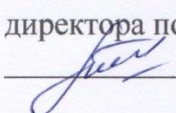
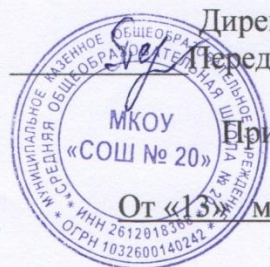


муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«средняя общеобразовательная школа №20»
Курского муниципального района Ставропольского края

Согласовано
Заместитель
директора по УВР
 Неврюева Н.Н. /
«13 » марта 2026 г

Утверждаю
Директор школы
Передрий А.С. /
Приказ № 23 /1
От «13» марта 2026 г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Поиграй-ка»

Воспитатель:
Кажаралиева Мария Германовна

х. Бугулов

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.

Особенности учебной программы.

«Поиграй-ка» - кружок в летнем оздоровительном лагере. Летний 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 внеурочную деятельность в полноценное пространство воспитания и образования.

В основу программы летней оздоровительной деятельности 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 в системе внеурочной деятельности.
3. Единство и целостность партнёрских отношения всех субъектов дополнительного образования.

Количество обучающихся, по отрядам.

Возраст, на который рассчитана программа: 6-11 лет

Количество учебных часов: 15 дней, 15 часов.

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.

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.

Место проведения занятий кружка – спортивный зал, спортивная площадка.

Формирование универсальных учебных действий:

Личностные результаты кружка «Поиграй-ка»

- Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- Оценивать себя и свои результаты;

Метапредметные результаты кружка «Поиграй-ка»

- Характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку;
- Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

Предметные результаты кружка «Поиграй-ка»

- Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки;
- Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;

Регулятивные результаты кружка «Поиграй-ка»

- Использование речи для регуляции своего действия;
- Адекватное восприятие предложений учителей, товарищей по исправлению допущенных ошибок;

Коммуникативные результаты кружка «Поиграй-ка»

- Работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- Ставить вопросы;
- Обращаться за помощью;
- Предлагать помощь и сотрудничество;
- Слушать собеседника;
- Осуществлять взаимный контроль;
- Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Учебно - тематический план.

№	Темы	Количество часов.	Дата
1	Игры на развитие внимания «Светофор», «Угадай по голосу»	1	
2	Игры на развитие быстроты «Третий лишний», «Гуси-лебеди»	2	
3	Игры на развитие выносливости «Попрыгунчики- воробышки» «Охотники и утки»	2	
4	Игры на развитие внимания, сообразительности, творческого воображения «Красная шапочка», «У кого длинный хвост?»	2	
5	Игры на развитие ловкости, координации движения «Два мороза», «Салки с мячом»,	2	
6	Игры с мячом «Воротца», «Невод»	2	
7	Игры с элементами баскетбола «Мяч в стенку», «Метко в цель».	1	
8	Игры эстафеты «Эстафеты с мячом», «Эстафета с обручем»	1	
9	Народные игры «Краски», «Салки»	1	
10	Подведение итогов «Любимая игра»	1	
Итого: 15			

Содержание программы кружка «Поиграй-ка»

Игры на развитие внимания

«У ребят порядок строгий!», «Светофор», «Угадай по голосу», «Внимание начинаем!».

Игры на развитие быстроты, ловкости, координации движения, выносливости

Игры с бегом на скорость: «Два мороза», «Салки с мячом», «Гуси-лебеди», «Колдуны», «Белые медведи», «Пустое место», «Третий лишний». **Игры с прыжками:** «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». **Игры, развивающие быстроту реакции:** «Падающая палка», «Пол, нос, потолок». Знакомство с правилами игры, игра, подведение итогов игры, определение победителей.

Игры на развитие внимания, сообразительности, творческого воображения

«Красная шапочка», «У кого длинный хвост?»

Игры с мячом

«Воротца», «Невод», «Зевака».

Игры с элементами баскетбола

«Мяч в стенку», «Метко в цель».

Игры эстафеты

Народные игры

Подвижная игра. Правила игры. Считалка. Разучивание считалок. **Русские народные игры:** «У медведя на бору», «Филин и пташка», «Горелки», «Кот и мышь», «Лапта», «Салки», «Краски». Знакомство с правилами игры, выбор водящего, игра, подведение итогов игры, определение победителей.

Подведение итогов

«Любимая игра»

Приложение №1

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!

Приложение №2

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.

Приложение №3

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, наклоняя 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. Пропустить правую и левую ногу попеременно через это кольцо.
7. То же, но стоя на правой и левой ноге попеременно.
8. Стоя ноги врозь, наклоняясь назад, выполнить «мост».

Приложение №4

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 виса лежа.
8. В упоре лежа оттолкнуться руками от пола, хлопнуть в ладоши.

Приложение №5

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° и успеть подхватить ее. Повороты выполнять вправо и влево.
8. Прыжки на скакалке за 20сек.

Приложение 6.

Содержание

Дети строятся в шеренгу. По сигналу играющие разбегаются из шеренги врассыпную и произносят речевку: «У ребят порядок строгий, знают все свои места, ну трубите веселее: тра-та-та, тра-та-та». По второму сигналу все быстро строятся в шеренгу. Вставая на свободные места.

Правила

Дети бегают в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. По сигналу находят свое место в шеренге.

Усложнение/Упрощение

Построение детей в шеренгу строго на свое место.

Приложение 7.

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.

Приложение 8.

Подготовка. Ребята становятся в круг, в его середине находится водящий, которому завязывают глаза.

Содержание игры. Играющие идут по кругу вслед за руководителем, повторяя его движения (гимнастические или танцевальные), затем останавливаются и говорят:

Мы немножко поиграли, А теперь в кружок мы встали. Ты загадку отгадай, Кто позвал тебя — узнай!

Руководитель молча указывает на одного из играющих, который восклицает: «Узнай, кто я!»

Водящий должен назвать его имя. Если он угадал, узнанный становится водящим, если ошибся, игра повторяется.

Побеждает тот, кто ни разу не был водящим.

Приложение 9.

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.

Приложение 10.

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.

Приложение 11.

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.

Приложение 12.

Подвижные игры. Колдун. Для детей 4-9 лет

Для детей 4-9 лет.

Оборудование: нет.

Количество игроков: от восьми и более.

Правила игры. Заколдованный игрок должен замереть на месте. Он трижды становится колдуном, предыдущий колдун присоединяется к остальным участникам.

Ход игры. Выбирается водящий колдун. Для этого один из играющих вытягивает руку вперед ладонью вниз, а остальные игроки подставляют под нее указательный палец. На счет раз, два, три все отдергивают руки, пойманный игрок становится колдуном и ловит разбежавшихся по площадке ребят. Тот, до кого колдун дотронулся, становится заколдованным и замирает на месте. Расколдовать его могут другие игроки, дотронувшись до него рукой. Колдун охраняет свою жертву, стараясь не дать другим ее расколдовать. Для усложнения игры «Колдун» можно выбрать пару колдунов: один заколдовывает, а другой следит за заколдованными игроками и охраняет их.

Приложение 13.

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 размешаются 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

Приложение 14.

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.

Приложение 15.

Правила игры «Третий — лишний»

Вначале выбирают **водящего** («догонял»), который будет догонять, и игрока, который будет убегать («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, убегать 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 убегать вместо него. Таким образом, все игроки должны быть в готовности убегать, 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 забегаёт в круг, то он обязан быстро пристроиться к какой-нибудь паре. А догоняла, не может даже забежать 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 догоняли!
- 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.

Приложение 16.

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 внутри 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.

Приложение 17.

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.

Приложение 18.

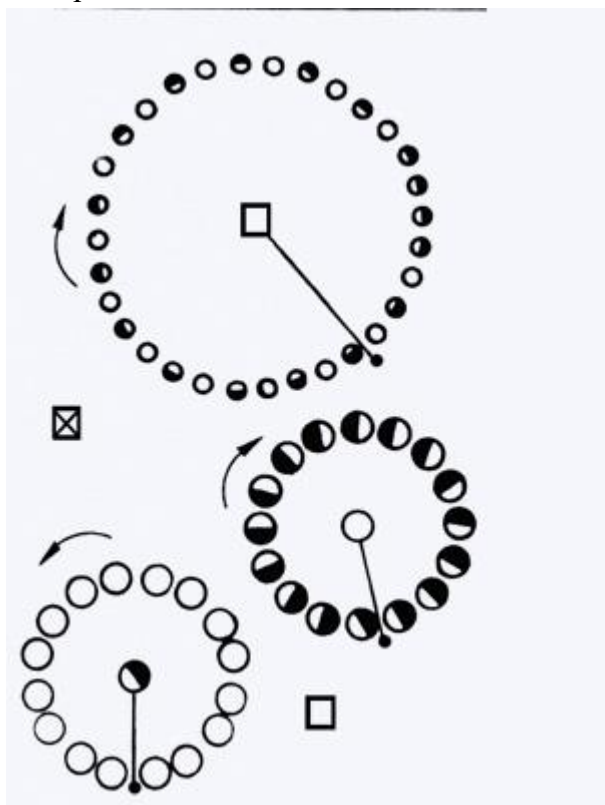
Удочка

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.

ОМУ

Необходимо следить за правильностью выполнения задания.

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

Приложение 19.

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. Забежав 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'

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 («матя»).

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».

Приложение 22.

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 прогуливающихся 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.

Приложение 23.

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.

Приложение 24.

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.

Приложение 25.

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".

Приложение 26.

«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.

Приложение 27.

«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.

Приложение 28.

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.

Приложение 29.

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...»*

Приложение 30.

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.

Приложение 31.

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.

Приложение 32.

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 (перелезая через бревно, вылезать из ящика, корзины).

Приложение 33.

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.

Приложение 34.

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!»*

Приложение 35.

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.

Приложение 36.

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 жребию 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 лапта¹

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 проббили 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.

Приложение 37.

Правила игры Салки

Салки классические

Игроки разбегаются, воду (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-пересекали

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

Приложение 38.

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, вприсядку 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),
- верблюжьи шаги (шаг и плевков).

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

Надеюсь, вам и вашим детям эта игра понравится, и вы весело сможете в нее поиграть.

Список литературы

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, № 3-2003 с.19
4. Лях В.И. Мой друг – физкультура. 1-4кл. – М.: Просвещение, 2005.