первая пара, пригнувшись, входит в «коридор» из рук.

2. Русская народная игра «Капуста»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, умение согласовывать движения со словами, упражнять в беге, умению играть в коллективе.

Описание: Рисуется круг – «огород». На середину круга складываются шапки, пояса, платки и прочее. Это – «капуста». Все участники игры стоят за кругом, а один из них выбирается хозяином. Он садится рядом с «капустой». «Хозяин» изображает движениями то, о чем поет:

Я на камушке сажу, Мелки колышки тешу.

Мелки колышки тешу,

Огород свой горожу,

Чтоб капусту не украли,

В огород не прибежали

Волк и лисица, бобер и курица,

Заяц усатый, медведь косолапый.

Играющие стараются быстро забежать в «огород», схватить «капусту» и убежать. Кого «хозяин» поймает, тот выбывает из игры. Участник, который больше всех унесет «капусты», объявляется победителем.

Правила игры: Бежать можно только после слов «медведь косолапый».

3. Русская народная игра «Дедушка Рожок»

Цель: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в беге.

Описание: Дети по считалке выбирают Дедушку.

По божьей росе,
По поповой полосе
Там шишки, орешки,
Медок, сахарок
Поди вон, дедушка Рожок!
Выбранному игроку-Дедушке отводится «дом». Остальные игроки отходят на 15-20 шагов от «дома» этого - у них свой «дом».
Дети: Ах ты, дедушка Рожок,
На плече дыру прожёт!
Дедушка: Кто меня боится? Дети: Никто!
Кого он осалил, вместе с ним ловит играющих. Как только играющие перебегут из дома в дом и водящий вместе с помощником займут свое место, игра возобновляется.
Правила игры: игра продолжается до тех пор, пока не останется три-четыре не пойманных играющих.

4. *Русская народная игра «Лягушки на болоте»*

Цель: Развивать у детей умение действовать по сигналу, упражнять в прыжках на двух ногах.

Описание: С двух сторон очерчивают берега, в середине - болото. На одном из берегов находится журавль (за чертой). Лягушки располагаются на кочках (кружки на расстоянии 50 см) и говорят:

Вот с намокнувшей гнилушки

В воду прыгают лягушки.

Стали квакать из воды:

Ква-ке-ке, ква-ке-ке

Будет дождик на реке.

С окончанием слов лягушки прыгают с кочки в болото. Журавль ловит тех лягушек, которые находятся на кочке. Пойманная лягушка идет в гнездо журавля. После того, как журавль поймает несколько лягушек, выбирают нового журавля из тех, кто ни разу не был пойман. Игра возобновляется.

5. *Русская народная игра «Золотые ворота»*

Цель: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в ходьбе цепочкой.

Описание: Пара игроков встает лицом друг к другу, и поднимает вверх руки – это ворота. Остальные игроки берутся друг за друга так, что получается цепочка. Все дети говорят:

Ай, люди, ай, люди,

Наши руки мы сплели.

Мы их подняли повыше,

Получилась красота!

Получились не простые,

Золотые ворота!

Игроки-ворота говорят стишок, а цепочка должна быстро пройти между ними. Дети – «ворота» говорят:

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, которые оказались пойманными, становятся дополнительными воротами. "Ворота" побеждают, если им удалось поймать всех игроков.

Правила игры: Игра продолжается до тех пор, пока не останется три-четыре не пойманных играющих, опускать руки надо быстро, но аккуратно.

6. *Татарская народная игра «Татарский плетень»*

Цель: учить совместным действиям; развивать умение ориентироваться в пространстве.

Описание игры: одна подгруппа детей стоит вдоль зала, на расстоянии 1 шага друг от друга, берет за руки и поднимает их над головой, произносит слова:

“Вейся, ты вейся, капуста моя!

Вейся, ты вейся, вишневая моя!

Как мне капусте не виться,

Как мне вишневой не свиться!”.

Дети второй подгруппы, взявшись за руки, бегут змейкой вокруг игроков первой подгруппы. Методические указания: игроков первой подгруппы задевать нельзя. Затем подгруппы меняются. (Повторить по 2 раза)

7. *Мордовская народная игра «Бег по стволу»*

Цель: закрепить навык равновесия; ходьба и бег с меняющимся темпом движения.

Описание игры:

Произносятся слова:

“Белая береза,

Чёрная роза,

Ландыш душистый,

Одуванчик пушистый,

Колокольчик голубой.

Поворачивай! Не стой!”

Дети поточно идут по бревну (гимнастической скамейке), всё ускоряя темп движения, затем бегут по скамейке в быстром темпе, замедляя темп, переходят на ходьбу и постепенно останавливаются. (Повторить игру 2-3 раза)

Методические указания: не толкаться, соблюдать дистанцию.

8. *Русская народная игра «Игровая»*

Цель: Развивать у детей умение действовать по сигналу, самостоятельному выбору движений, упражнять в построении в круг, ходьбе со сменой направления.

Описание: Дети встают в круг, берутся за руки. В центре находится ведущий. Играющие ходят по кругу и говорят нараспев слова:

У дядюшки Трифона

Было семеро детей,

Семеро сыновей:

Они не пили, не ели,

Друг на друга смотрели.

Разом делали, как я!

При последних словах все начинают повторять его жесты. Тот, кто повторил движения лучше всех, становится ведущим.

Правила игры: При повторении игры дети, стоящие в кругу, идут в противоположную сторону.

9. *Русская народная игра «Лошадки»*

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге с высоким подниманием коленей, ходьбе, умению играть в коллективе.

Описание: Играющие разбегаются по всей площадке и на сигнал педагога "Лошадки" бегут, высоко поднимая колени. На сигнал "Кучер" - обычная ходьба. Ходьба и бег чередуются. Воспитатель может повторить один и тот же сигнал подряд.

Художественное слово:

Гоп-гоп! Ну, скачи в галоп!

Ты лети, конь, скоро-скоро

Через реки, через горы!

Все-таки в галоп - гоп-гоп!

Трух-трух! Рысью, милый друг!

Ведь сдержать-то станет силы, -

Рысью-рысью, конь мой милый!

Трух-трух! Не споткнись, мой друг!

Правила игры: Бежать можно только после слова «догоняет».

10. Русская народная игра «Скакалка»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в прыжках на двух ногах, умению играть в коллективе.

Описание: Один из играющих берет веревку и раскручивает ее. Низко от земли.

Остальные прыгают через веревку: чем выше, тем больше будет доход и богатство.

Перед началом игры говорят следующие слова:

Чтоб был долог колосок,

Чтобы вырос лен высок,

Прыгайте как можно выше.

Можно прыгать выше крыши.

Правила игры:

Кто задел за скакалку, выбывает из игры.

11. Русская народная игра «Мороз красный нос»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, выдержке. Упражнять в ходьбе и беге.

Описание: На противоположных сторонах площадки обозначают два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки встает водящий - Мороз-Красный нос.

Он говорит:

Я Мороз-Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Играющие отвечают:

Не боимся мы угроз

И не страшен нам мороз.

После этого дети перебегают через площадку в другой дом. Мороз догоняет их и старается заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз, и стоят до окончания перебежки. После нескольких перебежек выбирают другого водящего. *Правила игры:* Бежать можно только после слова «мороз». «Замороженным» игрокам не сходить с места.

12. Русская народная игра «Бабка Ёжка»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге с утертыванием, прыжках на одной ноге, умению играть в коллективе.

Описание: Дети образуют круг. В середину круга встает водящий — Бабка Ежка, в руках у нее «помело». Вокруг бегают играющие и дразнят ее:

Бабка Ежка - Костяная Ножка

С печки упала, Ногу сломала,

А потом и говорит:

— У меня нога болит.

Пошла она на улицу -

Раздавила курицу.

Пошла на базар –

Раздавила самовар.

Бабка Ежка скачет на одной ноге и старается кого-нибудь коснуться «помелом». К кому прикоснется — тот «заколдован» и замирает.

Правила игры: «Заколдованный» стоит на месте. Выбирается другой водящий, когда «заколдованных» станет много.

13. *Русская народная игра «Два Мороза»*

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, выдержке. Упражнять в ходьбе и беге.

Описание: На противоположных сторонах площадки обозначают два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки с противоположных сторон встают два водящих мороза – Мороз - Красный нос и Мороз - Синий нос.

говорят:

Мы два брата молодые, Два Мороза Удалые

Я Мороз-Красный нос, Я Мороз – Синий нос,

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Играющие отвечают:

Не боимся мы угроз

И не страшен нам мороз.

После этого дети перебегают через площадку в другой дом. Морозы догоняют их и стараются заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз, и стоят до окончания перебежки. После нескольких перебежек выбирают других водящих. *Правила игры:* Бежать можно только после слова «мороз», «замороженным» игрокам не сходить с места.

14. *Русская народная игра «Хлоп! Хлоп! Убегай!»*

Цель: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в беге.

Описание: Играющие ходят по игровой площадке — собирают на лугу цветы, плетут венки, ловят бабочек и т. д. Несколько детей выполняют роль лошадок, которые в стороне щиплют травку. После слов ведущего:

«Хлоп, хлоп, убегай,

Тебя кони стопчут»

несколько игроков

произносят:

«А я коней не боюсь,

По дороге прокачусь!»

и начинают скакать на палочках, подражая лошадам и стараясь поймать детей, гуляющих на лугу.

Правила игры: Убегать можно лишь после слова «прокачусь»; тот ребенок, которого настигнет лошадка, на время выбывает из игры.

15. Русская народная игра «Жмурки»

Цель: Развивать умение действовать по сигналу, учить ориентироваться в пространстве, соблюдать правила игры.

Описание: Дети выбирают одного участника, накладывают ему на глаза повязку. По данному сигналу, участвующие в игре, бросаются в разные стороны, а ребенок с повязкой на глазах, стоящий посередине места для игры старается поймать кого-нибудь из бегущих. Попавшийся меняется с ним ролями, т. е. ему накладывают повязку на глаза и он становится «жмуркой».

Правила: Дети должны во время бега все-таки следить, чтобы тот из них, у которого глаза завязаны, не наткнулся на какой-нибудь предмет; при виде опасности они предупреждают криком: "огонь"!

Варианты: Игра может проводиться с колокольчиком, который дети передают друг другу.

16. Башкирская игра «Конное состязание»

Цель: развитие быстроты; согласованность в движениях;
- соревновательный момент.

Описание игры: игроки встают парами друг за другом на одной линии. Игрок “конь” вытягивает руки назад – вниз и берет за руки “наездника”. По команде пары бегут до финиша, затем меняются (повторить 3-4 раза).

Методические указания: пары бегут прямо, не пересекая дорогу другим, не тянуть сильно “наездника”.

17. Русская народная игра «В ногу»

Цель: Развивать, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в метании.

Описание: Дети делятся на две равные по числу команды. Вдоль одной из линий чертятся круги диаметром около 30-ти сантиметров, согласно количеству игроков одной команды. После этого, игроки одной команды строятся шеренгой по линии, поставив одну ногу в нарисованный круг. Игроки противоположной команды стоят напротив, на определенном, заранее установленном расстоянии. Их задача попасть мягкими мячами в игроков команды-соперницы. Игра длится по количеству установленных бросков (например, по 5), после чего команды меняются местами. За каждое попадание можно начислять баллы. Побеждает команда, набравшая большее количество баллов.

Правила: Во время игры запрещается бросать мяч в лицо, а игрокам, находящимся в кругах, отрывать ногу, находящуюся в кругу от земли.

18. Русская народная игра «Ястреб»

Цель: Развивать умение действовать по сигналу, упражнять детей в беге в различных направлениях, построению парами.

Описание: Дети бросают меж собою жребий. Выбранный по жребию представляет ястреба. Остальные дети берутся за руки и становятся парами, образуя несколько рядов. Впереди всех помещается ястреб, который может смотреть только вперед и не смеет оглядываться. По данному сигналу, пары внезапно отделяются друг от друга и бросаются бегом в различные стороны, в это время ястреб догоняет их, стараясь кого-нибудь поймать. Потерпевший, т. е. очутившийся в когтях ястреба, меняется с ним ролями.

Варианты:

Дети во время бега стремятся бросить в ястреба платок, если они попадают в него, он считается «заколдованным» и из детей выбирается на его место другой.

19. *Русская народная игра «Бубенцы»*

Цель: Развивать умение действовать по сигналу, внимание, упражнять детей ориентироваться в пространстве по слуховому восприятию, построению в круг, хороводному движению.

Описание: Дети встают в круг. На середину выходят двое - один с бубенцом или колокольчиком, другой - с завязанными глазами.

Все дети говорят:

Трынцы-брынцы, бубенцы,

Раззвонились удалцы:

Диги-диги-диги-дон,

Отгадай, откуда звон!

После этих слов "жмурка" ловит увертывающегося игрока.

Правила: Ловить начинать только после слов «Звон!». Игрок, которого ловят, не должен выбегать за пределы круга.

Варианты: Дети, образующие круг, могут водить хоровод.

20. *Русская народная игра «Матушка Весна»*

Цель: Развивать умение действовать по сигналу, упражнять детей ходьбе, построению в круг.

Описание: Выбирается Весна. Двое детей зелеными ветками или гирляндой образуют ворота.

Все дети говорят:

Идет матушка-весна,

Отворяйте ворота.

Первый март пришел,

Всех детей провел;

А за ним и апрель

Отворил окно и дверь;

А уж как пришел май –

Сколько хочешь, гуляй!

Весна ведет за собой цепочкой всех детей в ворота и заводит в круг.

Правила: Не размыкать цепочку.

21. *Русская народная игра «Пирог»*

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге, умению играть в коллективе.

Описание: Играющие делятся на две команды. Команды становятся друг против друга.

Между ними садится «пирог» (на него надета шапочка). Все дружно начинают расхваливать «пирог»:

Вот он, какой высоконький,

Вот он, какой мякошенький,

Вот он, какой широконький.

Режь его да ешь!

После этих слов играющие по одному из каждой команды бегут к «пирогу». Кто быстрее добежит до цели и дотронется до «пирога», тот и уводит его с собой. На место «пирога» садится ребенок из проигравшей команды. Так происходит до тех пор, пока не проиграют все в одной из команд.

22. *Русская народная игра «Малечина-Калечина»*

Цель: Развивать, ловкость, выдержку, координацию движений, чувство спортивного соперничества.

Описание: Играющие выбирают водящего. Все берут в руки по палочке и произносят:
Малечина-калечина,
Сколько часов
Осталось до вечера,
До летнего?

После этих слов ставят палочку вертикально на ладонь или на кончик пальцев.

Водящий считает: «Раз, два, три ... десять!» Когда палка падает, ее следует подхватить второй рукой, не допуская полного падения на землю. Счет ведется только до подхвата второй рукой, а не до падения на землю. Выигрывает тот, кто дольше продержит палочку.

Варианты: Палку можно держать по-разному:

1. На тыльной стороне ладони, на локте, на плече, на голове.
2. Удерживая палку, приседают, встают на скамейку, идут или бегут к начерченной линии.
3. Держат одновременно две палки, одну на ладони, другую на голове.

Правила игры: Пальцами другой руки (палочку) малечину-калечину поддерживать нельзя.

23. *Русская народная игра «Цепи кованные»*

Цель: Развивать у детей умение действовать по сигналу, упражнять в построении в две шеренги, беге.

Описание: Две шеренги детей, взявшись за руки, становятся друг против друга на расстоянии 15 – 20 м. Одна шеренга детей кричит:

- Цепи, цепи, разбейте нас!

Кем из нас? – отвечает другая

- Стёпой! - отвечает первая

Ребёнок, чьё имя назвали, разбегается и старается разбить вторую шеренгу (целится в сцепленные руки). Если разбивает, то уводит в свою шеренгу ту пару участников, которую он разбил. Если не разбивает, то встаёт в шеренгу, которую не смог разбить. Выигрывает та команда, где оказывается больше игроков.

24. *Русская народная игра «Салки»*

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в прыжках на одной ноге, с продвижением, умению играть в коллективе.

Описание: Дети расходятся по площадке, останавливаются и закрывают глаза. Руки у всех за спиной. Водящий незаметно для других кладет одному из них в руку какой-нибудь предмет. На слова «Раз, два, три, смотри!» дети открывают глаза. Тот, которому достался предмет, поднимает руки вверх и говорит «Я — салка». Участники игры, прыгая на одной ноге, убегают от салки. Тот, кого он коснулся рукой, идет водить. Он берет предмет, поднимает его вверх, быстро говорит слова: «Я — салка!»

Игра повторяется.

Правила игры:

1. Если играющий устал, он может прыгать поочередно то на одной, то на другой ноге.
2. Когда меняются салки, играющим разрешается вставать на обе ноги.
3. Салка тоже должен прыгать на одной ноге.

25. *Башкирская игра «Ласточки и ястребы»*

Цель: развивать внимание; упражнять в быстром беге; развивать ориентировку в пространстве, внимание.

Описание игры: игроки делятся на 2 команды и становятся в два ряда спиной друг к другу. В одном ряду – “ястребы”, в другом – “ласточки”. Ведущий называет одну из команд. Та команда, которую назвали, догоняет другую. Пойманные становятся пленниками ловящих. Выигрывает та команда, в которой к концу игры оказывается больше игроков.

Методические указания: внимательно слушать водящего, убегая, стараться не наталкиваться друг на друга (повторить 3-5 раз).

26. Русская народная игра «Ткачиха»

Цель: Развивать, ловкость, выдержку, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе, беге.

Описание: Две шеренги, плотно переплетаясь руками, стоят напротив друг к другу лицом. Посередине коридора будут бегать 2 «челнока» навстречу друг другу по правой стороне коридора каждый. По команде все начинают петь речитатив:

Я весёлая ткачиха,

Ткать умею лихо, лихо.

Ай, лю-ли, ай, лю-ли,

Ткать умею лихо, лихо!

Шеренги ровными стенками сближаются и расходятся, ткуют, в это время "челноки" должны проскочить. Если не успевают, то "заткали ниточку" (плохо ткуют). Когда «челноки» пробежали, присоединяются к «деревне» встают в шеренгу.

Правила игры: «Челноки» не должны наталкиваться друг на друга.

27. Русская народная игра «Медведь»

Цель: Развивать умение действовать по сигналу, упражнять детей в беге в различных направлениях, учить ориентироваться в пространстве, соблюдать правила игры.

Описание: Участники игры по жребию выбирают одного товарища, которому поручают роль медведя. На одной из сторон пространства, отведенного для игры, ограничивается чертой небольшое место, служащее медведю берлогой.

По данному сигналу, дети бросаются бегом из одного конца двора в противоположный.

Причем «медведь», догоняет их, стараясь прикоснуться к одному из них рукой, т. е. «осалить».

«Осаленный» также становится «медведем» и уводится в берлогу. Игра продолжается в таком порядке до тех пор, пока «медведей» не станет больше, чем оставшихся участников игры.

Правила: По мере увеличения числа помощников «медведя», все они выходят вместе с ним на добычу, устанавливаются в ряд, причем только находящиеся по краям имеют право ловить играющих. Действовать надо только по сигналу.

28. Русская народная игра «Горелочки с платочком»

Цель: Развивать у детей умение действовать по сигналу, упражнять в беге.

Описание: Игроки стоят парами друг за другом. Впереди водящий, он держит в руке над головой платочек.

Все хором:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Посмотри на небо,

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три!

Последняя пара беги!

Дети последней пары бегут вдоль колонны (один справа, другой слева). Тот, кто добежит до водящего первым, берет у него платочек и встает с ним впереди колонны, а опоздавший «горит», т. е. водит.

29. Русская народная игра «Хромая лиса»

Цель: Упражнять детей в беге по кругу, прыжкам на одной ноге.

Описание: Дети выбирают «Хромую лису». На месте, выбранном для игры, очерчивают круг довольно больших размеров, в который входят все дети, кроме «лисы». По данному

сигналу дети бросаются бегом по кругу, а лиса в это время скачет на одной ноге и старается во чтобы то ни стало прикоснуться к кому-то из бегущих рукой. Лишь только ей это удалось, она входит в круг и присоединяется к остальным бегущим детям, потерпевший же принимает на себя роль «лисы». Дети играют до тех пор, пока все не перебивают в роли хромой лисы; игру, однако, можно прекратить раньше, при первом появлении признаков утомления.

Правила: Дети, вошедшие внутрь круга, должны, бегать лишь в нем и не выходить за очерченную линию, кроме того, участвующий, избранный лисой, должен бегать лишь на одной ноге.

Картотека "Игры-аттракционы"

Кто самый ловкий

Оборудование: шнур длиной 2 м.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: на землю кладут шнур. По обе стороны от шнура лицом к его концам встает по одному игроку (шнур находится между ступнями игроков). Игроки выполняют движения по указанию воспитателя (руки вперед, в стороны, вверх, на пояс и др.). По сигналу игроки быстро наклоняются и пытаются выдернуть шнур из-под ног. Выигрывает тот, кому это удастся сделать первым.

Вокруг стульев

Оборудование: шнур, два стульчика.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: на землю кладут шнур. Над концами шнура ставят два стула, на которые садятся игроки. По сигналу соревнующиеся бегут вокруг стульев, оббегают стул соперника (не касаясь его), снова садятся на свой стул и быстро выдергивают из-под него шнур, стараясь опередить соперника.

Вернись в круг

Оборудование: шнур (3–5 метров), мел.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: на полу чертят два круга диаметром 50 см. Концы шнура находятся в кругах. Соревнующиеся тоже располагаются внутри кругов спиной друг к другу. Игра проводится так же, как в предыдущем варианте. Выдергивать шнур можно лишь тогда, когда игрок, пробежав около круга соперника, снова станет над шнуром спиной к нему. Перед сигналом к началу бега игрокам можно давать задание выполнить три или четыре несложных упражнения.

Кто быстрее

Оборудование: 3-4-метровая бечевка, к середине которой привязана ленточка. Концы бечевки привязаны к большим катушкам (эстафетным палочкам).

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: двое играющих берут катушки и расходятся друг от друга на расстояние длины бечевки. По общей команде игроки быстро вращают катушку, наматывая на нее бечевку и продвигаясь вперед. Выигрывает тот, чья катушка раньше коснется финишной ленточки.

Самый быстрый

Оборудование: гимнастическая стенка, ленточки разноцветные – 20 штук.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: к рейкам гимнастической стенки, к стойкам или гимнастическим палкам, укрепленным горизонтально, привязывают по 10 узких лент одинаковой длины. Соревнуются два игрока. По сигналу они должны завязать банты на всех 10 лентах.

Выигрывает тот, кто раньше это сделает. Можно также устроить соревнование, кто быстрее завязывает различного типа узлы.

Пройди по извилистой тропинке

Оборудование: 5 кеглей, повязка на глаза.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: кегли расставляют по прямой линии на 80 см друг от друга. В двух шагах от крайней кегли (за линией) становится игрок, которому завязывают глаза. Он должен пройти в другой конец площадки, поочередно огибая каждое препятствие. Тот, кто повалит или пропустит хотя бы один предмет, считается не выполнившим задание.

Кто сможет построить

Оборудование: городки, повязка на глаза.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: перед каждым игроком кладут 5 городков. Им завязывают глаза и предлагают вслепую построить из лежащих городков какую-либо фигуру, например колодец или пушку. Выигрывает тот, кто сумеет первым сделать это.

Не намочи ноги

Оборудование: кирпичики из строительного материала (4 штуки).

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: игрок встает на два кирпича, а два других держит в руках. По сигналу игрок наклоняется вперед, кладет кирпичи перед собой и переступает на них ногами, берет два других кирпича, переступает на них и т. д. Цель игры – наступая на кирпичи пройти как можно быстрее, расстояние в 10 м, не касаясь пола или земли. Можно провести соревнование одновременно между двумя игроками. Аналогичным является соревнование с использованием двух табуреток. Игрок стоит на одной из них, а другую переставляет вперед, затем перебирается на нее и т. д.

Бег с ракетками

Оборудование: ракетки, теннисные мячи.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: игрок в обеих руках держит по деревянной или струнной ракетке, на каждой ракетке лежит по два теннисных мяча или по два спичечных коробка, поставленных друг на друга. Задача играющего – добежать до определенного предмета, например стула, обогнуть его и вернуться обратно, не уронив с ракеток поставленные предметы. Вначале можно проводить игру с одной ракеткой.

С мячами в руках

Оборудование: 8-10 мячей.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: за одной линией лежит 8-10 набивных или каких-нибудь других мячей. Задача игрока – взять и перенести за другую линию (в десяти шагах) как можно больше мячей, удерживая их в руках, зажимая между ног, у подбородка и т. д. Никакими подсобными средствами пользоваться нельзя. Запрещается оказывать играющему любую помощь.

Кто самый меткий

Оборудование: табурет, 4 мешочка с песком.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: проводится линия, возле которой стоят игроки, в шести шагах от линии ставят табуретку. В руках у играющего четыре небольших мешочка, набитых песком или горохом (вес 120–150 г). Задача игроков – бросать мешочки так, чтобы они остались лежать на табуретке. Сделать это нелегко, так как мешочки соскальзывают с табуретки на землю.

Мишень – кегля

Оборудование: кегли, стол или стул, толстый прут, или палка пластмассовое кольцо, веревка 60–70 см.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: кеглю ставят на табуретку или стол. На толстый прут (удочку длиной 1,5 м) или гимнастическую палку привязывают пластмассовое кольцо (длина веревочки 60–70 см).

Задача игрока, стоящего в одном шаге от кегли, – попытаться в течение минуты надеть кольцо на кеглю.

Метание колец

Оборудование: кольца, стул, колышки.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: кольца диаметром 20 см (из резины или полиэтилена) набрасывают на ножки перевернутого стула, вбитые в землю колышки или на руку игрока, стоящего в 5–7 шагах от бросающего.

Выигрывает тот, кто сумел послать в цель большее число колец.

Многоборцы

Оборудование: различные предметы, спичечные коробки, ракетки, теннисные мячи, обруч, гимнастическая палка.

Ход игры: игроки должны во время личного или командного соревнования выполнить следующие задания:

- 1) не слезая со стула, собрать 10 различных предметов, положенных в радиусе 1 м от стула;
- 2) пронести, держа в руке, 3 спичечные коробки, поставленные ребром одна на другую;
- 3) пролезть с ракеткой в руках, на которой лежит теннисный мяч, в обруч;
- 4) действуя гимнастической палкой словно клюшкой (но не ударяя), провести деревянную булаву или городок в ворота (между ножек стульев) и вернуться обратно.

Бой петухов

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: на полу чертят круг диаметром 2 м. В центр круга выходят два игрока (петухи). Каждый из них становится на одну ногу, другую подгибает, а руки кладет за спину. В таком положении участники поединка по сигналу начинают выталкивать плечом и туловищем друг друга из круга, стараясь не оступиться. Побеждает тот петух, который сумеет вытеснить соперника за пределы круга или заставит его оступиться на обе ноги. По

правилам игры запрещается снимать со спины руки. Поединок заканчивается вничью, если оба игрока оказались за пределами круга.

Сильная хватка

Оборудование: гимнастическая палка.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: соревнующиеся встают спиной друг к другу и поднимают вверх толстую палку, взявшись за нее руками. Задача игроков – наклониться вперед и попытаться оторвать соперника от земли. Проигрывает тот, кто окажется в воздухе или отпустит палку.

Вариант игры. Игроки садятся друг против друга на землю, упираясь ступнями ног в ступни партнера, и берутся за гимнастическую палку. По сигналу игроки начинают тянуть палку в свою сторону. Побеждает тот, кто сумеет приподнять соперника, продержав его в таком положении 5 секунд.

Борьба за палку

Оборудование: гимнастическая палка.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: встав лицом друг к другу, игроки берутся руками за деревянную гимнастическую палку, удерживая ее горизонтально прямым хватом. После сигнала игроки выкручивают палку, стремясь заставить соперника отпустить один из ее концов. Кто первый отпустит палочку, тот и проигрывает.

Вариант игры. Не отпуская палки, вытолкнуть противника за пределы круга (черты).

Соревнование тачек

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: игроки, распределившись по парам, встают за линией старта. Один игрок (тачка) принимает положение лежа в упоре и разводит ноги на ширине плеч. Партнер держит его за ноги. По сигналу воспитателя игроки катят тачки вперед: те, кто находится в упоре лежа, перебирают руками. Когда водитель тачки пересечет линию финиша, игроки меняются ролями и возвращаются обратно. Выигрывает та пара, которая раньше выполнит задание.

Перетягивание каната

Оборудование: канат длиной 6–10 м.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: канат кладут посередине площадки. Середина каната отмечается цветной ленточкой, а на земле под серединой каната проводится черта поперек площадки. Параллельно ей с обеих от каната сторон в 2–3 м проводят еще две черты (границы, за которые не могут переступить игроки). К канату подходят по одному два игрока и берут его в руки за противоположные концы. По сигналу воспитателя игроки начинают тянуть канат каждый в свою сторону. Выигрывает тот, кто перетянул канат за линию, параллельную средней, в ту или другую сторону (ориентиром служит ленточка). Перетягивать канат может не один игрок, а команда из нескольких человек.

Пары наоборот

Оборудование: мягкие шнуры.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: 2–3 пары привязывают спина к спине (руки и ноги свободны). Эти пары должны станцевать у линии старта. С окончанием музыки пары начинают бежать, как сиамские близнецы, до поставленного на определенном месте ориентира (кегли) и обратно к линии старта.

Танцуем сидя на стуле

Оборудование: стульчики, шарфы.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: участникам предлагается танцевать, сидя на стуле, не вставая. Мелодии разные: пляска, вальс, ламбада и др. Можно предложить танцевать со связанными ногами (связать ноги нужно чем-то мягким – полотенцем, шарфом).

Танцоры

Оборудование: воздушные шары, стулья, швабра.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: можно предложить детям танцевать с разными предметами: с воздушным шариком, верхом на метелке, со стулом, шваброй и т. д. Выигрывает тот, кто красивее всех станцует.

Кто быстрее пришьет

Оборудование: ложка с привязанной бечевкой.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: две команды должны на скорость «пришить» всех игроков команды друг к другу. Вместо иголки – ложка, к которой привязана бечевка или крепкая нитка. «Пришивать» можно через ремешок, лямку, петлю на брюках и т. д.

Лихие шоферы

Оборудование: детские машинки, ведерки с водой.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: на детские машинки ставят ведерки с водой, налитые до краев. К машинкам привязывают бечевки (длиной 10–15 м). Надо быстро наматывать бечевку на палочку, подтягивая к себе машину. Если вода плещется, ведущий называет игрока-шофера, и тот на секунду перестает мотать. Побеждает тот, кто быстрее подтянул к себе машину и не расплескал воду.

Паук

Оборудование: 2 веревки. **Возраст:** 5–7 лет.

Ход игры: на линии старта рисуют два круга. Перед началом игры все дети должны снять обувь и остаться в носочках. Дети делятся поровну на две группы. Каждая группа становится в круг и обвязывается веревками. Получаются два «паука». По команде оба «паука» начинают наперегонки перебираться к финишу, где начерчены 2 круга, в которые они должны встать.

Сорви шапку

Оборудование: 2 веревки, 2 шапки.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: соревнуются двое ребят. Они входят в круг. У каждого левая рука привязана к туловищу, а на голове – шапка. Нужно снять шапку у противника и не позволить снять свою. Кто вышел из круга, считается проигравшим.

Что за спиной

Оборудование: картинки с рисунками, карточки с цифрами.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: двум соперникам на спину прикрепляют рисунок и бумажный кружок с цифрой. Игроки сходятся в круге, становятся на одну ногу, другую поджимают и придерживают рукой. Задача состоит в том, чтобы стоя, прыгая на одной ноге, заглянуть за спину соперника и разглядеть, что изображено на рисунке.

Кто победит

Оборудование: 2 веревки, призы.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: две одинаковые по размеру и толщине веревки по 2,5–3 м связывают посередине так, чтобы получилось 4 одинаковых конца. Соревнуются 4 человека. Каждый берет свой конец веревки, натягивает его, и получается крест. Приблизительно в 2 м от каждого игрока на пол кладут приз (игрушку, мешочек со сладостями и т. д.). По команде участники тянут свой конец веревки, пытаясь первыми схватить приз.