

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города  
Нижневартовска детский сад № 29 «Елочка»

*Карточка русских народных подвижных игр для детей старшего дошкольного  
возраста*

Составил: инструктор  
по физической культуре:  
Сергеева М.А.

## **ПЕРЕСТРЕЛКА**

В этой игре могут участвовать дети, хорошо владеющие мячом. Посередине площадки проводят черту, которая делит площадку на две равные части. На расстоянии 2—2,5 м от каждой из коротких сторон площадки проводят еще по черте. Таким образом, площадка представляет поле, состоящее из четырех полос: две полосы широкие две узкие. Широкие полосы — это «города». Здесь размещаются игроки. Узкие полосы являются местом для «плена».

Играющие делятся на две команды. Каждая команда размещается в своем городе (на широкой полосе) в произвольном порядке. Воспитатель выходит на середину площадки и подбрасывает мяч. Игроки стараются, не покидая своих «городов», завладеть мячом, и между командами начинается «перестрелка». Игроки каждой команды бросают мяч в игроков противника, чтобы выбить их из «города» и взять в «плен». Каждый игрок, задетый мячом, становится «пленником». После этого он переходит на полосу, помещающуюся за «городом» другой команды. «Пленник» может подбирать или ловить залетающий на его полосу мяч и бросать его в игрока чужой команды.

«Пленных» можно освобождать. Для этого надо бросить любому из них мяч так, чтобы тот мог поймать его с лёта. Если «пленник» поймает мяч, то, держа его в руках, беспрепятственно переходит в свой «город». Оттуда он может кинуть мяч в противника или прийти на выручку другому «пленнику», перебросив ему мяч. Обе команды мешают «пленникам» поймать мяч и стараются перехватить или задержать его. Игра продолжается в течение установленного времени.

Выигрывает команда, сумевшая взять в «плен» всех игроков другой команды или большее их количество.

Правила:

1. Не разрешается заходить за очерченные линии, кроме случаев, когда игрок идет в «плен» или возвращается из него. Не разрешается брать мяч, находящийся на другой полосе, бегать с мячом, делать нарочито сильные броски, попадать мячом в участника выше бедер, отбивать летящий мяч ладонями.
2. В случае нарушения правил другая команда получает право брать обратно в свой «город» любого из своих игроков, попавших в «плен», или не отдавать в «плен» задетого мячом игрока.
3. Если игрок поймает мяч, брошенный в него, или мяч, посланный «пленному» игроку, то это попаданием не считается; если же при попытке поймать мяч игрок выпустит его из рук, то попадание считается действительным и игрок идет в «плен».

## **ПЕРЕДАЙ МЯЧ**

По считалке выбирают водящего. Все остальные игроки становятся таким образом, чтобы образовался круг. Расстояние от одного играющего до другого должно быть не более одного шага. Водящий находится за кругом. Одному из игроков дают волейбольный мяч. Играющие передают мяч друг другу. Водящий, бегая за кругом, старается коснуться мяча рукой. Если это ему удалось, он становится в круг, а водит тот, у кого в руках был запятнан мяч.

Выигрывают те участники, которые ни разу не были водящими или побывали и этой роли меньше других. Роль первого водящего при подсчете результатов игры во внимание не принимается.

Правило: не разрешается ронять мяч, а также перебрасывать его через одного или нескольких игроков. В таких случаях игрок, совершивший ошибку, становится водящим.

Чтобы усложнить игру, можно расположить детей по кругу на расстоянии вытянутых в стороны рук. Тогда мяч не передают, а перебрасывают. Водящий может касаться мяча как в руках игроков, так и на лету. Если водящий коснулся мяча на лету, то идет водить тот, кто последним бросил мяч.

## **КОЗЫ И ВОЛКИ**

По считалочке выбирают двоих водящих. Они играют роль волков. Все остальные участники являются «козами». Поперек площадки проводят две параллельные линии на расстоянии 1—1,5 м. Ими обозначен ров. Во рву находится «волки». «Козы» же стоят за чертой вдоль боковой границы площадки.

После того как все участники займут свои места, воспитатель говорит: «Козы, мои козы, идите в поле, покушайте травки». После этих слов «козы» выбегают из дома в поле, расположенное за линией на противоположной стороне зала, и по дороге перепрыгивают через ров. «Волки» не выходят из рва, бегают вдоль него и стараются поймать «коз».

Тот участник, кого осалил «волк», обязан остановиться и ждать, пока воспитатель отметит количество пойманных «коз» и снова не допустит их к игре.

Согласно правилам, одна пара «волков» водит три перебежки. Выигрывают «волки», поймавшие большее количество «коз», и игроки, не попавшиеся «волкам».

## **ГОЛУБИ**

Перед игрой воспитатель чертит стартовую линию, на расстоянии девяти метров от нее — финиш. Участники игры становятся у линии старта, приседают, ноги вместе, руки опущены до уровня коленей, под коленями через согнутые в локтях руки пропускают палку.

Кисти рук надо сцепить впереди в замок. По сигналу воспитателя игроки в таком положении, изображающем голубей, прыгают до финиша.

В эту игру могут играть от двух игроков и более, соревнуясь двумя командами.

Правила:

1. Запрещается держать палку кистями рук и толкать друг друга при передвижении,
2. Если игрок выпустил палку или другим образом нарушил свое первоначальное положение, он должен выбыть из игры.

## **АИСТЫ**

На площадке чертят несколько кругов диаметром 1 м. Их число должно равняться числу участников игры, не считая водящего. Выбранный водящий считается «аистом» без «гнезда». Остальные участники становятся на одной ноге возле своих «гнезд». По сигналу воспитателя «аист» без «гнезда» на одной ноге стремится запрыгнуть в один из кругов. Как только ему это удастся, два других игрока обегают на одной ноге с разных сторон все «гнезда» и стремятся занять свободный круг. В это

время остальные игроки могут стать на обе ноги. Тот, кто первым займет свободный круг, останется в нем, а второй игрок становится водящим.

Правило: «аист» без «гнезда» не может занять круг того игрока, с которым он только что состязался.

## **ЛЯГУШКИ-КВАКУШКИ**

Перед началом игры по считалочке выбирают старшую «лягушку». Все остальные игроки выполняют роль маленьких «лягушек». Старшая «лягушка» должна перевести маленьких из одного болота в другое, где больше комаров и мошек. Она прыгает впереди. Маленькие «лягушки» следуют за ней, при этом приседают, опираясь руками о землю. Во время игры водящий изменяет положение рук: руки на коленях, потом на поясе, прыгает короткими прыжками, длинными, перепрыгивает через заранее подготовленные препятствия, например палки, или запрыгает на дощечки, кирпичики, прыгает между предметами. Все «лягушки» вслед за ведущей «лягушкой» повторяют эти движения.

Прискакав в другое болото, «лягушки» поднимаются со весь рост и говорят: «Ква-ква-ква». Потом выбирают другого ведущего и игра повторяется.

Правило: маленькие «лягушки» должны точно следовать за ведущим. Игра будет интересней и занимательней тогда, когда старшая «лягушка» будет делать больше самых разнообразных движений и перепрыгиваний.

## **БОЙ ПЕТУХОВ**

Играть может несколько человек, главное, чтобы играющих было четное число. Дети делятся на пары и встают друг от друга на расстоянии четырех шагов. Каждый из игроков будет «петухом». По сигналу воспитателя «петухи» должны начать драку. Для этого они становятся на одну ногу, руки отведены за спину, при этом руками держат колено согнутой ноги. Прыгая на одной ноге, «петухи» должны толкнуть друг друга плечом. Тот, кто потерял равновесие и встал на землю двумя ногами, выходит из игры.

Правила:

1. Играющие должны одновременно приближаться друг к другу,
2. Запрещается руками толкать друг друга.

Чаще всего в паре один играющий выходит из игры, другой остается победителем. Победители из разных пар могут объединяться и продолжать игру. При этом из всех играющих можно выбрать только одного победителя. Им, как правило, будет самый сильный и ловкий ребенок. Бой «петухов» может проходить и в другой позе, например в приседе, руки играющие держат на коленях.

## **СТОРОЖ, ЖУЧКА И ЗАЙЦЫ**

Место игры размечают линиями. Первую линию чертят в 2—3 шагах от одной из коротких сторон площадки, вторую на 3—4 шага дальше от первой. Участок между короткой стороной площадки и первой линией — «избушка сторожа». Полоса между первой и второй линиями — «двор». Посередине площадки выделенные воспитателем дети держат короткие скакалки на высоте 40—60 см. Они будут изображать забор. Участок между «забором» и второй чертой — «огород». Отступив на 3—4 шага от другой короткой стороны площадки, обозначают кружками четыре «заячьи норы»,

Двух игроков выбирают водящими, Один из них «сторож». Согласно правилам игры, он находится в «избушке». Другой игрок — «Жучка». «Жучка» бежит по «двору». Остальные участники играют роль зайцев. Они поровну размещаются в «норах». Если играющих много, то в каждой «норе» они стоят рядами, но 2-3 человека. По сигналу воспитателя «зайцы», составляющие первые тройки во всех «норах», выбегают вперед, прыгают через скакалки и попадают в «огород», где присаживаются, шевелят ушами, т. е. поднимают руки чуть выше головы и шевелят пальцами, изображая уши. «Зайцы» забрались в «огород», чтобы полакомиться капустой. Когда «зайцы» окажутся в «огороде», «сторож» по первому сигналу воспитателя выходит во «двор», по второму — три раза хлопает в ладоши, как бы стреляя из ружья.

После первого «выстрела» «зайцы» должны убежать с «огорода» к себе в «норы». При этом им необходимо пролезть через скакалки, стараясь не задеть их. После третьего «выстрела» «Жучка» имеет право догонять убегающих «зайцев». Настигнув «зайца», водящий осаливает его. Те «зайцы», которые успели спастись в «норах», считаются в безопасности. Прибежавшие встают позади ожидающих очереди бежать. Настигнутые «зайцы» остаются на том месте, где их осалил водящий. Когда те «зайцы», которых не настигла «Жучка», прибегают в «норы», воспитатель отмечает попавшихся и после этого выпускает их, «Жучка» идет на свое место.

В таком же порядке игра продолжается и дальше, но при каждой новой перебежке «Жучка» и «сторож» меняются ролями. Из всех «нор» по очереди выбегают вторые, третьи и т. д. тройки «зайцев».

Наиболее ловкими считаются те, кто ни разу не попались «Жучке» или попались меньшее количества раз.

Правила:

1. Догоняя «зайцев», «Жучка» может подлезать под скакалки или перепрыгивать через них, останавливая любое количество «зайцев».
2. «Жучка» не имеет права касаться рукой «зайцев», находящихся в «норах».
3. Скакалки надо держать свободно и легко отпускать их при задевании прыгающими.

## **ЛИСА НА ОХОТЕ**

Четыре гимнастические скамейки ставят квадратом, рейками вверх. Выбирают одного водящего, согласно правилам, он будет «лисой» или «лисом». Все остальные изображают кур. «Куры» то взлетают на насест (встают на рейки), то слетают с насеста (спрыгивают с реек), то ходят около «курятника».

«Лиса» находится чуть в стороне в небольшом укрытии. Выходя на охоту, «лиса» подбирается поближе к «курятнику». Водящий может осалить любого игрока, если тот касается ногой земли. Осаленного «лиса» берет за руку и ведет к себе в «нору». Но по пути «лисе» встречается «охотник с ружьем». «Лиса» выпускает «птицу», а сама убегает в «нору». Пойманная «птица» возвращается в «курятник», после чего все «куры» слетают с насестов.

Игра повторяется пять-шесть раз.

Игроки, которые не были ни разу пойманными «лисой», или те, которых «лиса» уводила меньшее число раз, выигрывают.

Правила:

1. Забегая в «курятник», «Лиса» может осалить только одного игрока.

2. По сигналу воспитателя «Лиса» должна покинуть «курятник», независимо от того, успела ли она поймать «птицу». Сигналом может служить какое-либо движение, заранее обговоренное.

3. Стоящие на рейках «птицы» могут поддерживать друг друга.

## ЛЕСТНИЦА

Игра напоминает классы, разница лишь в том, что в лестнице чертится немного другой рисунок. Для проведения игры начертите схему размером 2x1 м в виде лестницы. Играющие по очереди скачут по прочерченным классам на одной ноге. Если первый игрок проскакал все классы без ошибок, т. е. не наступив ни на одну линию и ни разу не опустив ногу, он имеет право написать свое имя в одном из квадратов. Можно пометить квадраты любым доступным детям способом. В следующий раз ребенок имеет право отдохнуть в своем квадрате. Если первый игрок сделает какую-либо ошибку, в игру вступает следующий. Победителем считается тот юрок, у кого будет больше собственных квадратов.

Правила:

1. Нельзя наступать ка черту. Наступивший должен уступить место другому и дожидаться своей очереди.

2. Не разрешается опускать вторую ногу. В этом случае, как и в предыдущем, в игру вступает следующий игрок.

## КЛАССЫ

Классики (классы). Эта игра известна многим и пользуется большой популярностью у детей. В классы могут играть и несколько человек, и большая команда.

Классы развивают мышцы ног и глазомер.

На ровной площадке, где нет вмятин и кочек, чертят фигуру. Каждый квадрат фигуры называется классом. Играющие устанавливают очередь: кто начинает игру первым, кто вторым и т. д. Очередь можно установить, по считалке. Снарядом для игры может служить плоская жестяная баночка или за неимением ее простой камешек.

Первый из игроков бросает камешек в первый класс, встает на одну ногу, перепрыгивает через черту в тот же класс. Носком ноги выбивает камешек из первого класса и выпрыгивает сам. Снова бросает камешек, теперь уже во второй класс. То же проделывает в третьем классе. В четвертом классе камешек нужно взять в руку и встать так, чтобы одна нога была в четвертом классе, а другая в седьмом. Подпрыгнуть и переставить ноги так, чтобы одна нога на была в шестом, а другая в пятом классе. После этого играющий на одной ноге выпрыгивает в восьмой класс, а затем в полукруг. В полукруге игрок может отдохнуть.

Стоя в полукруге, играющий бросает камешек в восьмой класс. На одной ноге перепрыгивает в этот же класс и передвигает камешек носком ноги в седьмой класс. Вновь подпрыгивает, во время прыжка поворачивается вправо и ставит нош в седьмой и четвертый классы. Передвигает камешек в шестой класс, подпрыгивает и встает ногами в шестой и пятый классы. Дальше, стоя на одной ноге в шестом классе, передвигает камешек в пятый класс, подпрыгивает и встает опять в седьмой и четвертый классы. Камешек передвигает в четвертый класс и, стоя на одной ноге в четвертом классе, передвигает его в третий, затем во второй и и первый. После этого выталкивает камешек из классов и выпрыгивает сам.

Если играющий прошел через все классы, его ждет экзамен. Он кладет камешек на носок ноги и идет на каблуке через все классы. Нужно пройти осторожно, чтобы не

уронить камешек и не наступить на черту. Только после экзамена каждый участник заканчивает игру.

Правила:

1. Игру начинает очередной игрок, если камешек предыдущего попал на черту или не в тот класс или игрок встал ногой на черту.

2. Игрок, допустивший ошибку, вновь начинает игру с того класса, где он ошибся.

В этой игре дети сами контролируют выполнение правил, Им нужно подсказать, что прыгать они могут как на правой, так и на левой ноге. Выбивать и передвигать камешек ребенок должен свободной ногой: если стоя на правой ноге, то передвигает камешек левой, и наоборот. Игру можно закончить, когда один из игроков с наименьшим количеством ошибок пройдет все классы и сдаст экзамен

### **ВОРОБЫШКИ**

На земле или на асфальтированной площадке чертят круг диаметром 5—8 м. По считалке выбирают одного водящего. Он в игре должен выполнять роль большой птицы. Остальные игроки являются «воробышками». «Воробышки» располагаются за кругом, водящий встает в середину круга.

«Воробышки», прыгая на двух ногах то впрыгивают а круг, то выпрыгивают из него. Это значит, они клюют зерна.

«Большая птица» караулит зерна и не должна позволять «воробышкам» клевать их. Как только «воробышек» окажется в кругу, водящий должен осалить его. «Воробышек», которого «клюнула» «большая птица», продолжает играть. Участники стараются подольше побыть в круге, увертываясь от «большой птицы».

Воспитатель отмечает тех участников, которых «птица» коснулась рукой.

Выигрывает тот, кого ни разу или меньшее количество раз коснулась «большая птица».

Игра может продолжаться до тридцати секунд. Ее можно повторять несколько раз с небольшими перерывами для отдыха.

### **СЛОН**

Участники делятся на две одинаковые команды. Одна из команд является «слоном». а другая напрыгивает на него. Самый сильный и крепкий игрок становится впереди у стены, опираясь о нее, согнувшись и опустив голову. Следующий участник становится сзади, обхватывает его за пояс, за ним третий, четвертый и т. д. Они должны крепко держаться друг за друга, изображая слона.

Участники другой команды по очереди разбегаются и запрыгивают на спину «слона» так, чтобы сесть верхом как можно дальше вперед, оставив место для следующих.

Задача играющих — всей командой остаться на «слоне» и не свалиться вниз в течение пяти секунд. После этого участники команд меняются ролями.

Побеждает та команда, игроки которой смогут сесть на «слона» и больше продержаться на нем.

Правило: не разрешается вспрыгивающим на «слона» держаться за него руками, продвигаясь по спине вперед. В случае нарушения этого правила игроки меняются ролями, не дожидаясь когда закончится игра.

### **ЧЕХАРДА**

Чехарда — очень древняя игра. В основном в нее играют мальчики. Воспитателю важно правильно подобрать команду для этой игры. Дети должны быть одинакового возраста и равны по силе. Чехарда развивает ловкость, координацию движений, глазомер, смелость, уверенность в себе и силу в руках и ногах.

Существует несколько вариантов этой игры.

Вариант 1. В начале игры выбирают водящего, который становится «козлом». Все участники игры начинают прыгать через него. Тот, кто не сумел перепрыгнуть через «козла» или его свалил, или упал сам, становится «козлом», а бывший водящий теперь должен через него прыгать.

Вариант 2. Участники игры встают друг за другом на расстоянии пяти шагов (около 3 м). Голову надо пригнуть и самим согнуться, опираясь на согнутую в колене ногу. Играющий, который стоит последним, разбегаются и по очереди перепрыгивает через каждого стоящего впереди способом, который называется «ноги врозь», при этом опираясь руками о его спину. После этого он сам становится спереди. Играющие постепенно выпрямляются, увеличивая высоту прыжка. Каждый перепрыгнувший становится впереди. Кто не сумеет перепрыгнуть или упадет, выбывает из игры.

Вариант 3. Все играющие встают в круг на расстоянии примерно в десять шагов, поворачиваются в затылок друг другу и принимают позу для игры в чехарду. Затем любой игрок разбегаются и начинает прыгать. Первый, через кого перепрыгнули, тоже разбегаются и начинает скакать за ним вдогонку. Таким образом, все играющие перепрыгивают всех и становятся на свои места. Но если кто-то кого-то не сумел перепрыгнуть, он все равно должен бежать и прыгать дальше, а затем встать на свое место.

## **ЖМУРКИ**

Игра «Жмурки» является очень старинной, играть в нее могут дети в любом возрасте. Это единственная игра, которую можно проводить даже вечером,

На ровной площадке или полянке размером 15x20 шагов необходимо обозначить границы, за которые никому нельзя выходить.

Углами площадки могут служить деревья, забор, палочки и др. По считалке выбирают водящего, он и будет жмурить. На глаза водящему надевают плотный платок или косынку, не пропускающую свет. «Жмурку» отводят в центр площадки и поворачивают вокруг себя. При этом произносят такие слова:

«Где стоишь?» — «У столба.» — «Что продаешь?» — «Квас». — «Ищи тогда нас».

После этих слов участники игры разбегаются, а «жмурка» их ловит. Кого он поймал, тот становится «жмуркой». Если «жмурка» приблизится к краю площадки, отведенной для игры, необходимо его громко предупредить об этом, крикнув: «Огонь!».

Правила:

1. Нельзя кричать «Огонь!», пытаясь убежать от «жмурки».
2. Запрещается спасаться от него за пределами площадки, Кто выбежит, тот поужитк и сам становится «жмуркой».
3. Участники игры могут увертываться от «жмурки», приседать, проходить на четвереньках.

Эта игра имеет несколько вариантов и может усложняться.

**Жмурки на местах.**

Начало игры такое, как описано выше. После произнесения слов участники разбегаются в разные стороны, и «жмурка» идет их искать. Но в данном случае игроки, пока их ищет водящий, не сходят со своих мест, но они могут приседать, вставать на четвереньки или колени. Найденный игрок становится «жмуркой» только в том случае, если водящий узнает его и назовет по имени. Для этого он имеет право пощупать волосы, руки, одежду. Если не угадает, ему опять придется водить.

**Жмурки с голосом.**

Играющие образуют круг, взявшись за руки. «Жмурка» становится в середину круга, ему завязывают глаза. Затем участники игры двигаются по кругу в любую сторону до тех пор, пока «жмурка» не остановит их командой: «Стой!» «Жмурка» протягивает руку, и за нее должен взяться тот из играющих, на кого она указывает. Затем игрок должен что-либо произнести, изменив голос, при полной тишине. Если водящий угадает игрока, то они меняются местами. Требовать подачу голоса можно до трех раз, после чего «жмурка» обязан угадать того, кто держит его за руку, или продолжать водить.

### **Жмурки с колокольчиком.**

Участники игры встают в круг, выбирают «жмурку» и игрока, которого он будет искать. Затем «жмурке» завязывают глаза. Участник игры, которого надо найти берет в руки колокольчик. По звону колокольчика «жмурка» должен его поймать.

Жмурки «Двое слепых».

Играющие образуют круг, держась за руки. Затем двое игроков становятся в середину круга, и им завязывают глаза. Один из них «Яша», другой — «Маша». Игроки поворачиваются вокруг себя несколько раз, затем Яша ищет Машу. Он спрашивает: «Маша, ты где?» Маша отвечает «Я здесь» или звонит в колокольчик и быстро убегает, чтобы не попасться. Если Яша поймает Машу, они меняются ролями, или дети выбирают новых водящих.

### **ДЕНЬ И НОЧЬ**

Посередине площадки проводят линию, по обе стороны в 20—30 шагах от нее отмечают два города. Играющие делятся на две равные группы, одна из которых «день», другая — «ночь». Встают на расстоянии одного метра от средней линии, через два шага друг от друга. Против каждой группы находится дом противника. Когда все встают на свои места, ведущий бросает жребий, например круг, окрашенный в два цвета: черный, что значит ночь, и белый — день. Если круг упал белой стороной, воспитатель кричит: «день». По этой команде игроки из группы «дня» поворачиваются и, пробегая между игроками «ночи», быстро бегут к своему «дому». Те бегут за ними и стараются их запятнать. Запятнанные переходят в группу «ночи». Ведущий снова бросает жребий, и игра продолжается. Побеждает группа, где больше осаленных игроков.

Правила:

1. Запрещается бежать в свой «дом» раньше, чем воспитатель подаст сигнал.
2. Нельзя салить игроков за чертой «города».
3. Не разрешается поворачиваться назад, когда игроки пробегают в свой «город»,
4. Догонять убегающих можно только тогда, когда все они пробегут мимо противника.
5. При повторении игры все играющие встают у средней линии.

### **КОШКИ-МЫШКИ**

Перед началом игры дети выбирают «кошку» и «мышку». Все становятся в круг, держась при этом на руки. «Кошка» стоит за кругом, «мышка» — в круге. «Кошка» старается войти в круг и поймать «мышку», но играющие закрывают входы перед ней. Она старается пролезть через ворота, играющие приседают и не пропускают ее в круг. Как только «кошке» удастся пробраться в круг, дети сразу же открывают ворота и «мышка» выбегает из круга. При этом «кошку» стараются из круга не выпускать. Если же «кошка» поймает «мышку», то они встают в круг, а играющие выбирают новых «кошку» и «мышку».

Правила:

1. «Кошка» может поймать «мышку» как в круге, так и за кругом.
2. Играющие открывают ворота только для «мышки». Если «кошка» долго не может поймать «мышку», выбирают новую пару.

Существуют несколько усложненные варианты данной игры.

1. Во время игры дети по кругу медленно передвигаются то в одну, то в другую сторону, руки у всех опущены. «Кошка» и «мышка» бегают свободно, дети ворот не закрывают.
2. Одновременно могут играть две пары, но в этом случае «кошка» бегает только за одной «мышкой».

Еще варианты данной игры:

### **Мышка и две кошки.**

Для этой игры нужно выбрать двух «кошек» и одну «мышку». Играющие встают в круг и держатся за руки. На противоположных сторонах круга ворота открыты, «кошки» вбегают в круг и выбегают из него только в открытые ворота. Перед «мышкой» же играющие открывают любые ворота. Если одной из «кошек» удалось поймать «мышку», она с ней встает в круг, а вторая «кошка» выбирает для игры других «кошку» и «мышку».

Кошка и мышка в лабиринте.

Играющие встают рядами по 5—10 человек и берут друг друга за руки. «Мышка» от «кошки» убегает между рядами. Как только «кошка» начинает догонять «мышку», по сигналу воспитателя играющие опускают руки, поворачиваются направо или налево и перестраиваются в перпендикулярные ряды. «Кошка» вновь оказывается далеко от «мышки». Когда «кошке» удастся поймать «мышку», они вместе встают в один из рядов, а играющие выбирают другую пару.

### **МЕДВЕДЬ И ДЕТИ**

По считалке выбирают ведущего игрока. Согласно правилам, он будет «медведем». Потом определяют место его «берлоги». Оно должно стоять чуть в стороне. На небольшом расстоянии от «берлоги» проводят черту — это «лес». Дети идут в «лес» за грибами и ягодами и напевают песенку:

У медведя во бору  
Грибы, ягоды беру,  
Медведь постыл  
На печи застыл.

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

Правила:

1. «Медведь» выходит из «берлоги» после того, как дети споют песенку.
2. Дети а зависимости от поведения «медведя» могут не сразу бежать в свой "ДОМ", а повторить песенку, подразнить его.

«Берлогу» «медведя» желательно разместить на другом конце площадки. Лучше будет, если «медведю» придется прилагать усилия, чтобы выбраться из берлоги», например перелезть через бревно или через гимнастическую скамейку.

### **ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ**

Дети встают парами друг за другом, лицом в центр круга. Игру начинают двое, один из них водящий, он стоит на 3—4 шага сзади того, кто убегает от него. Убегающий громко считает до трех и после слова «три» убегает от водящего. Чтобы не быть осаленным, он встает впереди какой-нибудь пары. Прежде чем встать, на бегу кричит:

«Третий лишний». Тот, кто в этой игре стоит последним, убегает от водящего. Если водящему удалось осалить убегающего, то они меняются ролями.

Правила:

1. Во время игры запрещается пробегать через круг.
2. Убегающему нельзя пробегать более двух кругов.
3. Как только убегающий вбегает в круг, он должен сразу стать впереди какой-нибудь пары. Нарушивший это правило становится водящим.

Если водящему удалось осалить убегающего и они поменялись ролями, то убегающий может встать впереди одной из пар после кратковременного бега. Иногда водящему долго не удается догнать убегающих от него игроков, так как они сильнее его и быстрее бегают. В этом случае нужно заменить его, но не упрекать, а положительно оценить его усилия.

## **ПЯТНАШКИ**

По считалке выбирают водящего, его же называют пятнашкой,

Все участники игры разбегаются по площадке, пятнашка их догоняет. Кого он коснулся рукой тот становится пятнашкой.

Правила:

1. Детям по ходу игры нужно внимательно следить за сменой водящих.
2. Пятнашка не должен бегать только за одним игроком.

Существует несколько вариантов этой игры.

Можно играть в пятнашки с «домом».

Тогда по краю площадки рисуют два круга — это «дома». Дети, убегая от водящего, могут забегать в «дом». Здесь они будут в безопасности, так как пятнашка не имеет права салить в «домах». Но если он осалил играющего на игровом поле, тот становится пятнашкой.

Варианты:

1. Чтобы не запятнали, нужно присесть или встать на какой-либо предмет.
2. Когда пятнашка догоняет играющего, тот может попрыгать на двух ногах, как зайчик, и его уже нельзя пятнать.
3. Играющий, когда его запятнали, если он быстрый и ловкий, может сразу же возвратить пятнание водящему, и пятнашкой становится прежний водящий.
4. Все играющие, кроме пятнашки, выбирают себе имя из мира птиц, растений, зверей. Пятнашка не пятнает того, кто вовремя назвал свое имя.
5. Прерванные пятнашки. Пятнашке в этой игре нужно громко назвать имя того играющего, кого он хочет запятнать. Но если во время преследования пятнашка видит, что рядом с ним находится другой участник игры, он меняет свое решение, называя его по имени и старается догнать его и запятнать. Запятнанный выходит из игры.

Согласно правилам, пятнашка сначала называет игрока по имени, а уже потом догоняет его и пятнает. В игре пятнашка может много раз изменять свое решение.

6. Круговые пятнашки. Участники игры встают по кругу, каждый свое место отмечает кружком. Двое играющих стоят за кругом на некотором расстоянии друг от друга, один из них пятнашка, он догоняет второго. Если убегающий видит, что пятнашка его догоняет, он называет одного из близко стоящих в кругу по имени. Тот оставляет свое место и бежит по кругу от пятнашка, а игрок занимает его место. Свободный круг может занять и пятнашка, тогда пятнашкой становится тот, кто остался без места. Он догоняет игрока, выбежавшего из круга.

Правила:

1. Не разрешается бегать через круг.
2. Игроку, убегающему от пятнашки, можно пробегать не более одного круга.
3. Если пятнашка осалил убегающего, то они меняются местами.

В игре дети должны быть очень внимательными: если играющий зазевается, подведёт товарища. Дети по кругу стоят на расстоянии одного шага друг от друга, лицом к центру. Пятнашку можно заменить, если он пробежал два круга, не запятнал и не занял свободное место. Игра станет веселее, если убегающие будут быстро меняться местами.

### **ЗАЙМИ МЕСТО**

При помощи считалки выбирают водящего. Все остальные играющие встают в круг. Начиная игру, водящий пробегает мимо игроков, одного из них пятнает и продолжает бежать дальше по кругу.

Запятнанный быстро бежит в противоположную сторону от водящего. Кто из них первым добежит до свободного места в круге, тот и занимает его, а опоздавший становится водящим.

Правила:

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

Играть можно на любой площадке. Желательно, чтобы она была большой и не было препятствий для бега.

Участники игры встают по кругу на расстоянии одного шага друг от друга, руки у всех опущены. Если детей много, можно организовать два круга играющих.

### **ПЧЕЛКИ**

Все играющие, кроме трех водящих, встают за условную черту.

Впереди за 15—20 м ставят стойку для прыжков, которая выполняет роль елки. За стойкой находятся трое водящих, так называемые пчелки.

Разучив куплеты, играющие выходят из-за черты вперед, высоко поднимая колени со словами:

«Мы к лесной лужайке вышли, поднимая ноги выше, через кустики и кочки, через ветки и пенечки. Кто высоко так шагал — не споткнулся, не упал».

Проговорив слова, они останавливаются вблизи елки;

«Глянь — дупло высокой елки (показывают поднимая ноги и вставая на носки, как высокая елка). Вылетают злые пчелки!»

«Пчелки» начинают кружиться вокруг елки и, подражая полету движениями кистей рук, согнутых в локтях, произносят: «Ж-ж-ж, мы пчелки кусачие».

Остальные играющие говорят; «Быстроногих не догнать, нам не страшен пчелок рой, убежим сейчас домой».

После того как сказано последнее слово, они убегают за черту, «Пчелки» бегут вслед за ними, стараясь осалить или «ужалить».

Те, кого осалили до черты, считаются «ужаленными». Потом назначаются по считалке новые «пчелки». Прежние становятся к остальным играющим. Игра повторяется несколько раз. Выигрывает тот, кто ни разу не был «ужален» или с кем это случилось меньшее количество раз, Его провозглашают самым быстроногим.

### **ЗМЕЙКА**

Дети берут друг друга за руки, образуя цепь.

Одного из детей выбирают ведущим. Он должен стать в начало цепи. По знаку воспитателя ведущий бежит, увлекая за собой всех участников игры, на бегу описывает разнообразные фигуры: по кругу, вокруг деревьев, делая резкие повороты, перепрыгивая через препятствия, водит цепь змейкой, закручивая ее вокруг крайнего игрока, затем ее развивает. Змейка останавливается, закручивается вокруг ведущего.

Правила:

1. Играющие должны крепко держать друг друга за руки, чтобы змейка не разорвалась.
2. Необходимо точно повторять движения ведущего.
3. Ведущему не разрешается бегать быстро.

Играть в змейку можно в любое время года на просторной площадке, лужайке, лесной опушке. Чем больше игроков, тем веселее проходит игра. Чтобы она проходила живо, необходимо учить детей придумывать интересные ситуации.

Например, ведущий произносит имя последнего играющего, названный ребенок и стоящий рядом с ним останавливаются, поднимают руки, и ведущий проводит змейку в ворота.

Можно по сигналу ведущего разбежаться, потом быстро восстановить змейку.

### **ГУСИ-ЛЕБЕДИ**

На расстоянии 2—3 м от одной из коротких сторон площадки проводят черту, отделяющую гусятник. В центре площадки ставят четыре гимнастические скамейки, образуя как бы дорогу между гор шириной 2 м. Около другой короткой стороны площадки двумя скамейками обозначают дальнюю гору, за которой в очерченном круге или так называемом «логове» находятся двое водящих — «волки». Остальные играющие выполняют роль «гусей».

Их место перед началом шры — в «гусятнике».

Воспитатель выводит «гусей» со словами:

«Гуси-лебеди, вам в поле пора». «Гуси» проходят по горной дороге на место пастбища. Здесь они резвятся, бегают, играют друг с дружкой, хлопают крыльями, пробуя взлететь. Спустя некоторое время воспитатель произносит:

«Гуси-лебеди, летите домой»,

«Гуси-лебеди» отвечают:

«Серые волки за горой не пускают нас домой»,

Воспитатель еще раз зовет «гусей» домой. «Гуси» сначала бегут к концам скамеек, ближних к «гусятнику», пробегают по горной дороге и затем, разбегаясь в разные стороны, стараются поскорее оказаться дома, т. е. за чертой.

Из-за дальней горы выбегают «волки». Они догоняют «гусей», стараясь осалить убегающих. Осаленные останавливаются, «Волки» преследуют «гусей» до «гусятника», затем возвращаются в «логово». Выигрывают «гуси», не попавшиеся «волкам», и «волки», осалившие не менее трех убегающих.

После подведения результатов игры осаленные идут за черту «гусятника» и присоединяются к остальным игрокам.

После перебежки выделяются новые водящие, т. е. «волки». Согласно правилам, игрокам нельзя прыгать и перешагивать через скамейки, а «волки» не имеют права забегать в «гусятник»