

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида с приоритетным  
осуществлением деятельности по физическому развитию детей  
№132**

**«Принято»**  
на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1  
от «    » августа 2020

**«Согласовано»**  
Заместитель заведующей по  
ВМР  
\_\_\_\_\_ /Лаштунова Е.В./  
.08.2020

**«Утверждено»**  
Приказом №  
от «    » августа 2020 г.  
Заведующий МДОУ № 132  
\_\_\_\_\_ /Явтушенко Ж.В./

**ПРОГРАММА**

**дополнительного образования дошкольников 5-6 лет**

**«Страна «Игралочка»**

**(кружок игровой физкультуры)**

**на 2020 – 2021 учебный год**

**Разработчик:  
Князева Евгения Васильевна,  
воспитатель группы № 9**

**Комсомольск - на – Амуре, 2020 – 2021 учебный год**

Список детей:

- |                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| 1. Ащеулов Богдан   | 7. Молодцева Варя    |
| 2. Галкин Руслан    | 8. Селькова Вика     |
| 3. Козлова Вероника | 9. Чердынцев Тимофей |
| 4. Кузьмин Миша     | 10. Чубаркин Артур   |
| 5. Клешнина Настя   | 11. Шекунов Слава    |
| 6. Кулаков Максим   | 12. Леонов Миша      |

**Учебный план**  
**кружок игровой физкультуры «Страна «Игралочка»**  
**2020 – 2021 учебный год**  
**руководитель: Князева Евгения Васильевна**

месяц	кол-во занятий	кол-во часов
сентябрь	4	1ч 40 мин
октябрь	5	2ч 5 мин
ноябрь	4	1ч 40 мин
декабрь	4	1ч 40 мин
январь	3	1ч 15 мин
февраль	4	1ч 40 мин
март	4	1ч 40 мин
апрель	4	1ч 40 мин
май	4	1ч 40 мин
<b>Итого:</b>	<b>36 занятий</b>	<b>15 часов</b>

## Содержание

Пояснительная записка .....	4
Особенности программы .....	.6
Цель и задачи программы .....	6
Структура реализации программы .....	7
Принципы взаимодействия с детьми .....	7
Методическое обеспечение .....	7
Работа с родителями .....	8
Срок реализации программы .....	8
Прогнозируемые результаты .....	8
Тематическое планирование .....	9
Список литературы .....	37

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Веселые подвижные игры – это наше детство. Кто не помнит неизменных прятков, жмурок, догонялок, салочек? Когда возникли эти игры? Кто их придумал? Наверное, на эти вопросы нельзя найти точного ответа. Эти игры, как песни и сказки, созданы народом. Они отлично закаляют тело и душу.

Игры заставляют много двигаться и требуют находчивости, смекалки, ловкости и упорства. Участвовать в таких играх могут ребята самых разных возрастов – от дошкольников до старшеклассников.

В настоящее время актуальной является задача сохранения национальных традиций, формирования национального самосознания человека. Детский сад, решая задачи всестороннего развития детей средствами русской народной культуры, отдает предпочтение русским народным играм.

Такие игры вобрали в себя лучшие национальные традиции. В них ярко отражается образ жизни людей, их труд, быт, национальные устои. В народных играх много юмора, шуток, задора, что делает их особенно привлекательными для детей. Доступность и выразительность народных игр активизирует мыслительную работу ребенка, способствует расширению представлений об окружающем мире, развитию психических процессов. В народных играх есть все: и фольклорный текст, и музыка, и динамичность действий, и азарт. В то же время они имеют строго определенные правила, и каждый играющий приучается к совместным и согласованным действиям, к уважению всеми принятых условий игры. В таких играх можно отличиться, если это не нарушает установленного порядка – в этом и заключается педагогическая ценность народных игр.

Педагоги детского сада широко используют народные игры на занятиях, в повседневной жизни ребят, на прогулке, на праздниках и развлечениях.

В такие игры дети играют с удовольствием и интересом, они становятся увереннее в себе, своих силах. Причем это сказывается как в общении со сверстниками, так и в поведении на других занятиях. У них развиваются навыки общения, формируются предпосылки дальнейшей успешной учебной деятельности.

Основным условием успешного внедрения подвижных игр в жизнь дошкольников всегда было и остается глубокое знание и свободное владение обширным игровым репертуаром, а также методикой педагогического руководства.

Подвижные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Для подвижной игры характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом. Эти действия частично ограничиваются правилами (общепринятыми, установленными руководителем или играющими), направленными на преодоление различных трудностей на пути к достижению поставленной цели.

В подвижных играх выполняются различные движения: ходьба, бег, подпрыгивания, прыжки, ползание, метание, бросание, ловля и т.д. Увлеченные игрой, дети повторяют одни и те же движения много раз, не теряя к ним интереса. Это является важным условием развития и совершенствования движений. Все это ведет к наиболее полноценному физическому развитию и оздоровлению всего организма ребенка.

Проблема укрепления здоровья, развития положительных черт характера актуальна и сегодня. Важнейшим условием полноценного развития детей является достаточная двигательная активность, поэтому необходимо использовать все организованные формы физической культуры и активной

самостоятельной деятельности. Воспитывать потребность, любовь к подвижным играм надо с самого раннего детства. Дошкольное детство является самым благоприятным временем для развития всех функций организма.

**Особенности программы:**

- приобщение детей к русскому народному творчеству;
- акцент работы делается на развитие двигательной деятельности ребенка как совместной, так и самостоятельной;
- рассматривается под оздоровительным аспектом;
- деятельность детей построена с учетом возрастных критериев;
- использование подвижных, русских народных, хороводных, дворовых игр, нестандартного оборудования, художественного слова, музыкального сопровождения;
- проводится в тесном сотрудничестве с семьями воспитанников.

**Цель программы** – совершенствование физических качеств дошкольников по средствам использования подвижных, русских народных и хороводных игр в системе физкультурно-оздоровительной работы.

**Задачи программы:**

- развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки;
- формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- развивать творчество и инициативу в двигательной деятельности через использование подвижных игр;

- развивать умение осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку действий других детей в ходе подвижных игр;
- воспитывать самостоятельность в организации и проведении подвижных, русских народных и хороводных игр.

Для выполнения поставленных задач программы предусмотрены следующие **структуры:**

- ритмическая гимнастика;
- динамические и оздоровительные паузы;
- релаксационные упражнения;
- различные виды подвижных игр;
- занимательные разминки;
- музыкальное сопровождение;
- различные виды массажа;
- дыхательная гимнастика.

#### **Принципы взаимодействия с детьми:**

- сам ребенок – молодец, у него – все получается, возникающие трудности – преодолимы;
- постоянное поощрение всех усилий ребенка, его стремление узнать что-то новое и научиться новому;
- исключение отрицательной оценки ребенка и результатов его действий;
- сравнение всех результатов ребенка только с его собственными, а не с результатами других детей;
- каждый ребенок должен продвигаться вперед своими темпами и с постоянным успехом.

#### **Методическое обеспечение:**

- занятия по данной программе состоят из практической деятельности детей;
- проводятся под руководством педагога;
- практическое изучение подвижных, народных и хороводных игр;

- заучивание мирилок, считалок, стихотворений о физкультуре и спорте;
- создание картотек подвижных, русских народных и хороводных игр;
- изготовление физкультурного оборудования для проведения подвижных игр.

#### **Работа с родителями:**

- ознакомление родителей с основными теоретическими знаниями по программе кружка;
- мастер-классы по проведению различных видов русских народных подвижных игр;
- домашние задания по заучиванию слов игры, изготовлению необходимого для игр оборудования;
- проведение совместных досугов, спортивных праздников, дней открытых дверей.

#### **Срок реализации программы – 1 года:**

- 1 раз в неделю, во второй половине дня;
- время проведения – 25 минут;
- в месяц – 4 занятия – 1 час 40 минут;
- количество детей – 12 человек, возраст – 5-6 лет.

#### **Прогнозируемый результат:**

- ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности, в использовании физкультурного оборудования;
- в двигательной активности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость;
- переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.



## Тематическое планирование

Перспективный план работы кружка игровой физкультуры

«Страна «Игралочка»

на 2020 – 2021 учебный год

старшая группа № 9 (возраст 5-6 лет)

### *Сентябрь*

*1 неделя – игры с мячом*

#### «Зевака»

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

#### «Старые лапти»

Правила игры: на одной стороне площадки проводят черту-это город, где находятся все играющие. Пространство за городом - игровое поле. Дети встают к черте и прокатывают мячи в сторону поля. Чей мяч дальше укатится, тому водить. Водящий берёт мяч и ждёт, когда за мячами будут выходить играющие, и всех, кто переходит черту города, старается осалить мячом. Когда водящий промахнётся, он догоняет мяч, а играющие стараются взять свои мячи и убежать за черту. Осаленный ребенок становится водящим.

*2 неделя – игры с мячом*

#### «Летучий мяч»

Правила игры: играющие встают в круг, водящий находится в середине круга. По сигналу дети перебрасывают мяч друг другу, через центр круга. Водящий старается поймать мяч или коснуться его рукой. Если ему это удаётся, то он встаёт в круг. А тот кому, был брошен мяч, становится водящим.

### «Большой мяч»

Правила игры: играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустит мяч между ног, становится водящим. Но он становится за кругом. Играющие ребята поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадает в круг, играющие дети опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середину встаёт тот, кто пропустил мяч.

*3 неделя – игры с прыжками*

### «Петушиный бой»

Правила игры: дети делятся на пары и встают друг от друга на расстоянии 3-5 шагов. Пары изображают дерущихся петухов: прыгая на одной ноге, они стараются толкнуть друг друга плечом. Тот, кто потерял равновесие и встал на землю двумя ногами, выходит из игры.

### «Здравствуй, сосед!»

Правила игры: играющие делятся на две группы и встают лицом друг к другу на расстоянии вытянутых рук. Первые игроки- ведущие, начинают игру: встают на одну ногу и скачут в направлении другой команды. Не останавливаясь, они обращаются к игроку: «Здравствуй, сосед!» Тот к кому обращаются, отвечает: «Здравствуй!» - и прыгает за ведущим. Игра заканчивается, когда дети образуют одну цепь.

*4 неделя – игры с прыжками*

### «Попрыгунчики»

Правила игры: на полу или земле чертят круг. Один из играющих встаёт в середину круга - он «пятнашка». По сигналу дети перепрыгивают черту круга и, если не грозит быть осаленным, некоторое время остаются внутри круга. Дети продолжают прыгать на 2 ногах продвигаясь к центру круга. Участники игры стараются увернуться от пятнашки и вовремя выпрыгнуть из круга. Осаленный ребенок становится «пятнашкой».

### «Волк во рву»

Правила игры: участники выбирают волка и хозяина, остальные овцы. На одной стороне площадки дом, где живут хозяин и гуси. На середине площадки находится ров, где сидит волк. По сигналу хозяина «овцы в поле, волк во рву»- играющие должны перепрыгнуть через ров и пойти в поле травку щипать. По сигналу: «Овцы, домой!», играющие возвращаются в дом, перепрыгнув через ров. Кого поймал волк, становится водящим.

### **Октябрь**

*1 неделя – игры с бегом*

#### «Пустое место»

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

#### «Курочки»

Правила игры: играющие выбирают хозяйку и петушка, все остальные курочки. Петушок ведёт курочек гулять. Выходит хозяйка и спрашивает: «Петушок, петушок, не видал ли мою курочку». «А какая она у тебя». «Рябенькая, а хвостик чёрненький». «Нет, не видал». Хозяйка хлопает в ладоши и кричит: «Кшш,кшш!» курочки бегут в дом, а хозяйка ловит их, петушок курочек защищает. Всех пойманных курочек хозяйка уводит в дом.

*2 неделя – игры с бегом*

#### «Горелки с платочком»

Правила игры: все играющие встают парами друг за другом, водящий стоит впереди колонны и держит платочек. Играющие говорят хором: «гори, гори масло, гори, гори ясно, чтобы не погасло. Глянь на небо птички летят, колокольчики звенят!». После слов игроки последней пары бегут вперёд, и кто первый возьмёт платочек, тот встаёт с водящим впереди колонны, а опоздавший «Горит».

#### «У медведя во бору»

Правила игры: медведя выбирают считалкой, он живёт в лесу. Дети идут в лес за грибами, ягодами и напевают песенку:

«У медведя во бору, грибы. Ягоды беру!

А медведь не спит и на нас рычит!»

Медведь начинает ворочаться, потягиваться и догоняет детей. Кого поймали, тот становится медведем.

*3 неделя – игры с бегом*

«Заря»

Правила игры: дети встают в круг, руки держат за спиной, а один из играющих – «заря» - ходит сзади с лентой и говорит:

«Заря - зареница, красная девица,

По полю ходила, ключи обронила,

Ключи золотые, ленты голубые,

Кольца обвитые - за водой пошла!»

С последними словами водящий осторожно кладёт ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берёт ленту, и они оба бегут в разные стороны по кругу. Тот, ко остаётся без места, становится зарёй.

«Мы весёлые ребята»

Правила игры: дети стоят в кругу, ребенок «ловишка» в середине круга. Дети двигаются по кругу и произносят слова:

«Мы весёлые ребята, любим бегать и играть.

Ну, попробуй нас догнать!

Раз, два, три, лови!»

Дети разбегаются по залу, ребенок «ловишка» пытается осалить играков.

*4 неделя – игры с бегом*

«Два Мороза»

Правила игры: с одной стороны площадки располагаются дети, в середине - двое водящих (два Мороза). Они говорят:

«Мы два брата молодые, два Мороза удалые.

Я - Мороз красный нос,

Я – Мороз синий нос.  
Кто из вас решится  
В путь дороженьку пуститься»,  
Дети отвечают:  
«Не боимся мы угроз,  
И не страшен нам мороз».

По окончании стихотворения дети перебегают на другую сторону площадки, Морозы стараются их осалить (заморозить).

#### «Солнышко»

Правила игры: играющие образуют круг. В центре круга -«солнышко», в руках у него четыре обруча жёлтого цвета. Дети идут по кругу. Солнышко движется в противоположном направлении, раскладывая обручи, ближе к играющим:

*«Солнышко, солнышко,  
Погуляй у речки,  
Солнышко, солнышко,  
Раскидай колечки!  
Мы колечки соберём.  
Золочённые возьмём».*

Дети, стоящие рядом с обручем, берут его и образуют маленький круг.  
«Покатаем, поиграем,  
И опять тебе вернём!»

Играющие кладут обратно на пол обручи. По сигналу ведущего (удар в бубен, фортепиано и т.д.) все разбегаются врассыпную, по следующему сигналу каждая команда собирается возле своего обруча. Выигрывают те, кто сделал это быстрее. После второго сигнала, команды собираются возле обруча и не берут его в руки.

### **Ноябрь**

*1 неделя – игры малой подвижности*

#### «Молчанка»

Правила игры: перед началом игры дети хором произносят:

«Первенчики, червенчики, зазвенели бубенчики.

По свежей росе, по чужой полосе.

Там чашки, орешки, медок, сахарок.

Молчок!»

После слова «Молчок!» все должны замолчать.

Ведущий старается рассмешить играющих движениями, шутками. Кто рассмеялся, он отдаёт водящему фант. В конце игры фанты выкупаются детьми. Они поют, танцуют, читают стихи.

«Дятел»

Правила игры: дети выбирают водящего-дятла. Дети становятся в круг, дятел встаёт посередине круга. Играющие ходят по кругу и все вместе говорят: «Ходит дятел у житницы, ищет зёрнышко пшеницы».

Дятел отвечает: «Мне не скучно одному,

Кого хочу, того возьму».

С этими словами он быстро берёт за руку одного из играющих, встаёт с ним в круг. Оставшийся без пары - водящий.

*2 неделя – игры малой подвижности*

«Затейники»

Правила игры: дети становятся в круг и берутся за руки. Водящий, которого выбрали стоит в центре круга. Дети двигаются по кругу и произносят слова: «Ровным кругом, друг за другом. Мы идём за шагом шаг. Стой на месте, дружно вместе сделаем вот так!»

Водящий выполняет любые движения, а дети должны повторить «как в зеркале» все движения.

«Зайка серенький умывается»

Правила игры: дети стоят в кругу. В центре круга «зайка». Взрослый произносит слова: «Зайка серенький умывается, видно в гости собирается.

Вымыл ушки, вымыл носик, вымыл щёчки, вымыл ушки, вытерся и поскакал

в гости». Дети должны выполнять все движения по показу ребёнка и в соответствии с текстом.

*3 неделя – игры малой подвижности*

«Пузырь»

Правила игры: дети берутся за руки и образуют маленький круг. Начинают произносить слова:

«Раздувайся пузырь, раздувайся большой.

Оставайся такой и не лопайся!»

Дети выполняют движения в соответствии с текстом (отходят назад, образуя большой круг, затем бегут в центр круга).

«Золотые ворота»

Правила игры: выбираются ворота (двое детей - они образуют ворота).

Остальные участники берутся одной рукой друг за друга образуя цепочку.

Дети начинают произносить слова и двигаться вперёд, проходя под воротцами:

«Золотые ворота, пропускают не всегда.

На первый раз прощается,

Второй раз запрещается,

А на третий раз не пропустят вас».

После этих слов «ворота» опускают руки вниз. Кого поймали, те становятся продолжением ворот. Становятся рядом.

*4 неделя*

«Тетёрка» - игра малой подвижности

Правила игры: одна пара образует ручеёк, остальные взявшись за руки продвигаясь вперёд напевают слова:

«Кри-кри, там терка шла.

Кри-кри, за собой детей вела,

Кри-кри, что за маханька,

Кри-кри, косолапенька.

Кри- кри, ворота отворяя!

Кри-кри, целоваться давай!»

Пара, которая проходит по ручейку и на слова «целоваться давай», пара целуется щёчками или обнимается.

Правила: Игра спокойная и поэтому все движения плавные, никто не бежит под ручейком.

«Медведь и пчёлы» - игра с лазаньем, подлезанием

Правила игры: играющие делятся на две группы: медведи пчёлы. Пчёлы - большая часть детей - размещаются на скамейке (улей), медведи - в стороне. По сигналу воспитателя пчёлы улетают за мёдом, а медведи забираются в улей (скамейку) и лакомятся мёдом. Пчёлы возвращаются домой и жалят (ловят) медведей.

## *Декабрь*

*1 неделя*

«Перелёт птиц» - игра с лазанием, подлезанием

Правила игры: дети находятся стороне площадки. С другой стороны расположены снаряды для лазания (гимнастическая стенка). По сигналу «Птицы улетают!» дети бегают по площадке. По сигналу «Буря!» забираются на гимнастическую стенку, спасаясь от бури.

«Наседка и цыплята» - игра с лазанием, подлезанием

Правила игры: роль наседки отводится воспитателю. Дети-цыплята. Они располагаются на одной стороне площадки. Перед ними находится верёвка на высоте 40 см. По сигналу «Цып, цып, мои цыплятки. Выходите погулять, зелёную травку пощипать. Дети подлезают под верёвку и двигаются по залу (пьют водичку, клюют зёрнышки и т.д). По сигналу воспитателя «Кошка»- дети возвращаются назад, подлезая под верёвку.

*2 неделя*

«Пустое место»

Правила игры: играют дети всех возрастов (самостоятельно), от 6 до 40 человек. Описание игры: играющие, кроме водящего, становятся в круг, водящий - за кругом. Все кладут руки за спину или просто опускают их вниз.



Водящий ходит за кругом и дотрагивается до кого-либо, касаясь спины или рук. Это означает, что он вызывает данного игрока на соревнование.

Дотронувшись, водящий бежит в любую сторону за кругом, а вызванный - в обратную сторону по кругу. Встретившись, они или просто обходят яруг друга или здороваются (приседая, кланяясь и т. п.) и продолжают быстрее бежать по кругу, чтобы занять освободившееся место. Кто займет, тот там и остается, а оставшийся без места становится водящим.

#### «Третий лишний»

Правила игры: играющие становятся по кругу парами, лицом к его центру так, что один из пары находится впереди, а другой - сзади него. Расстояние между парами - 1-2 м. Двое водящих занимают место за кругом. Один из них убегает, а другой его ловит. Спасаясь от погони, убегающий может встать впереди любой пары. Тогда стоящий сзади участник оказывается «третьим лишним». Он должен убегать от второго водящего. Если догоняющий ребенок поймает (коснется, осалит) убегающего, то они меняются ролями. Таким образом, водящие все время меняются.

#### *3 неделя*

#### «Удар по веревочке»

Правила игры: для игры необходима замкнутая в круг веревочка. Игроки берутся обеими руками за веревочку с внешней стороны. Выбирается один водящий, который должен находиться в центре круга, образованного веревочкой. Цель водящего – посалить, т.е. ударить по руке одного из играющих находящихся с внешней стороны круга. Те, кто находятся с внешней стороны круга, во время атаки водящего могут отпустить от веревочки только одну руку. Если играющий отпускает от веревочки две руки или по одной из них попадает водящий, то уже именно он становится в круг и игра продолжается дальше.

#### «Большой мяч»

Правила игры: игра, в которой необходимо образовать круг. Дети берутся за руки, и выбирается один водящий, который становится в центр круга и около

его ног находится большой мяч. Задача игрока, находящегося в центре, ударом ноги по мячу вытолкнуть его за пределы круга. Тот игрок, который пропускает мяч, выходит за пределы круга, а тот, кто попал, становится на его место. При этом все поворачиваются спиной к центру круга и стараются не пропустить мяч уже в центр круга. Важным условием является то, что мяч в течение всей игры нельзя брать в руки.

*4 неделя*

#### «Шаром в лунке»

Правила игры: для игры в земле вырывают неглубокую ямку, в которую кладут шар. Все играющие должны иметь при себе прямые палки длиной около метра. Путем жребия выбирается исполнитель – игрок, который будет охранять шар. Все остальные игроки отходят за условную черту, на определенное расстояние от лунки и начинают в порядке установленной очереди метать палки, стараясь попасть в шар. У всех бросивших мимо, палки остаются лежать на месте.

Если никто не попадает, то исполнитель катит мяч своей палкой в сторону ближней к нему, стараясь в нее попасть. Если это ему удастся, то он бежит за исходную для бросков линию, также называемой домом. Исполнитель становится тот, в чью палку попал шар. Если же в процессе игры кому-либо удастся выбить шар из лунки, в тот же самый момент, те игроки, чьи палки находятся в поле бегут их забирать, а исполнитель должен установить шар на место. Таким образом, игроки получают возможность произвести дополнительный бросок. Во время метания палок, исполнитель рекомендуется находиться чуть в стороне от шара, чтобы избежать попадания палки в него.

#### «Зайки»

Правила игры: игра проводится на открытом пространстве. Из всех игроков выбирается один охотник, все остальные изображают зайцев, стараясь прыгать на двух ногах. Задача охотника поймать самого не проворного зайца, осалив его рукой. Но в игре существует одно немаловажное условие, охотник

не имеет права ловить зайца, если тот находится на "дереве". В контексте данной игры деревом будет являться любая щепочка или же пенек. Это условие сильно усложняет охотнику жизнь, что часто во время игры приводит его в негодование. Однако, как только удастся осалить одного из зайцев, он тут же становится охотником, принимая на себя незавидную обязанность – ловить зайцев.

### ***Январь***

#### *3 неделя*

##### «Прыганье со связанными ногами»

Правила игры: всем участникам завязываются ноги плотной широкой веревкой или платком. После чего все становятся около исходной линии и по сигналу начинают прыгать в сторону финишной черты. Победителем является тот, кто быстрее всех преодолел расстояние. Расстояние не должно быть слишком большим, так как прыгать с связанными ногами достаточно тяжело

##### «Без соли соль»

Правила игры: для этой игры выбираются двое водящих, которые садятся на землю друг напротив друга, так чтобы подошвы их ног соприкасались между собой. Водящим завязывают глаза плотной матерчатой повязкой. Руки водящих находятся за их спинами. Все остальные – игроки в поле. Полевые игроки, подойдя поочередно с одной из сторон к водящим, кричат "Без соли" и беспрепятственно перепрыгивают через их ноги. На обратном пути необходимо кричать "Соль" и постараться снова перепрыгнуть через ноги водящих. Отличие лишь в том, что водящие стараются руками поймать прыгунов. Если это им удастся, то происходит смена водящего. Тот, кого поймали, садится на место того, кто его поймал, и уже ему завязываются глаза.

#### *4 неделя*

##### «Растеряхи»

Правила игры: дети, принимающие участие в этой игре, становятся в один

ряд, берутся за руки, образуя тем самым цепочку. По правую сторону цепочки назначается вожак, который по команде начинает бег со сменой направления и вся цепочка начинает движение за ним. Однако никто кроме вожака не знает направления движения, поэтому достаточно сложно удержать равновесие и не рассоединить цепочку. Чем дальше игрок находится от вожака, тем ему сложнее удержать равновесие, не упасть или не разорвать цепь.

#### «Горелки (Огарыши, Столбом, Парами)»

Правила игры: для этой игры необходим водящий, его и выбирают до начала игры. Все остальные образуют пары, преимущественно мальчик – девочка, а если в игре принимают участие и взрослые, то мужчина - женщина. Пары встают друг за другом, а водящий спиной к первой паре на определенном расстоянии и ему строго воспрещается оглядываться назад. После кто-то один или все вместе начинают приговаривать: "Гори, гори ясно! Чтобы не погасло. Взглянь на небо, там птички летают!" (Встречаются и другие рифмовки). После чего водящий смотрим в небо. После чего задняя пара бежит через стороны вперед, один человек через правую сторону, другой через левую сторону. Задача задней пары постараться встать перед водящим, взявшись за руки. Водящий старается поймать или хотя бы осалить одного из передвигающейся пары. Если это происходит, тот, кого осалили, становится водящим, а "старый" водящий занимает его место в паре. Игра продолжается до потери интереса или появления усталости у игроков.

### ***Февраль***

#### *1 неделя*

#### «Укротитель диких зверей»

Правила игры: на игровой площадке ставятся пеньки по кругу или мягкие коврики, если это зал. Пеньки (коврики) кладутся по кругу, но на один меньше, чем игроков, принимающих участие в игре. Тот, у кого нет пенька – это укротитель зверей, а все остальные звери. До начала игры дети выбирают, кто будет волком, кто лисой, а кто зайцем. Звери садятся на

пеньки. Укротитель зверей идет по кругу с внешней стороны и называет кого-то из зверей. Тот, кого назвали, встает и идет за укротителем. И так укротитель может назвать несколько зверей, они встают и идут за вожаком. Как только укротитель говорит: "Внимание, охотники", звери и укротитель стараются сесть на свободный пенек. Тот, кому свободного места не находится, становится укротителем и игра продолжается.

#### «Перетяжка»

Правила игры: все дети, которые участвуют в этой игре, делятся на две равные по числу участников команды. От каждой команды приглашается по одному человеку. В центре площадки лежит метровая палка. Вышедшие участники хватают палку каждый со своей стороны и по команде начинают тянуть палку, каждый в свою сторону. Побеждает тот, кто перетянет соперника на свою сторону. Далее в центр площадки выходят следующие участники команд. Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.

#### *2 неделя*

#### «Волки во рву»

Правила игры: для этой игры потребуются "волки", не более 2-х, 3-х человек, а все остальные дети назначаются "зайцами". В центре площадки чертится коридор шириной около 1-го метра (ров). "Волки" занимают пространство внутри коридора (рва). Задача "зайцев" – перепрыгнуть ров и не быть осаленными одними из "волков". Если "зайчика" осалили и он попадает, ему следует выйти из игры. Если во время прыжка "заяц" ногой наступил на территорию рва, то он провалился и тоже выходит из игры.

#### «Удочка (Рыбка, Поймать рыбку)»

Правила игры: все игроки образуют круг. Выбирается один водящий, который становится в центр круга. Водящему выдается веревочка. Водящим может быть и взрослый. Водящий начинает вращать веревочку. Задача всех игроков в кругу перепрыгнуть через нее и не быть пойманными. Вариантов развития игры два.

1-ый вариант: без смены водящего (взрослый). В данном случае те, кто попался на удочку, выбывают из игры и выходят за пределы круга. Игра проводится до тех пор, пока в кругу не останутся самые ловкие и прыгучие дети (3-4 человека).

2-ой вариант: со сменой водящего. Та "рыбка", которая попадает на удочку, занимает место в центре круга и становится "рыбаком".

*3 неделя*

#### «Наседка и коршун»

Правила игры: перед началом игры из всех ее участников выбирают 2-ух самых крепких: один назначается коршуном, другой назначается наседкой. Все остальные – это цыплята. Коршун находится в сторонке и по старинным русским правилам вырывает маленькую ямку. За наседкой, друг за другом, становятся цыплята и берут друг друга за талию. После чего матка с цыплятами подходят к коршуну, и матка начинает приговаривать: "Коршун! Что делаешь?" - "Ямочку рою". – "Зачем тебе ямочка?" - "Денежку ищу". – "Зачем тебе денежка?" - "Иголку купить". – "Зачем тебе иголка?" - "Мешочек сшить". – "Зачем мешочек?" - "Камешки класть". – "Зачем камешки?" - "В твоих деток шуркать-буркать". – "За что?" - "Они ко мне в огород лезят". – "Ты бы забор выше делал, а коли не умеешь, так лови их. После чего, коршун старается поймать последнего цыпленка. Наседка защищает своих цыплят, не позволяя осалить последнего цыпленка, который также старается уклониться. Пойманный цыпленок садиться на лавочку, а игра продолжается до тех пор, пока коршун всех не изловит. Игра может проводиться и без приговора наседки.

#### «Горелки»

Правила игры: игроки располагаются попарно, взявшись за руки и образуя колонну. Водящий встает впереди. Все хором громко говорят или распевают:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо -

Птички летят.

Колокольчики звенят!

Раз, два, три - беги!!!

Другой вариант:

Гори-гори ясно,

Чтобы не погасло.

И раз, и два, и три.

Последняя пара, беги!

В любом случае, при слове «беги» стоящие в последней паре размыкают руки и мчатся в начало колонны, обегая ее с разных сторон (один - слева, другой - справа), а водящий пытается поймать кого-то из них до того как пара, встретившись, вновь возьмется за руки.

Если это получается, то вместе с пойманным игроком водящий встает в первую пару колонны, а тот, кого не поймали, становится водящим.

*4 неделя*

#### «Мороз - Красный нос»

Правила игры: по краям игровой площадки очерчиваются границы двух «домов». В одном из них собираются игроки.

Водящий, т.е. Мороз - Красный нос, встает посреди площадки и говорит:

Я Мороз - Красный нос,

Всех морожу без разбора.

Разберусь со всеми скоро,

Кто сейчас решится

В дальний путь пуститься!

Играющие в ответ скандируют:

Не боимся мы угроз

И не страшен нам мороз!

И тут же бегут в противоположный «дом». Мороз пытается их догнать и

«заморозить»: те, кого он успевает коснуться рукой, замирают на месте. По окончании перебежки они либо выбывают из игры, либо остаются в «замороженном» положении на последующие туры. В этом случае выигрывает тот, кто останется последним, избежавшим прикосновения Мороза.

#### «Малечина – калечина»

Правила игры: поставив палочку на палец, ладонь, ногу и т.д., нужно держать ее в равновесии, пока произносятся слова: "Малечина-калечина, сколько часов до вечера?"»

Раз, два ...десять...

### *Март*

#### *1 неделя*

"Поводырь" - это больше чем просто игра, это знакомство душ, когда не отвлекают такие факторы как внешний вид и взгляд.

Правила игры: во внутренний круг, лицом в центр круга, встают мужчины, берутся за руки и закрывают глаза. Во внешнем кругу идут хороводом девушки под музыку. Через какое-то время по сигналу ведущего хлопок или свист девушки начинают разбирать парней - любого понравившегося из тех, что ближе стоят. Берут парня за руку и ведут по кругу, парень все это время идет с закрытыми глазами. Желательно чтобы количество девушек и парней совпадало, чтобы никто не остался стоять одиноко во внутреннем круге.

По сигналу ведущего девушки аккуратно выстраивают парней снова во внутренний круг, а сами идут хороводом дальше. Так повторяется три раза.

Когда после третьего раза парней снова поставят во внутренний круг, ведущий подает сигнал - "Можно открыть глаза". Начинается поделка.

Парни описывают свои ощущения, называют, кто из трех девушек им понравился, кого они хотели бы увидеть. Девушки обычно с радостью признаются и показываются.

Далее во внутренний круг с закрытыми глазами встают девушки, а парни во внешнем и все повторяется.



### «Гуси»

Правила игры: по краям игровой площадки располагаются два «дома», в одном из которых собираются игроки - «гуси». Выбранный на роль «волка» помещается в круг, символизирующий его логово. Ведущий отправляется в пустой «дом» и заводит диалог с «гусями»:

- Гуси, гуси!

- Га-га-га!

- Есть хотите?

- Да-да-да!

- Так летите же домой!

- Нам нельзя:

Серый волк под горой

Не пускает нас домой!

- Ну, летите, как хотите,

Только крылья берегите!

«Гуси», взмахивая крыльями, пытаются переправиться в другой дом, а «волк их ловит». Пойманный игрок становится «волком».

### *2 неделя*

### «Мышеловка»

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

Ах, как мыши надоели,

Все погрызли, всё поели!

Берегитесь же, плутовки,

Доберёмся мы до вас!

Вот захлопнем мышеловку

И поймаем сразу вас!

Во время произнесения текста "мышки" вбегают и выбегают из круга. С последним словом "мышеловка захлопывается" - опускают руки и садятся на

корточки. Не успевшие выбежать из круга "мышки" считаются пойманными и встают в круг. Выбираются другие "мышки".

"Салки" ("Пятнашки", "Ловитки", "Ловишки", "Ляпки", "Лепки", "Клецки", "Сало" и др.)

Правила игры. Эта игра имеет разные названия и правила, но основное содержание сохраняется: один или несколько водящих ловят других игроков и, если поймают, меняются с ними ролями.

Игра может проводиться в самых различных условиях: в помещении, на воздухе, детьми всех возрастов, молодежью и взрослыми. Количество участников - от 3 до 40 человек. Игра не требует руководителей, судей.

По жребью или по считалке выбирают одного водящего - "салку". Условно устанавливаются границы площади игры. Все разбегаются в пределах этой площади. Водящий объявляет: "Я - салка!" - и начинает ловить играющих в установленных пределах площадки. Кого догонит и осалит (дотронется), тот становится "салкой" и объявляет, подняв руку вверх: "Я - салка!" Он начинает ловить играющих, а бывший "салка" убегает со всеми. Игра не имеет определенного конца.

Разновидности "Салок"

- "Салки с домом". Для убегающих чертится на площадке "дом", в котором они могут спастись от "салки", но долго находиться там не имеют права.

- Салки "Ноги от земли". Спасаясь от "салки", играющие должны оторвать ноги от земли (пола). С этой целью они залезают на какой-либо предмет или садятся, ложатся, подняв ноги вверх. В таком положении "салка" не имеет права их салить.

- Салки "Давай руку". В этой игре убегающий от "салки" кричит: "Дай руку!" Если кто-либо из товарищей возьмется с ним за руку, то водящий не имеет права их осаливать. Если же с другой стороны присоединится еще игрок, т. е. их будет трое, водящий имеет право салить любого крайнего.

- "Салки-пересекалки". Убегающие могут выручать друг друга, пересекая дорогу между догоняющим "салкой" и тем, кто убегает. Как только кто-либо

перебежит дорогу, "Салка" должен ловить его. Тут снова кто-либо стремится выручить товарища и перебегает дорогу, "салка" начинает ловить его, и так все стремятся спасти товарища, за которым бежит "салка". Водящий ("салка") должен быстро переключаться и ловить нового игрока, перебежавшего дорогу.

*3 неделя*

### «Ястреб»

Правила игры. Дети собираются, количеством до 16 и больше, во дворе, в саду или в просторной комнате и бросают меж собою жребий. Выбранный по жребью 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. Дети во время бега стремятся бросить в ястреба платок или свернутый жгут, — если они попадают в него, он считается убитым и из среды детей выбирается на его место другой.

### «Кошки и мышки»

Правила игры. Участники этой игры, в количестве до 25 и больше, без различия пола, выдвигают одного из сверстников в роли мышки и других двух в роли кошек.

Остальные дети берут друг друга за руки и образуют незамкнутый круг, в одном месте которого два по соседству находящиеся участника опускают по одной из своих рук, образуя таким образом род открытых "ворот", при чем кошкам разрешается проникновение в круг исключительно через эти "ворота", мышке же, кроме того, еще через все прочие промежутки, образуемые между детьми.

Игра эта основана на том, что кошки стремятся во что бы то ни стало

поймать мышку; лишь только это случилось, трое этих более всего активных участников берутся за руки и примыкают к остальным для образования того же круга, при чем им на смену выдвигаются новая мышка и кошки и т. д. до тех пор, пока все дети не побудут в этих ролях.

При этой игре детям предоставляется широкая возможность порезвиться и побегать на открытом воздухе, что для развития и укрепления их физических сил имеет громадное значение.

*4 неделя*

#### «Пятнашки»

Правила игры. Игры в пятнашки происходят на воздухе, где дети собираются в каком угодно количестве, начиная с 4—5 и кончая 25-и более.

Собравшись, дети из своей среды выбирают одного, и дают ему прозвище пятнашки; роль его состоит в том, что он внимательно следит за бегущими по разным направлениям детьми и старается во что бы то ни стало поймать одного и запятнать его, т. е. коснуться рукой.

Пойманный задерживается таким образом и превращается в "пятнашку," при этом его имя произносится во всеуслышанье для того, чтобы товарищи знали, кого им следует остерегаться.

Лишь только он, в свою очередь, поймает кого-нибудь из участников, то немедленно перёдает ему свою роль, переходя сам в группу детей, спасающихся бегством.

Игру эту следует продолжать до тех пор, пока дети сохраняют живой интерес к ней и не почувствуют себя утомленными.

Игры в пятнашки основаны, главным образом, на движении; их можно однако разнообразить, вводя различные элементы, например метание мяча и тому подобное.

#### «Зайчик»

Правила игры. Дети, в каком угодно количестве, до 30 и больше, захватывают с собой обыкновенный мяч, средней величины, и отправляются во двор. Дети, принимающие участие в игре, все, за исключением одного,

устанавливаются кругом, обращая свои лица в центр круга. Руки свои они складывают за спиной, передавая таким образом друг другу мячик, который в данном случае и служит зайчиком. Один из участников, расположившийся в самом кругу, стремится при передаче мячика из рук в руки захватить его, причем он имеет право требовать от каждого участника, чтобы тот показал ему свои руки. Лишь только он заметит у кого-нибудь мячик или кто-нибудь из детей по рассеянности уронит его, он подхватывает мячик и становится на место потерпевшего, а тот входит в круг, меняясь с ним ролями.

Находящийся в кругу называется "водящий"; лишь только он очутится спиной к тому из участников, который овладел мячом, ему представляется право коснуться им спины "водящего", т. е. запятнать его, при чем пятнать допускается лишь в спину, а не в какое-нибудь другое место. Запятнанный подхватывает мяч и бросается вслед за тем, кто его запятнал; при большой ловкости он реваншируется, т. е. старается его также запятнать; при успехе они обмениваются ролями. В том случае, если ему не удастся настигнуть противника, он вновь отправляется в середину круга и становится по-прежнему водящим. В этой игре, кроме бега, важным элементом является метание мяча, — оба эти условия чрезвычайно полезны для детей, так как дают им возможность развить максимум своей мышечно-нервной энергии; при продолжительном беге и метании развиваются и крепнут мускулы, дыхательные движения становятся частыми и глубокими, грудная клетка развивается и кровообращение значительно улучшается. Игру следует приостановить, лишь только станет заметно утомление.

### *Апрель*

#### *1 неделя*

#### «Медведь»

Правила игры. Число играющих может быть как угодно велико. Участники игры по жребию выбирают из своей среды одного товарища, которому поручают роль медведя, и снабжают каждого жгутами, — последние нетрудно смастерить, свертывая соответственным образом

носовые платки. На одной из сторон пространства, отведенного для игры, устраивается или, вернее, ограничивается чертой небольшое место, служащее медведю берлогой. По данному сигналу, дети бросаются бегом из одного конца двора в противоположный, причем медведь, не вооруженный жгутом, бросается на них, стараясь прикоснуться к одному из них рукой, т. е. запятнать его. Запятнанный также становится медведем и уводится в берлогу. Игра продолжается в таком порядке до тех пор, пока медведей не станет больше, чем оставшихся участников игры. 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. Основным элементом игры является бег.

#### «Волк в кругу»

Правила игры. Количество участвующих может быть как угодно велико. Дети собираются на просторном дворе. На полу или земле очерчивают круг и, выбрав по жребию из своей среды волка, помещают его внутри очерченного круга. Участвующие в игре дети врываются в круг и стараются выбежать из него, не будучи запятнаны волком, который норовит изо всех сил запятнать их. Потерпевший меняется ролями с волком и становится на его место в круг. Игра эта — не сложная, доставляющая детям большое развлечение. Главный элемент, входящий в нее — бег.

#### *2 неделя*

#### «Кошка»

Правила игры. Дети собираются в просторном месте. Удобнее всего приступить к этой игре, как только начинают надвигаться сумерки. Участники выбирают из своей среды одного, отличающегося ловкостью и проворством, и поручают ему роль кошки. Кошка тщательно прячется за деревом или кустом, стараясь остаться незамеченной товарищами. Последние по сигналу одного из старших бросаются во все стороны для разыскания кошки; кошка же от времени до времени мяукает, давая знать о своем присутствии, и быстро прячется, чтобы не быть открытой.

Игру продолжают до тех пор, пока кошка не будет найдена, тогда по жребии вновь назначают другую кошку и игру ведут до тех пор, пока дети не устанут или не потеряют к ней интереса.

### «Хромая лиса»

Правила игры. Количество участвующих детей может быть как угодно велико. Собравшись на просторном дворе или в большой комнате, они выбирают одного из участвующих, которому дают прозвище хромой лисы. На месте, выбранном для игры, очерчивают круг довольно больших размеров, в который входят все дети, кроме хромой лисы. По данному сигналу дети бросаются бегом по кругу, а хромая лиса в это время скачет на одной ноге и старается во чтобы то ни стало запятнать кого-нибудь из бегущих, т. е. прикоснуться к нему рукой. Лишь только ей это удалось, она входит в круг и присоединяется к остальным бегущим товарищам, потерпевший же принимает на себя роль хромой лисы. Дети играют до тех пор, пока все не перебивают в роли хромой лисы; игру, однако, можно прекратить раньше, при первом появлении признаков утомления. Для правильного ведения игры необходимо соблюдать следующие условия: дети, вошедшие внутрь круга, должны, бегать лишь в нем и не выходить за очерченную линию, кроме того, участвующий, избранный хромой лисой, должен бегать лишь на одной ноге. Главные элементы этой игры составляют бег и прыжки.

*3 неделя*

### «Стрекоза»

Правила игры. Дети собираются во дворе, в саду или в просторной комнате, становятся на корточки, руки в бока и наперерыв, перегоняя друг друга, стараются прыжками добраться до противоположного конца места, назначенного для игры. Кто из детей первый достигнет таким способом передвижения к назначенному месту, считается победителем, причем споткнувшегося по дороге наказывают тем, что исключают его из числа

играющих. Эта несложная игра доставляет детям громадное удовольствие и развивает их физические силы.

#### «Жмурки»

Правила игры. Дети часто и охотно играют в жмурки, в особенности малолетние, так как игра эта очень проста. Местом для нее избирают большую, просторную комнату или чистый двор. Дети выбирают из своей среды одного, накладывают ему на глаза повязку, пользуясь чистым носовым платком или т. п. По данному сигналу, участвующие в игре бросаются в разные стороны, а мальчик с повязкой на глазах, стоящий среди двора или комнаты, старается поймать кого-нибудь из бегущих. Попавшийся меняется с ним ролями, т. е. ему накладывают повязку на глаза и он, в свою очередь, старается также поймать кого-нибудь из товарищей. 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"!

*4 неделя*

#### «Трубочка»

Правила игры. Трубочка напоминает собой жмурки, только она представляет для детей гораздо больший интерес. Участвующих может быть какое угодно количество - дети собираются в большой комнате или в чистом дворе. Один из них получает прозвище "жмурки", ему набрасывают платок на глаза и завязывают, а в руки дают трубочку из свернутой бумаги. Жмурка становится посреди комнаты, а остальные участвующие берут друг друга за руки, образуя круг, в центре которого помещается жмурка. По данному сигналу, дети ходят 2-3 раза вокруг жмурки, после чего последний приближается к одному из них и обзывает его каким-нибудь словом или спрашивает: ты кто? Спрошенный должен что-нибудь невнятно пробормотать в ответ, а жмурка, ударив в него трубочкой, должен назвать товарища. В случае удачи они обмениваются ролями. Главный элемент, входящий в игру — это ходьба, и если она на свежем воздухе, то польза от



нее очевидна, так как ходьба служит лучшим гимнастическим упражнением для организма.

### «Салки»

Правила игры: сюжет игры очень прост: выбирается один водящий, который должен догнать и осалить разбежавшихся по площадке игроков.

Но у этой игры есть несколько усложняющих ее вариантов.

1. Осаленный игрок становится водящим, при этом он должен бегать, держась рукой за ту часть тела, за которую его осалили.

Первый же игрок, до которого водящий дотронется, сам становится водящим.

2. Осаленный игрок останавливается, вытягивает руки в стороны и кричит: «Чай-чай-выручай». Он «заколдован».

«Расколдовать» его могут другие играющие, дотронувшись до руки.

Водящий должен «заколдовать» всех. Чтобы сделать это быстрее, водящих может быть двое или трое.

## *Май*

### *Неделя*

#### «Аленушка и Иванушка»

Правила игры: выбирают Аленушку и Иванушку, завязывают им глаза. Они находятся внутри круга. Играющие встают в круг и берутся за руки.

Иванушка должен поймать Аленушку. Чтобы это сделать, он может звать ее:

«Аленушка!» Аленушка обязательно должна откликаться: «Я здесь,

Иванушка!», но сама она не очень-то торопится встретиться с Иванушкой и, чувствуя его приближение, отбегает в сторону. Движения водящих комичны

и иногда неожиданны. Случается, Иванушка принимает за Аленушку кого-то из стоящих рядом и скорее хватается за него. Ему объясняют ошибку.

Как только Иванушка поймал Аленушку, их место занимают другие ребята и игра начинается сначала.

#### «Казачьи-разбойники»

Правила игры: играющие делятся на две группы. Одна изображает казаков,

другая – разбойников. У казаков есть свой дом, где в течение игры находится сторож. В его обязанности входит охрана пойманных разбойников. Игра начинается с того, что казаки, оставаясь в своем доме, дают возможность разбойникам спрятаться. При этом разбойники должны оставлять следы: стрелки, условные знаки или записки, где указывается место следующей отметки. Следы могут быть и ложные, для того чтобы запугать казаков. Через 10–15 минут казаки начинают поиски. Игра заканчивается тогда, когда все разбойники пойманы, а пойманным считается тот, кого увидели казаки. Игру лучше проводить на большой, но ограниченной какими-либо знаками территории. По окончании игры казаки и разбойники меняются ролями.

## *2 неделя*

### «Красочки»

Правила игры. Выбирается водящий – «монах» и ведущий – «продавец». Все остальные играющие загадывают в тайне от «монаха» цвета красок. Цвета не должны повторяться. Игра начинается с того, что водящий приходит в «магазин» и говорит: «Я, монах в синих штанах, пришел к вам за красочкой». Продавец: «За какой?» Монах называет любой цвет, например: «За голубой». Если такой краски нет, то продавец говорит: «Иди по голубой дорожке, найдешь голубые сапожки, поноси да назад принеси!» «Монах» начинает игру с начала. Если такая краска есть, то играющий, загадавший этот цвет, пытается убежать от «монаха», а тот его догоняет. Если догнал, то «краска» становится водящим, если нет, то краски загадывают вновь и игра повторяется.

### «Тише едешь»

Правила игры. Водящий и играющие находятся по разные стороны двух линий, которые прочерчены на расстоянии 5–6 метров друг от друга. Задача играющих – как можно быстрее дойти до водящего и дотронуться до него. Тот, кто это сделал, становится водящим. Но дойти до водящего непросто. Играющие двигаются только под слова водящего: «Тише едешь,

дальше будешь. Стоп!» На слово «стоп» все играющие замирают. Водящий, который стоял до этого спиной к играющим, поворачивается и смотрит. Если в этот момент кто-то из играющих пошевелится, а водящий это заметит, то этому игроку придется уходить назад, за черту. Водящий может смешить замерших ребят. Кто рассмеется, также возвращается за черту. А затем игра продолжается.

*3 неделя*

#### «Пол, нос, потолок»

Правила игры. Эта игра также является хорошей проверкой внимательности. Она очень проста, ее правила легко объяснить. Правой рукой покажите на пол и назовите: «Пол». Затем покажите на нос (лучше будет, если вы его коснетесь), скажите: «Нос», а потом поднимите руку вверх и произнесите: «Потолок». Делайте это не торопясь. Пусть ребята показывают с вами, а называть будете вы. Ваша цель запутать ребят. Скажите: «Нос», а сами покажите в это время на потолок. Ребята должны внимательно слушать и показывать правильно. Хорошо, если вы весело прокомментируете происходящее: «Я вижу, у кого-то нос упал на пол и там лежит. Давайте поможем найти отвалившийся нос». Игра может повторяться много раз с убыстрением темпа. В конце игры можно торжественно пригласить на сцену обладателя «самого высокого в мире носа».

#### «Отыщи пуговицу»

Правила игры. В качестве подготовки к игре возьмите пуговицу, проденьте в нее леску или проволоку и сделайте кольцо такой величины, чтобы дети могли сесть вокруг этого кольца и взяться за него руками. Один из игроков – ведущий, он находится вне круга. По сигналу дети начинают передавать друг другу пуговицу по проволоке таким образом, чтобы ведущий не догадался, у кого она в данный момент. Кого поймают с пуговицей в руке – тот водит в следующем кону.

*4 неделя*

### «Угадай, кто главный!»

Правила игры. Дети выбирают ведущего, он на одну минуту покидает комнату, а в это время дети назначают «главного». Когда ведущий возвращается, по его команде «главный» начинает делать различные движения, например, качать головой или топать ногой, а дети должны повторять эти движения за «главным». Они должны это делать так, чтобы ведущий не догадался, кто эти действия придумывает. Задача ведущего – попытаться быстро отгадать, кто «главный», и если это ему удалось, то «главный» становится ведущим в следующем кону.

### «Шапка-невидимка»

Правила игры. Держа руки за спиной, играющие становятся плечом к плечу по кругу. У одного из них в руках «шапка-невидимка» – треуголка, сложенная из листа бумаги. Водящий – в середине круга. По сигналу участники игры начинают передавать за спиной шапку друг другу, стараясь делать это так, чтобы водящий не знал, у кого она находится.

Водящий ходит по кругу и зорко следит за движениями играющих. Время от времени он останавливается и, указывая на одного из игроков, громко говорит: «Руки!» Тот, к кому обращается водящий, должен сейчас же вытянуть руки вперед. Если при этом шапка окажется у игрока, он сменяет водящего. В минуту опасности нельзя бросать шапку на пол. Нарушивший это правило выходит из игры. Любой участник игры, когда к нему попадет шапка, может надеть ее себе на голову, если только водящий не обращает на него внимания или находится не очень близко. Секунду покрасовавшись в шапке, надо снять ее и пустить по кругу. Если водящий запятнает, когда шапка на голове, придется уступить ему свое место, а самому водить.

## Список методической литературы

- 1.Глазырина А.А. «Физическая культура дошкольников. Средний возраст»
- 2.Кобзева Т.Г. «Организация деятельности детей на прогулке. Средняя группа»
- 3.Картушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей »
- 4.Казак О.Н. «Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет»
- 5.Макшануева Е.Д. «Детские забавы» (хороводные игры)
- 6.Милехина Н.А., Колмакова Л.А. «Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ»
- 7.Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Средняя группа»
- 8.Пухова О.А. «Игры, в которые не играет Емеля»
- 9.Пензулаева Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет»
- 10.Рокитянская Т.А. «Воспитание звуком» (хороводные игры)
- 11.Сивачева Л.Н. «Физкультура – это радость!»
- 12.Интернет ресурсы