

# Подвижные игры для детей дошкольного возраста по программе “БОЛАЖОН”.



Сборник игр подготовили инструктора физической культуры

Курсов РУМЦППКРДУ

март 2012г.

Руководитель Л.Г.Евстафьева



## Подвижная игра “Самолеты”

### Цель.

Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; приучать их внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.

### Описание.

Воспитатель называет имена 3-4 детей и предлагает им приготовиться к полету, показав предварительно, как заводить мотор и как летать.

Названные дети выходят и становятся произвольно на одной стороне площадки или комнаты. Воспитатель говорит: "К полету приготовиться. Завести моторы!" Дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук "р-р-р". После сигнала воспитателя "Полетели!" дети разводят руки в стороны (как крылья у самолета) и летят - разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя "На посадку!" они направляются к своим стульчикам и садятся на них. Затем играет другая группа детей.



### Самолеты, на посадку!

#### Указания к проведению.

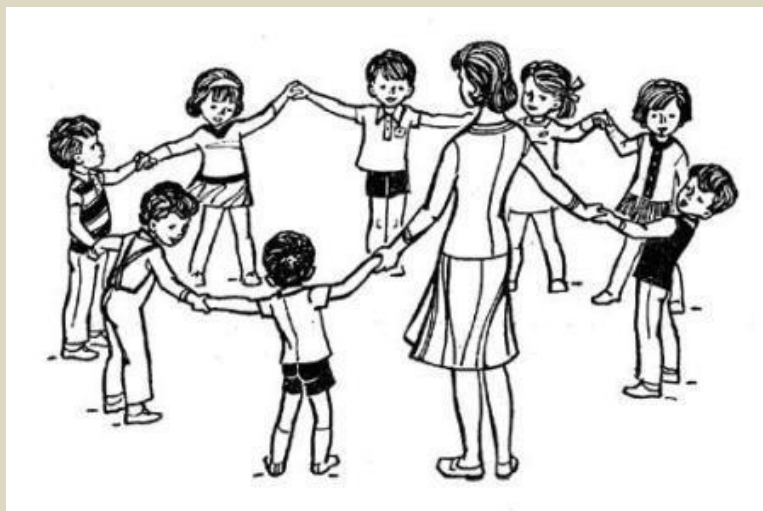
Воспитатель должен показать детям все игровые движения. При проведении игры в первый раз он выполняет движения вместе с детьми.

При повторном проведении игры можно вызывать большее число детей, а после многократных повторений можно предложить всем детям полетать на самолетах.

## Подвижная игра “Пузырь”

### Цель.

Научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать



свои движения с произносимыми словами.

Описание. Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой кружок, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит:

Раздувайся, пузырь,  
Раздувайся, большой,  
Оставайся такой  
Да не лопайся.

Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: "Лопнул пузырь!" Тогда они

опускают руки и приседают на корточки, говоря при этом: "Хлоп!" Можно также предложить детям после слов "лопнул пузырь" двигаться к центру круга, по-прежнему держась за руки и произнося при этом звук "ш-ш-ш" - воздух выходит. Затем дети снова надуют пузырь - отходят назад, образуя большой круг.

Вот какой большой пузырь!

Указания к проведению.

Сначала в игре принимает участие небольшое число детей (6-8). При повторении могут играть одновременно 12-15 человек. Произносить текст воспитатель должен медленно, четко, ясно, привлекая к этому играющих.

## Подвижная игра “Зайка беленький сидит”

### Цель.

Приучать детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом; учить их подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста. Доставить детям радость.

### Описание.

Дети сидят на стульчиках или скамейках по одной стороне комнаты или площадки. Воспитатель говорит, что все они зайки, и предлагает им выбежать на полянку. Дети выходят на середину комнаты, становятся около воспитателя и приседают на корточки.

Воспитатель произносит текст:

Зайка беленький сидит

И ушами шевелит.

Вот так, вот так

Он ушами шевелит.

Дети шевелят кистями рук, подняв их к голове.

Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть.

Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп,

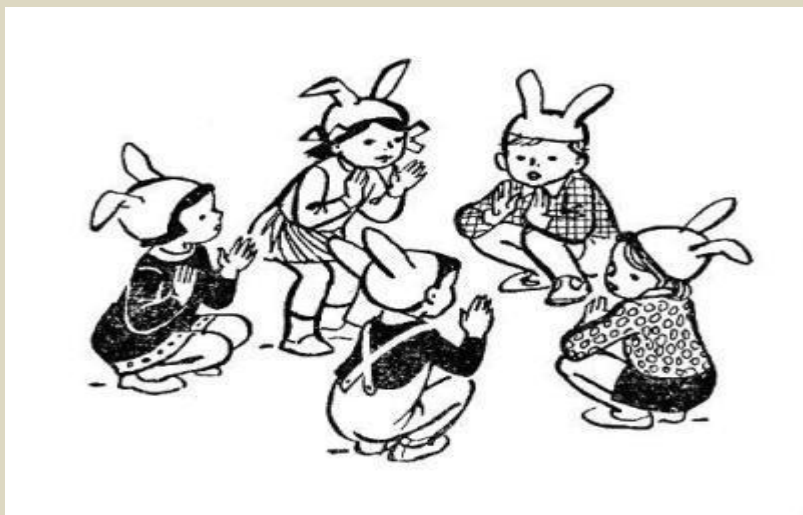
Надо лапочки погреть.

Со слова "хлоп" и до конца фразы дети хлопают в ладоши.

Зайке холодно стоять,  
Надо зайке поскакать,  
Скок-скок, скок-скок,  
Надо зайке поскакать.

Со слов "скок-скок" и до конца фразы дети подпрыгивают на обеих ногах на месте.

Кто-то (или мишка) зайку испугал,  
Зайка прыг... и ускакал.



Воспитатель показывает игрушку мишку - и дети убегают на свои места.

Весело зайкам на полянке Указания к проведению.

Игру можно проводить с любым количеством детей. Обязательно до начала игры надо подготовить места, куда будут убежать зайчики. Первое время можно не выделять водящего, все дети одновременно выполняют движения в соответствии с текстом. После многократного повторения игры можно выделить ребенка на роль зайки

и поставить его в середине круга. Закончив чтение текста, не следует быстро бежать за детьми, надо дать им возможность найти себе место. Не нужно требовать от малышей, чтобы они сели обязательно на свое место; каждый занимает свободное место на стуле, скамейке, ковре. Но при систематическом повторении игры дети хорошо запоминают свои места и быстро находят их.

## Подвижная игра "Трамвай"

Цель.

Учить детей двигаться парами, согласовывая свои движения с движениями других играющих; учить их распознавать цвета и в соответствии с ними менять движение.

Описание.

3-4 пары детей становятся в колонну, держа друг друга за руку. Свободными руками они держатся за шнур, концы которого связаны, т. е. одни дети держатся за шнур правой рукой, другие - левой. Это трамвай. Воспитатель стоит в одном из углов комнаты, держа в руках три флажка: желтый, зеленый, красный. Он объясняет детям, что трамвай двигается на зеленый сигнал, на желтый замедляет ход, а на красный - останавливается. Воспитатель поднимает зеленый флажок - и трамвай едет: дети бегут по краям зала (площадки). Если воспитатель поднимает желтый или красный флажок, трамвай замедляет ход и останавливается.



Указания к проведению.

Если детей в группе много, можно составить два трамвая. Сюжет игры может быть более развернутым: во время остановок одни пассажиры выходят из трамвая, другие входят, приподнимая при этом шнур. Воспитатель знакомит детей с правилами уличного движения. Он следит за тем, чтобы все играющие были внимательными, не пропускали остановок, следили за сменой флажков и меняли движение.

## Подвижная игра "Догони меня"

Описание.

Дети сидят на стульях или на скамейках по одной стороне площадки или комнаты. Воспитатель предлагает им догнать его и бежит в противоположную сторону. Дети бегут за воспитателем, стараясь поймать его. Когда они подбегают к нему, воспитатель останавливается и говорит: "Убегайте, убегайте, догоню!" Дети бегом возвращаются на свои места.



Цель игры: Развивать у детей координацию движений, ловкость, беговые навыки, общую моторику.

Указания к проведению.

Вначале игру целесообразно проводить с небольшой группой детей (4-6), затем количество играющих увеличивается до 10-12 человек. Воспитатель не должен слишком быстро убегать

от детей: им интересно его поймать. Не следует и слишком быстро бежать за детьми, так как они могут натолкнуться на стулья. Сначала бег проводится только в одном направлении. Когда малыши подбегут к воспитателю, их надо приласкать, похвалить, что они умеют быстро бегать. При повторении игры воспитатель может менять направления, убегая от детей. Упрощенным вариантом этой игры является игра "Бегите ко мне", тогда дети бегают только в одном направлении, до воспитателя, и возвращаются обратно на свои места.

## Подвижная игра "Кто быстрее?"

Описание.

Воспитатель раздает детям флажки трех-четырех цветов: красные, синие, желтые, зеленые. Дети с флажками одного цвета стоят в разных местах комнаты, возле флагов определенных цветов. После

слов воспитателя "Идите гулять" дети расходятся по площадке или по комнате в разные стороны. Когда воспитатель скажет: "Найди свой цвет", дети собираются у флага соответствующего цвета.

Смотрите внимательно, где какой цвет!

Указания к проведению. Вместо флажков каждому ребенку можно дать квадратики, кружочки разного цвета, по которым они будут находить свой флаг. Воспитатель следит, чтобы дети отходили подальше от своих флагов, расходились бы по всей площадке, залу"



Цель игры:

Воспитывать в детях внимательность, координацию движений, доставить детям удовольствие, развивать у детей ловкость и двигательную активность.

Для детей третьего, четвертого года жизни.

Птички и автомобиль

*Цель.* Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить свое место.

*Описание.* Дети садятся на стульчики или скамеечки на одной стороне площадки или комнаты. Это воробушки в гнездышках. На противоположной стороне становится воспитатель. Он изображает автомобиль. После слов воспитателя "Полетели, воробушки, на дорожку" дети поднимаются со стульев, бегают по площадке, размахивая руками-крылышками.

По сигналу воспитателя "Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнездышки!" автомобиль выезжает из гаража, воробушки улетают в гнезда (садятся на стулья). Автомобиль возвращается в гараж.



**Разлетелись воробушки в разные стороны**

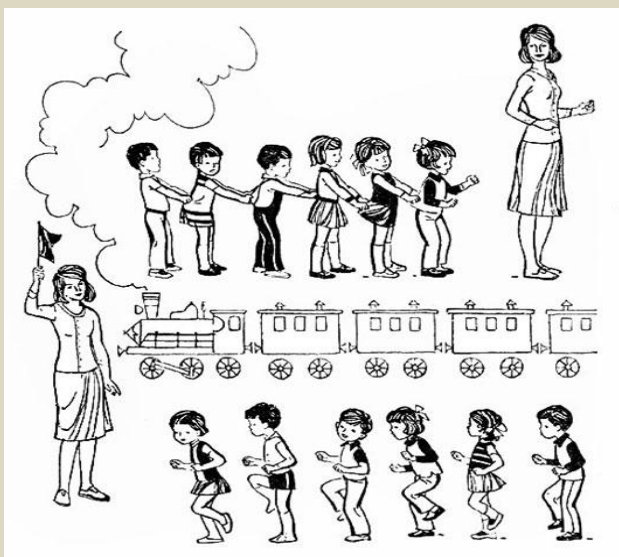
*Указания к проведению.* Сначала в игре принимает участие небольшая группа (10-12) детей, со временем играющих может быть больше. Необходимо предварительно показать детям, как летают воробушки, как они клюют зернышки, проделать эти движения вместе с детьми, затем можно ввести в игру роль автомобиля. Первоначально эту роль берет на себя воспитатель, и только после многократных повторений игры ее можно поручить наиболее

активному ребенку. Автомобиль должен двигаться не слишком быстро, чтобы дать возможность всем детям найти свое место.

## Поезд

**Цель.** Учить детей ходить и бегать друг за другом небольшими группками, сначала держась друг за друга, затем не держась; приучать их начинать движение и останавливаться по сигналу воспитателя.

**Описание.** Воспитатель предлагает нескольким детям стать друг за другом, сам становится впереди них и говорит: "Вы будете вагончиками, а я - паровозом". Паровоз дает гудок - и поезд начинает двигаться сначала медленно, а затем быстрее. Движение сопровождается звуками, которые произносят играющие. Время от времени паровоз замедляет ход и останавливается, воспитатель говорит при этом: "Вот и остановка". Затем паровоз вновь дает гудок - и поезд движется дальше.



### Поезд отправляется!

**Указания к проведению.** Сначала к игре привлекается небольшая группа детей. При повторении может быть большее число участвующих (12-15). Первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем дети свободно идут друг за другом, двигают руками, подражая движению колес паровоза, и произносят в такт: "Чу-чу-чу".

Роль паровоза вначале выполняет воспитатель или ребенок старшей группы. Лишь после многократных повторений роль ведущего

поручается наиболее активному ребенку. Паровоз должен двигаться медленно, чтобы вагончики-дети не отставали.

Играющие строятся друг за другом произвольно. При многократном повторении игры можно предложить малышам выйти на остановке погулять, нарвать цветы, собрать ягоды, поиграть, попрыгать. Услышав гудок, дети должны быстро построиться в колонну.

## Поезд

### (Усложненный вариант)

**Цель.** Учить детей ходить и бегать в колонне по одному, ускорять и замедлять движение, делать остановки по сигналу; приучать детей находить свое место в колонне, не толкать товарищей, быть внимательными.

**Описание.** Дети становятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый - паровоз, остальные - вагоны. Воспитатель дает гудок - и поезд начинает двигаться вперед сначала медленно, потом быстрее, быстрее, наконец дети переходят на бег. После слов воспитателя "Поезд подъезжает к станции" дети постепенно замедляют движение - поезд останавливается. Воспитатель предлагает всем выйти погулять, собрать цветы, ягоды на воображаемой поляне. По сигналу дети снова собираются в колонну - и поезд начинает двигаться.

за паровозом.

## Солнышко и туча.

*Цель.* Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя.

*Описание.* Дети сидят на стульчиках или скамейках. Воспитатель говорит: "Солнышко! Идите гулять!" Дети ходят и бегают по всей площадке. После слов "Туча! Дождик! Скорей домой!" они бегут на свои места. Когда воспитатель снова произносит: "Солнышко! Можно идти гулять", игра повторяется.



### А нас дождик не намочит

*Указания к проведению.* В игре участвует сначала небольшое число детей, затем может быть привлечено 10-12 человек. Вместо домиков-стульев можно использовать большой пестрый зонтик, под который дети прячутся по сигналу "Дождик!". Во время прогулки можно предложить детям собирать цветы, ягоды, попрыгать, походить парами.

При повторении игру можно усложнить, разместив домики (по 3-4 стула) в разных местах комнаты. Дети должны запомнить свой домик и по сигналу бежать в него.

## Поезд

### (Усложненный вариант)

*Цель.* Учить детей ходить и бегать в колонне по одному, ускорять и замедлять движение, делать остановки по сигналу; приучать детей находить свое место в колонне, не толкать товарищей, быть внимательными.

*Описание.* Дети становятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый - паровоз, остальные - вагоны. Воспитатель дает гудок - и поезд начинает двигаться вперед сначала медленно, потом быстрее, быстрее, наконец дети переходят на бег. После слов воспитателя "Поезд подъезжает к станции" дети постепенно замедляют движение - поезд останавливается. Воспитатель предлагает всем выйти погулять, собрать цветы, ягоды на воображаемой поляне. По сигналу дети снова собираются в колонну - и поезд начинает двигаться.

## Догоните меня

*Описание.* Дети сидят на стульях или на скамейках по одной стороне площадки или комнаты. Воспитатель предлагает им догнать его и бежит в противоположную сторону. Дети бегут за воспитателем, стараясь поймать его. Когда они подбегают к нему, воспитатель останавливается и говорит: "Убегайте, убегайте, догоню!" Дети бегом возвращаются на свои места.





### *Догоните меня!*

*Указания к проведению.* Вначале игру целесообразно проводить с небольшой группой детей (4-6), затем количество играющих увеличивается до 10-12 человек. Воспитатель не должен слишком быстро убегать от детей: им интересно его поймать. Не следует и слишком быстро бежать за детьми, так как они могут натолкнуться на стулья. Сначала бег проводится только в одном направлении. Когда малыши подбегут к воспитателю, их надо приласкать, похвалить, что они умеют быстро бегать. При повторении игры воспитатель может менять направления, убегая от детей. Упрощенным

вариантом этой игры является игра "Бегите ко мне", тогда дети бегают только в одном направлении, до воспитателя, и возвращаются обратно на свои места.

### *Найди свой цвет*

*Описание.* Воспитатель раздает детям флажки трех-четырех цветов: красные, синие, желтые, зеленые. Дети с флажками одного цвета стоят в разных местах комнаты, возле флагов определенных цветов. После слов воспитателя "Идите гулять" дети расходятся по площадке или по комнате в разные стороны. Когда воспитатель скажет: "Найди свой цвет", дети собираются у флага соответствующего цвета.



### *Смотрите внимательно, где какой цвет!*

*Указания к проведению.* Вместо флажков каждому ребенку можно дать квадратики, кружочки разного цвета, по которым они будут находить свой флаг. Воспитатель следит, чтобы дети отходили подальше от своих флагов, расходились бы по всей площадке, залу"

### *Зеленый свет - можно ехать!*

*Указания к проведению.* Первое время дети строятся в колонну в любом порядке, а к концу года уже запоминают свое место в колонне - находят свой вагон. Поезд может двигаться, то ускоряя, то замедляя движение, делать остановки по сигналу. Сигналом, кроме слов воспитателя, может служить красный флажок, который он поднимает.

При повторении игры целесообразно внести изменения в ее сюжет. Например, можно предложить детям на остановках поиграть в мяч, ловить бабочек (подпрыгивать, делая хлопки над собой), собирать шишки, желуди и т. п.

## **Совушка**

Из числа играющих выделяется «совушка». Её гнездо в стороне от площадки. Играющие на площадке располагаются произвольно. «Совушка» - в гнезде.

По сигналу ведущего: «День наступает, всё оживает!» - дети начинают бегать, прыгать, подражая полёту бабочек, птичек, жучков и т.д. По второму сигналу: «Ночь наступает, всё замирает – сова вылетает!» - играющие останавливаются, замирают в позе, в которой их застал сигнал. «Совушка» выходит на охоту. Заметив шевельнувшегося игрока, она берёт его за руку и уводит в своё гнездо. За один выход она может добыть двух или даже трёх игроков.

Затем «совушка» опять возвращается в своё гнездо и дети вновь начинают свободно резвиться на площадке.

После 2-3 выходов «совушки» на охоту её сменяют новые водящие из числа тех, которые ни разу ей не попались.

Правила запрещают «совушке» подолгу наблюдать за одним и тем же игроком, а пойманному вырываться.

## **Карусель**

Играющие становятся в круг. На земле лежит верёвка, образующая кольцо (концы верёвки связаны). Ребята поднимают её с земли и, держась за неё правой (или левой) рукой, ходят по кругу со словами:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели, а потом кругом,

А потом кругом-кругом,

Всё бегом-бегом-бегом.

Дети двигаются сначала медленно, а после слов «бегом» бегут. По команде ведущего «Поворот!» они быстро берут верёвку другой рукой и бегут в противоположную сторону.

Тише, тише, не спишите!

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра!

Движение карусели постепенно замедляется и с последними словами прекращается. Играющие кладут верёвку на землю и разбегаются по площадке.

Поезд

Инвентарь: стулья или круги, начерченные на земле. Количество – на одного меньше числа играющих.

Место проведения: просторная комната, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 7-8.

Вид: с водящим.

Развивает: реакцию, ловкость, скорость.

Аргентинская игра.

Выбирают одного водящего. Он – паровоз. Остальные – вагоны. Каждый игрок-вагон строит себе депо: очерчивает небольшой круг. У паровоза своего депо нет. Он идёт от одного вагона к другому. К кому он подходит, тот следует за ним. Так собираются все вагоны.

Когда все вагоны собраны, паровоз дает сигнал (например, свистит в свисток) и все бегут в круги-депо, паровоз тоже. Игрок, оставшийся без места, становится водящим.

В "домашнем" варианте в качестве депо можно использовать стулья. Кому стульев не хватило, тот и водит.

Подвижные игр на прогулке в детском саду.

Подвижные игры на прогулке."Самолеты" и "У медведя на бору".

Цель: развитие двигательной активности детей.

Самолеты.

Игра с 3 лет;

Игра проводится как спортивное занятие из серии упражнений, с одним ребенком или с группой детей, с организующим участием взрослого.

Взрослый – диспетчер, он дает команды и руководит полетом летной эскадрильи. Дети – самолеты, они выполняют по команде диспетчера упражнения – фигур пилотажа.

Упр.1. Отправляемся в полет. Бег по площадке, руки в стороны.

Упр.2. Помахать крыльями – наклониться направо, налево.

Упр.3. Снижаемся. Ходьба в полуприседе – руки в стороны. Набираем скорость – встали и побежали.

Упр.4. Маневрирование. Поворот направо, налево – повороты туловища.

Мячик кверху.

Участники игры встают в круг, водящий идёт в середину круга и бросает мяч со словами: "Мячик кверху!" Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: "Стой!" Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же он промахнулся, то остаётся вновь водящим: идёт в центр круга, бросает мяч кверху - игра продолжается.

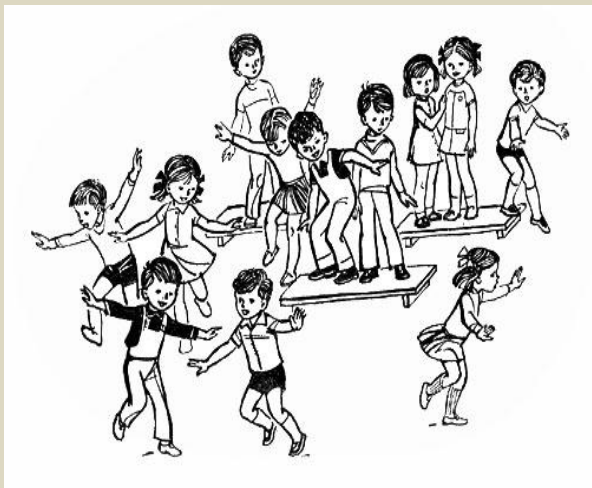
Правила игры . Водящий бросает мяч как можно выше. Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих после слова: "Стой!" - продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Играющие, убегая от водящего, не должны прятаться за встречающимися на пути предметами.

## **Подвижные игры для детей 3-4 лет**

### **Птички летают**

*Цель.* Учить детей прыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать только по сигналу; приучать малышей помогать друг другу.

*Описание.* Дети становятся на небольшое возвышение - доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) - по одной стороне комнаты или площадки. Воспитатель говорит: "На улице солнышко светит, все птички вылетают из гнездышек, ищут зернышки, крошки". Дети прыгивают с возвышений, летают (бегают, размахивая руками), приседают, клюют зернышки (стучат пальчиками по коленям или по полу). Со словами воспитателя "Дождик пошел! Все птички спрятались в гнездышки!" дети бегут на свои места.



Вылетают птички из гнездышек

*Указания к проведению.* Перед игрой воспитатель должен приготовить невысокие скамеечки или такое количество кубиков, брусков, чтобы хватило всем желающим играть. Расположить их надо в одной стороне площадки или комнаты на достаточном расстоянии один от другого, чтобы дети не толкались и могли свободно занять места. Нужно показать малышам, как мягко прыгивать, помочь им подняться на возвышение после бега. При повторении игры сигнал можно давать одним словом: "Солнышко!" или "Дождик!". Дети должны

знать, по какому сигналу что нужно делать.

## Лошадки

*Цель.* Приучать детей двигаться вдвоем один за другим, согласовывать движения, не подталкивать бегущего впереди, даже если он двигается не очень быстро.

*Описание.* Дети распределяются в пары по желанию: один - лошадка, другой - кучер, который запрягает лошадку (надевает вожжи) и едет по площадке от одной стороны ее до другой и обратно. Затем по предложению воспитателя дети меняются ролями и игра повторяется.

*Указания к проведению.* Первое время воспитатель помогает детям надеть вожжи и непосредственно участвует в игре в роли кучера. Целесообразно на первых порах помочь подобрать в пару детей примерно одинаковых по уровню двигательной подготовленности. Вместо вожжей могут быть использованы цветные шнуры или скакалки. По мере того как дети научатся запрягать лошадку и ездить по площадке, можно разрешить играть сразу нескольким парам и не только на площадке, но и на прилегающей дорожке.

## Наседка и цыплята

*Цель.* Учить детей подлезать под веревку, не задевая ее, увертываться от ловящего, быть осторожным и внимательным; приучать их действовать по сигналу, не толкать других детей, помогать им.

*Описание.* Дети, изображающие цыплят, вместе с наседкой находятся за натянутой между стульями на высоте 35-40 см веревкой. Это их дом. На противоположной стороне площадки или комнаты сидит большая птица. Наседка выходит из дома и отправляется на поиски корма, она зовет цыплят: "Ко-ко-ко-ко". По ее зову цыплята подлезают под веревку, бегут к

наседке и вместе с ней гуляют, ищут корм. По сигналу "Большая птица!" цыплята быстро убегают.

*Указания к проведению.* Роль наседки в первое время выполняет воспитатель, а затем на эту роль можно выделять детей, сначала по их желанию, а потом по назначению воспитателя.

Когда цыплята возвращаются в дом, убегая от большой птицы, воспитатель может приподнять веревку повыше, чтобы дети не задевали за нее.

## **Птички в гнездышках**

*Цель.* Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

*Описание.* Дети сидят на стульчиках, расставленных по углам комнаты. Это гнездышки. По сигналу воспитателя все птички вылетают на середину комнаты, разлетаются в разные стороны, приседают, разыскивая корм, снова летают, размахивая руками-крыльями. По сигналу воспитателя "Птички, в гнездышки!" дети возвращаются на свои места.

*Указания к проведению.* Воспитатель следит, чтобы дети-птички действовали по сигналу, улетали от гнездышка как можно дальше и возвращались бы только в свое гнездышко.

Для гнездышек можно использовать большие обручи, положенные на пол, а на участке это могут быть круги, начерченные на земле, в которых дети приседают на корточках.

Воспитатель приучает детей быть внимательными во время бега, уступать место бегущим навстречу, чтобы не столкнуться; учит детей выпрыгивать из гнездышек (обруча)

## **Мыши и кот**

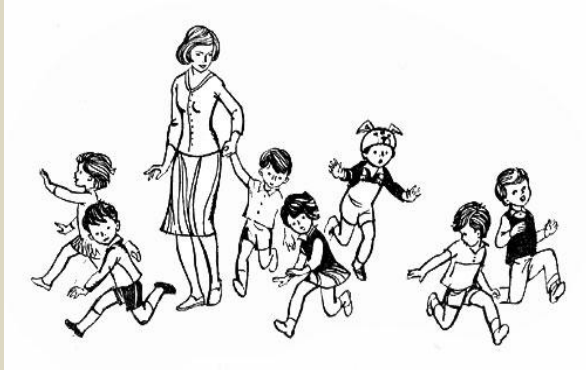
*Цель.* Приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга; ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.

*Описание.* Дети сидят на скамейках или стульчиках. Это мыши в норках. В противоположной стороне комнаты или площадки сидит кот, роль которого исполняет воспитатель. Кот засыпает (закрывает глаза), а мыши разбегаются по всей комнате. Но вот кот просыпается, потягивается, мяукает и начинает ловить мышей. Мыши быстро убегают и прячутся в норках (занимают свои места). Пойманных мышек кот уводит к себе. Когда остальные мыши спрячутся в норки, кот еще раз проходит по комнате, затем возвращается на свое место и засыпает.



**Выбегайте, мышки, кот крепко спит!**

*Указания к проведению.* Мыши могут выбегать из норок только тогда, когда кот закроет глаза и заснет, а возвращаться в норки - когда кот проснется и замаякает. Воспитатель следит, чтобы все мыши выбегали и разбегались как



можно дальше от норок. Норками, кроме стульев, могут служить дуги для подлезания, и тогда дети - мышки - выползают из своих норок. Когда мышки возвращаются обратно, они могут просто забежать за свой стульчик или дугу и спрятаться, присев за ними.

## Лохматый пес

**Цель.** Учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь.

**Описание.** Дети сидят или стоят на одной стороне зала или площадки. Один ребенок, находящийся на противоположной стороне, на ковре, изображает пса. Дети гурьбой тихонько подходят к нему, а воспитатель в это время произносит:

Вот лежит лохматый пес,  
В лапы свой уткнувши нос,  
Тихо, смиренно он лежит,  
Не то дремлет, не то спит.  
Подойдем к нему, разбудим  
И посмотрим: "Что-то будет?"

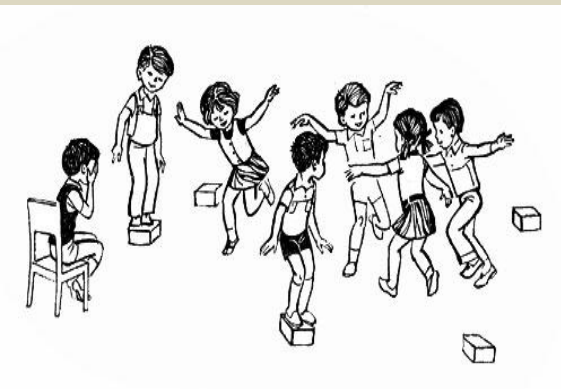
Дети приближаются к псу. Как только воспитатель заканчивает чтение стихотворения, пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются, пес гонится за ними и старается поймать кого-нибудь и увести к себе. Когда все дети спрячутся, пес возвращается на место и опять ложится на коврик.

Не догонит нас пес!

**Указания к проведению.** Место, где находится пес, и место, куда убегают дети, должны располагаться подальше одно от другого, чтобы было пространство для бега. Воспитатель следит за тем, чтобы дети не трогали пса при приближении к нему и не толкали друг друга, убегая от него.

**Воробушки и кот** **Цель.** Учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убегать, находить свое место; приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

**Описание.** Дети становятся на невысокие скамеечки или кубики (высотой 10-12 см), положенные на пол в одной стороне площадки или комнаты. Это воробушки на крыше. В другой стороне, подальше от детей, сидит кот, он спит. "Воробушки вылетают на дорогу", - говорит воспитатель, и дети спрыгивают со скамеек, кубиков, разлетаются в разные стороны. Просыпается кот, он потягивается, произносит "мяу-мяу" и бежит ловить воробушков, которые прячутся на крыше. Пойманных воробушков кот отводит к себе в дом.



**Резвятся воробушки, пока кот спит**

*Указания к проведению.* Скамеечки и кубики следует раскладывать подальше один от другого, чтобы детям было удобно стоять и прыгивать, не мешая друг другу. Воспитатель следит, чтобы дети, прыгивая, приземлялись мягко, показывает, как это надо делать. Первое время, когда в роли кота выступает воспитатель, кот не ловит воробушков, а только пугает, делая вид, что ловит их. Когда же на роль кота будет выбран ребенок, он может ловить детей.

## Такси

*Цель.* Приучать детей двигаться вдвоем, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнерам по игре.

*Описание.* Дети становятся внутрь большого обруча (диаметром 1 м), держат его в опущенных руках: один - у одной стороны обода, другой - у противоположной, друг за другом. Первый ребенок - водитель такси, второй - пассажир. Дети бегают по площадке или по дорожке. Через некоторое время меняются ролями.



*Указания к проведению.* Одновременно могут играть 2-3 пары детей, а если позволяет площадь - то больше. Когда дети научатся бегать в одном направлении, воспитатель может дать задание двигаться в разных направлениях, делать остановки. Можно место остановки обозначить флажком или знаком стоянки такси. На остановке пассажиры меняются, один выходит из такси, другой садится

Вот как быстро едет такси

## Подвижные игры в ДОУ

В детских садах основное внимание уделяется организации дидактических и сюжетно-ролевых игр, а подвижные игры включаются лишь в физкультурные занятия, либо хаотично организуются детьми на прогулке. Подвижные игры просты в организации, всегда интересны детям и эффективны не только для физического развития, но и социального и интеллектуального, так как многие из них требуют смекалки, скорости реакции, внимательности, выработки стратегии. Подвижные игры с правилами, как и занятия физкультурой, вырабатывают у детей сосредоточенность внимания при запоминании движений, точность движений и ориентировки в окружающей обстановке, ловкость и скорость движений, умение выполнять движения в одном темпе с коллективом, волевые качества: выдержку, смелость, умение преодолеть трудности, умение не уклоняться от правил, переживать поражение и победу, умение выслушивать замечания и корректировать свои движения. Все это дает основание ребенку сопоставлять свои действия с действиями сверстников, в результате чего создаются условия, способствующие становлению начальных форм самооценки и самоконтроля ребёнка, что имеет

огромное значение и для учебной деятельности (будущей и настоящей), и для полноценной жизни в коллективе.



Каковы же условия организации и проведения подвижных игр в ДОУ?

Условие 1. Учет возрастных и индивидуальных особенностей детей

С детьми младшего дошкольного возраста после окончания игры оценивается, как проходила игра, как дети выполняли правила, как относились друг к другу. В старших группах постепенно вводятся элементы соревнования, сравниваются силы команд, а потом и отдельных игроков.

В подвижных играх успешность и активность детей зависит не только от уровня физического развития, но и от самооценки. Дети со средним уровнем физического развития, но с высокой самооценкой чувствуют себя увереннее, смелее, не боятся брать на себя роль ведущего и уверены в том, что своими силами смогут справиться с заданием, активнее проявляют свои интересы, ставят перед собой более высокие цели, чем те, кто при прочих равных возможностях занижает самооценку. Поэтому при подборе участников подвижной игры, при формировании команд педагог должен понимать, что результат игры и ее педагогическое влияние на формирование самооценки детей зависит от состава ее участников. Подобного рода взаимодействие должно учитывать не только уровень самооценки и физического развития, но и степень самостоятельности, инициативы и



исполнительности участников игры. Также должны учитываться гендерная принадлежность детей и характер межличностных отношений.

В каждой группе детского сада есть, по крайней мере, три типа детей, которые по-разному себя ведут во время любой деятельности, в том числе игровой, и соответственно требуют разного подхода.

### Дети первого типа

Дети первого типа очень активны, подвижны, склонны к сильному возбуждению. Они охотно принимают любую новую игру и с энтузиазмом включаются в нее. Обычно они быстро схватывают суть игры и стремятся взять на себя активные роли. Но часто эти воспитанники не обращают внимания на других, и заняты демонстрацией собственных возможностей. Для таких детей наиболее трудными оказываются правила, сдерживающие их спонтанную активность: дожидаться своей очереди, не двигаться до определенного сигнала, уступать главную роль или привлекательный предмет другим, выполнять игровые действия точно, быстро, но аккуратно. Вместе с тем выполнение именно этих правил особенно полезно для них.

С детьми этой группы можно организовать игры, где необходимо выполнить достаточно сложные для дошкольника действия (игра «Черепаша-путешественница»), либо проявить максимум ловкости (игра «Капканы»), либо совершать простые действия, но результат игры будет зависеть не от скорости, а от точности и аккуратности действий (игры «Водолей», «Водонос», «Городки»). При проведении игр необходимо постараться показать детям важность соблюдения правил и сделать так, чтобы они получили удовлетворение от их выполнения.

### **Игра 1. Черепаша-путешественница**

Черепаша – медлительное животное. Попробуйте двигаться быстро, если у вас на спине настоящий дом-панцирь. И все же черепаха преодолевает большие расстояния, путешествуя по пустыне. Для этой игры каждой команде понадобится таз (металлический или пластмассовый). Первый участник встает на четвереньки, ему на спину устанавливают таз вверх дном. Получилась черепаха. Теперь она должна пройти путь до поворота и обратно, не потеряв при этом свой панцирь-таз. Поскольку таз ничем не закреплен, то ребенок поневоле должен двигаться осторожно, а, следовательно, медленно, как черепаха. Иначе есть риск остаться без панциря, а

для черепахи это равносильно гибели. Когда игрок доползет до старта, с него снимают черепаший панцирь и устанавливают его на спине другого участника.

### **Игра 2. Капканы**

Шесть играющих встают парами, взявшись за обе руки и подняв их вверх. Это капканы, они располагаются на незначительном расстоянии друг от друга. Все остальные играющие берутся за руки, образуя цепочку. Они должны двигаться через капканы. По хлопку ведущего капканы «захлопываются», т.е. ребята, изображающие капканы, опускают руки. Те играющие, кто попался в капкан, образуют пары и тоже становятся капканами. В этой игре выясняется самый ловкий и быстрый из ребят – тот, кто сумел до конца игры не угодить ни в один капкан.

### **Игра 3. Водолей**

Этот знак Зодиака изображают в виде юноши, льющего воду из кувшина. В игре тоже придется лить воду, а точнее – переливать. И не из кувшина, а из одной бутылки в другую. Поэтому приготовьте для каждой команды по две пол-литровые бутылки с узким горлышком. Одну из них наполните водой, а вторую установите на табурете рядом с поворотной отметкой. Как только будет дан старт, первый участник бежит с полной бутылкой к поворотной отметке и там как можно быстрее переливает ее содержимое в пустую бутылку, не пользуясь никакими подручными средствами (например, воронкой). На табурете остается пустая бутылка, а «водолей» возвращается к команде и передает полную бутылку следующему игроку. Когда все участники команды побывали «водолеями», судьи подводят итоги: какая команда потеряла меньшее количество воды. Более быстрая и более умело льющая воду команда становится победителем.

#### **Игра 4. Водонос**

В древние времена, когда еще не был изобретен водопровод, у людей была профессия – разносчик воды, или водонос. Этот человек набирал у источника воду и нес ее в город людям. При этом он стремился не расплескать ни капли воды. Сегодня вам предстоит стать водоносами и нести тарелку, наполненную до краев водой, при этом не расплескать ни капли. Дети выстраиваются на линии старта друг за другом. Первый берет в руки тарелку, наполненную водой, и по сигналу начинает движение вперед. Ребенок должен дойти до поворотного флажка и вернуться обратно. Затем тарелка передается следующему игроку, таким образом, все члены команды должны проделать этот путь.

У этой игры могут быть варианты:

тарелка удерживается одной рукой (так носят официанты);

тарелка ставится на голову и придерживается одной рукой (так носят воду на Востоке);

тарелка удерживается двумя руками, но ребенок при этом движется спиной вперед;

вода наливается в стакан, который ставится на ладонь вытянутой руки.

В конце игры не забудьте проверить, много ли воды расплескали команды. Кто больше потерял, тот получает штрафные очки.

**Дети второго типа**

Дети второго типа более робкие, опекаемые, осторожные. Они обычно не сразу понимают суть игры и не слишком охотно переключаются на новую для них деятельность. Сначала они держатся напряженно, без интереса наблюдают за действиями других детей. Ни в коем случае не надо заставлять такого ребенка брать на себя активную роль, пока он не будет готов к этому. Наблюдая за игрой и принимая в ней сначала пассивное участие, он постепенно заражается от взрослого и от сверстников интересом к игре и через некоторое время начинает сам проявлять инициативу. Конечно, это становится возможным при поддержке и одобрении (но ни в коем случае не принуждении!) воспитателя. Для этих детей будут привлекательны игры с простыми действиями, где результат зависит от скорости и аккуратности движений (игра «Водочерпалка»), от сосредоточенности и ловкости (игры «Городки», «Рыбак и рыбки»), либо от развития психических процессов (памяти, внимания, требующихся в игре «Водяной»).

Каждая игра имеет свою игровую задачу и именно ею воспитателю необходимо увлечь ребят. Вместо дежурных слов «А сейчас мы беем играть в ...» можно «нарисовать» перед детьми яркую картину предстоящего действия. Иногда полезно сыграть на самолюбии детей, выразив сомнение в

их силе и ловкости. Тогда в конце игры надо не забыть признать ошибочность своих сомнений, похвалив смелость, ловкость, быстроту и точность движений каждого ребенка. Таким образом, детское самоощущение проходит несколько этапов: «Я хочу, но боюсь», «Я попробую, вдруг получится», «У меня получилось! Я хочу попробовать еще раз», «Меня похвалила воспитатель, значит у меня действительно хорошо получилось», «Я хочу поиграть в другие игры, вдруг я выиграю», «Я выиграл, следовательно, я способный. Я могу! У меня получится!».

### **Игра 5. Водяной**

Водящий сидит в кругу с закрытыми глазами. Играющие двигаются по кругу со словами:

Дедушка Водяной,  
Что сидишь под водой?  
Выгляни на чуточку,  
На одну минуточку.

Круг останавливается. Водяной встает и с закрытыми глазами подходит к одному из играющих. Его задача – определить кто перед ним. Водяной может трогать стоящего перед ним игрока, но глаза открывать нельзя. Если Водяной отгадывает имя игрока, то они меняются ролями и игра продолжается.

### **Игра 6. Водочерпалка**

Тарелка с водой устанавливается на табурете в 2-3 метрах от линии старта, а пустая банка устанавливается на поворотной отметке. Первый участник берет ложку и бежит к тарелке, зачерпывает ложкой воду и двигается к банке, чтобы вылить туда воду. Затем он возвращается к команде и передает ложку следующему игроку. Игра продолжается до тех пор, пока дети не вычерпают всю воду из тарелок. Важно, чтобы количество воды в банке оказалось таким же, каким было в тарелке. Судьи проводят замер воды и определяют победителя.

### **Игра 7. Городки**

Принцип игры аналогичен боулингу. На расстоянии 8-10 метров от стартовой линии устанавливаются вплотную кегли, кубики, коробки или пластиковые бутылочки с песком в количестве 5 штук. Каждый участник команды получает право на один бросок, после которого мяч переходит к следующему игроку. За каждый сбитый предмет игрок получает 1 очко. Все сбитые мишени устанавливаются на прежнее место. Побеждает команда, у которой больше точных попаданий, т.е. набравшая больше очков.

Можно менять варианты бросания мяча: его можно катить рукой или ногой, бросать обеими руками из-за головы.

### **Игра 8. Рыбак и рыбки.**

Дети встают в круг – это рыбки; в центре – рыбак (воспитатель) со скакалкой в руках (удочкой). Длина скакалки должна быть больше, чем расстояние от рыбака до любой рыбки. Рыбак низко над землей крутит удочку, а рыбки должны перепрыгнуть через скакалку в тот момент, когда она приближается к их ногам. Сложность игры заключается в расчете времени прыжка. Если прыгнуть раньше или позже, то скакалка запутается вокруг ног, и тогда рыбка считается пойманной и выбывает из игры. Побеждает самый внимательный ребенок – кто дольше всех продержался.

## **Дети третьего типа**

Однако не все дети включаются в игру даже при поддержке воспитателя. В группе могут оказаться вялые, пассивные воспитанники, которые отстают в развитии от сверстников и не могут действовать наравне с ними. Даже при многократном повторении игры у них присутствует страх не справиться с заданием, поэтому, чтобы не ощущать свою неумелость, эти дети придерживаются тактики невмешательства в коллективные игры сверстников.

Такие дети требуют особого внимания со стороны воспитателя. Коллективная подвижная игра с ними не эффективна. Они нуждаются в личном контакте со взрослым, в его личном внимании, объяснении, поощрении. Поэтому для нормального психического и личностного развития этих детей необходимо сначала включать их в игры с двумя-тремя медлительными детьми или младшими по возрасту, а потом в это игровое сообщество добавлять одного-двух ровесников поактивнее.

Как правило, у этих детей занижена самооценка и педагогу потребуется больше времени, чтобы ребенок в своих самоощущениях перешел от мысли «Я хочу, но боюсь» к осознанной уверенности «Я могу! У меня получится!». Игры «Художники», «Белочка с орехами», «Каракатица», а также «Городки» наиболее подходящие для детей данной группы, так как их можно проводить с минимальным количеством детей, они не содержат сложных действий и не требуют особой ловкости. Когда дети освоятся в этих играх, усложнять надо не содержание игр, а включать в состав участников игры одного или двух более сильных игроков, чтобы темп игры постепенно наращивался.

### **Игра 9. Художники**

Художник обычно имеет дело с красками, но раз сегодня у нас водные эстафеты, то мы будем рисовать картину разноцветной водой, а кисточку мы заменим ложкой. В 2-3 метрах от старта крепится белое полотно 50X50 см, а на линии старта располагаются несколько стаканов с подкрашенной в разные цвета водой. В руках у первого участника ложка, т.е. кисть. Игрок зачерпывает ложкой любую краску, бежит к холсту и выливает на него подкрашенную воду. Побеждает та команда, чей холст быстрее превратиться в разноцветную картину без единого белого пятнышка.

### **Игра 10. Белочка с орехами.**

Белка – пушистый, подвижный и очень ловкий зверек. Она прыгает с дерева на дерево, умудряясь при этом нести грибы, ягоды и орехи. Для этой игры приготовьте для каждой команды по 5-7 обручей, в зависимости от длины дистанции, и по одному мячу. Обручи расположите в шахматном порядке на земле так, чтобы из одного можно было допрыгнуть до следующего. Задача «белочек» пронести орех (мяч), прыгая с дерева на дерево (из обруча в обруч), сначала до поворотной отметки и затем обратно. Вернувшись к себе в «дупло», игрок передает «орех» следующей «белочке». Игру можно усложнить, если «орехов» будет два или три, так как удержать их будет сложнее.

### **Игра 11. Каракатица**

Большинство насекомых и животных передвигаются на четырех конечностях. Когда-то и наши предки передвигались таким же способом. Давайте попробуем, насколько это удобно. Самых

распространенных вариантов такого бега существует три: «бег на четвереньках головой вперед», «бег на четвереньках головой назад» (так передвигается рак) и «бег на четвереньках спиной вниз и вперед ногами». Последний самый сложный, но самый смешной и занимательный для детей способ. Попробуйте освоить все три варианта и проведите три забега.

## **Условие 2. Проведение с детьми беседы о восприятии победы и поражения**

В подвижных играх сверстники вступают в сложные взаимоотношения, в которых переплетены моменты взаимной поддержки и соревнования. В игре, с одной стороны, ребенок хочет «быть как все», а с другой - «лучше, чем все». Стремление «быть как все» в определенной степени стимулирует развитие ребенка и подтягивает его до общего среднего уровня. Потребность в признании «быть лучше, чем все» проявляется в желании ребенка выиграть.

Исходя из того, что дети будут сильно стремиться выиграть, быть победителем, а столкнувшись с трудностями и неудачами, они испытают отрицательные эмоции разочарования и страха, целесообразно провести с ними несколько бесед на тему «Сегодня – побежденный, завтра – победитель». В процессе беседы необходимо подвести детей к выводу «Невозможно победить, не рискуя проиграть!». Можно рассказать детям о некоторых спортсменах и знаменитых людях, которые не сразу прославились, а прежде испытали горечь разочарований.

## **Условие 3. Создание ситуации успеха**

Стремление «быть лучше, чем все» создает мотивы достижения успеха, является одним из условий развития воли и формирования рефлексии, т.е. способности осознавать свои достоинства и недостатки. Следовательно, у детей необходимо повышать уровень притязаний, иногда прибегая к целенаправленному созданию ситуации успеха: начать с простых игр, где каждый ребенок может выиграть. Далее необходимо поддерживать стремление «быть лучше всех», т.к. это позволит ребенку обрести уверенность в себе и стать более активным в деятельности и в общении.

Эмоции успеха в подвижных играх дошкольников имеют огромную силу, на что указывают высказывания многих педагогов. «Успех окрыляет ребенка, способствует выработке у него инициативы, уверенности в своих силах, обеспечивает впоследствии формирование характера борца, верящего в свои силы».

«Переживание успеха приходит тогда, когда сумеешь преодолеть себя, свое неумение, незнание, неопытность. Личность ребенка словно вырастает в успехе, в то время как неудачи заставляют его скукоживаться, сворачиваться, замыкаться от сознания своей второсортности».

Скорость развития чувства уверенности в себе и повышения самооценки зависит от того, каких результатов добивается ребенок в игре, насколько часто его преследуют неудачи и как они оцениваются сверстниками и взрослыми. Если успехи в игре встречаются чаще, чем неудачи, присутствует личная удовлетворенность собой, гордость за себя и появляется потребность добиваться успехов в ситуации соревнования с другими детьми в более сложных играх и вообще других видах деятельности. Если, напротив, неудачи в подвижных играх встречаются чаще, чем успехи, то у ребенка пропадает уверенность в собственных силах, снижается уровень притязаний и поведением руководит мотив избегания неудачи: стремление в любой ситуации действовать так, чтобы избежать неудачи, особенно там, где результат деятельности оценивается другими людьми.

Условие 4. Постепенный переход от коллективных игр и командных соревнований к подвижным играм, где важен индивидуальный результат

**Подвижные игры необходимо подбирать с учетом уровня сложности и цели их проведения.**

**Цель первого этапа** – мотивационная: получение детьми удовольствия от самого процесса игры и укрепление желания играть в подвижные игры. Достижению этой цели будут способствовать такие игры, как «Водяной», «Белочка с орехами», «Каракатица», «Городки». Играя в эти игры, важно выработать у детей готовность к любой активности, если она приносит радость.

**Цель второго этапа** – функциональная, она связана с выполнением правил игры, освоением новых движений, ролей, развитием ловкости и скорости движений. Очень важно в начале предлагать детям знакомые («Рыбак и рыбки», «Городки») или новые, но простые подвижные игры (например, Капканы») или организовывать командные соревнования (каждая игра, типа «Художники», «Водочерпалка», «Водолей» используются отдельно как командное соревнование), в которых горечь поражений не воспринимается как личная неудача.

**Цель третьего этапа** – соревновательная: ребенок должен добиться результатов, войти в тройку лучших игроков, выиграть. После того, как многие дети почувствуют, что, если сосредоточиться и хорошо постараться, то можно выиграть, и условия первоначальных игр уже не стали представлять для детей особой сложности, целесообразно вводить дополнительные правила, усложняющие игру и путь к победе, либо подбирать более сложные игры, требующие высокой точности движений, гибкости, ловкости, сообразительности. Чем сложнее игра (типа «Черепашка-путешественница», «Водонос»), тем больше радости приносит победа в честной борьбе. На этом этапе можно скомбинировать из различных игр эстафету в форме командных или индивидуальных соревнований. Например, игры «Художники», «Водочерпалка», «Водолей», «Водонос» могут составить четыре этапа «Водной эстафеты». Игры «Белочка с орехами» (прыжки с мячом), «Городки» (метание), «Каракатица» (бег на четвереньках) и «Черепашка-путешественница» (координация движений) могут быть этапами «Веселых стартов».

**Условие 5. Соблюдение детьми правил игры**

Подвижные игры всегда содержат правила, что придает игре объективный характер: правилам подчиняются все участники игры и наиболее ценна победа игрока, честно соблюдавшего все правила.

Чтобы помочь каждому занять достойное место в коллективе, преодолеть неуверенность робких детей, вызвать желание выполнять не только второстепенную, но и главную роль в игре, полезно ввести правила поведения:

каждый ребёнок имеет право участвовать в игре;

желающие играть должны сообща договариваться, в какую игру будут играть;

ведущего выбирают дети с общего согласия всех участников игры;

при обсуждении кандидатур надо объяснить, почему одного ребёнка выбирают, а другого отстраняют;

дети должны самостоятельно решать спорные вопросы, организованно заканчивать игру;

если кому-то из детей не хочется больше играть, он должен сказать товарищам по игре и её ведущему о причине ухода;

все участники игры обязаны с уважением относиться друг к другу, считаться с мнением товарищей, проявлять требовательность к нарушителям правил в игре; как ведущий, так и участники игры имеют право давать советы, улучшать условия игры, расширять её содержание и правила с общего согласия товарищей по игре.

Оценивая вместе со взрослыми действия сверстников и отмечая их ошибки, ребёнок лучше усваивает правила игры, а потом и осознает свои собственные просчеты. Соблюдение правил приносит новый социальный опыт, постепенно возникают предпосылки к формированию сознательного поведения и самоконтроля, что вырабатывает произвольность поведения. Играя по-честному, то есть по правилам, дети завоевывают одобрение взрослого, признание и уважение сверстников.

#### **Условие 6. Педагогически грамотное распределение ролей**

Один из ответственных моментов в детских играх – распределение ролей. Для многих подвижных игр требуются капитаны, водящие, т.е. командные роли. Игровая практика детей накопила немало демократических примеров разделения ролей, таких, как жеребьевка, считалки, очередность выполнения роли в игре, бросание кубика с цифрами и т.п.

При распределении командных ролей педагогу следует исходить из того, что роль должна помогать неавторитетным укрепить авторитет, неактивным – проявить активность, недисциплинированным – стать организованными, детям, чем-то себя скомпрометировавшим – вернуть потерянный авторитет, новичкам или ребятам, сторонящимся детского коллектива – проявить себя, сдружиться со всеми.

Педагогу необходимо следить за тем, чтобы в игре не появлялось зазнайство, не появлялось превышение власти командных ролей над второстепенными. Необходимо следить за тем, чтобы у роли было действие: ребенок выйдет из игры, если ему нечего делать.



## Узбекские народные игры для детей 6-7 лет

### Чапан – куль

#### (поймай халат или цветной мяч)

Цель: Развитие у детей ловкости.

Атрибуты: Халат или мяч, мел.

Сидя на полу по- узбекски – для игры нужен халат(свернутый) или цветной мяч, который передается по рукам внутри круга. Водящий бегают с внешней стороны круга и старается поймать или запятнать «Чапан» в момент передачи его соседу.

Как только чапан пойман игрок, виновный становится на место водящего, а водящий садится в круг.

Игра продолжается.

### Румолча илиб ол

#### (достань платок)

Цель: Развитие скоростно-силовых качеств у детей.

Атрибуты: платочки, мел.

Дети строятся парами на расстоянии 10-15м от линии.

Мальчики садятся верхом на спину друг другу и изображают всадников.

По сигналу ведущего, девочки бросают платки за линию и убегают. Каждый из всадников старается быстрее поднять платок и передать его ведущему.

↑ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑ — девочки  
● ● ● ● ● ●  
□ □ □ □ □ □ — платочки  
• • • • • • — мальчики-всадники

### «Дорбоз»

#### (хождение по канату)

Цель: Развитие у детей координации движений.

Атрибуты: мел, картонный колпачок или коробка без дна.

В зале или на площади нарисовать дорожки длиной 6-10 м шириной 20 см. Надеть на лицо картонный колпачок или свободную коробку без дна. Передвигаться по узкой дорожке вперед и назад (спиной), выходить за границы дорожки нельзя. Идти прямо и обратно, затем передать колпачок следующему игроку.

### Оксок карга

#### (хромая ворона)

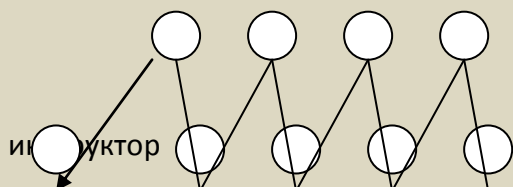


**Цель:** Развивать в игре быстроту и ловкость.

**Атрибуты:** мел, бинт или повязка.

Команды с равным количеством играющих выстраиваются друг против друга, по очереди каждый из играющих, завязывает себе одну из ног повязкой, так чтобы повязка обхватывала голень и бедро одной ноги.

По команде «Марш» игроки 2х команд на одной ноге скачут до линии противоположной команды, и затем, развязав повязку, бегут обратно, передают ее очередному игроку. Побеждает та команда, которая первая принесет повязку инструктору.



### «Дуппи - Тошлар»

(подбрасывание тубетейки или малого мяча)

**Цель:** Развитие бросания и ловли у детей.

**Атрибуты:** тубетейка или мяч.

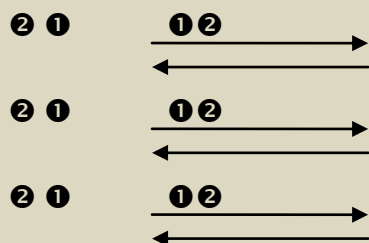
#### 2. Команды

Дети, вошедшие в одну команду садятся спиной друг к другу.

Перебрасывают мяч другой паре пока не уронят;

Если мяч упал **1** номера меняют с местами со **2**.

2. Игра продолжается.



### «Таекни даврога иргитиш»

(метание палки в круг)

**Цель:** Развитие точности и глазомера у детей

**Атрибуты:** мел, 2 палки 60-70 см.

Играющие делятся на 2 команды по 8 – 10 человек расстояние 8-12 м от черты рисуют 2 круга диаметр 2 метра. У каждой команды деревянные палки по 60-70 см.

С черты на расстоянии 2-3 метра играющие поочередно бросают палку стремясь попасть в круг так, чтобы палка осталась в круге. Каждый, кто попал в круг палкой, получает 3 очка, если палка попадает в круг не полностью, то дается 1 очко.

Команда, набравшая большее количество очков побеждает.

1. Каждый участник бросает палку поочередно по сигналу «Бросок».



2. На черту заступать нельзя

## « Пуфак»

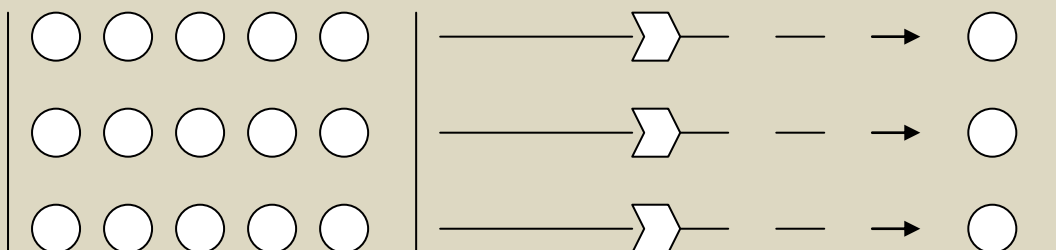
(шарик)

**Цель:** Развитие у детей быстроты и точности.

**Атрибуты:** мел, колышки, теннисные мячики.

В игре участвуют 2-3 команды 6-10 человек. От черты 5-6 м устанавливают ворота из 2х колышков, высота 20 см ширина 25см. У каждой команды по одному теннисному мячику. По сигналу по очереди катят мяч по земле и стремятся прокатить через ворота и получить 3 очка.

Если попадает в колышек, то засчитывается только 1 очко.



## « Гипадан хатлаш»

(прыжки через препятствия)

**Цель:** Добиваться прыгучести и смелости у детей

**Атрибуты:** веревочка

Для игры выбирают два человека, которые держат веревку на определенном расстоянии и на установленной высоте. По сигналу в порядке очередности преодолевается определенная высота, затем высота увеличивается игра, продолжается, пока игрок не сможет преодолеть высоту, он же становится на место игрока держать веревочку и игра продолжается.

Победитель-игрок прыгнувший выше всех.

## Ким Тез

(кто быстрее)

**Цель:** Развивать детей в игре быстроту, ловкость, сообразительность.

**Атрибуты:** камушки

Стоя в круг, в руках у детей камушки кроме одного игрока. По сигналу дети бросают камушки и отворачиваются. По другому сигналу поворачиваются, и кто быстрее поднимают камушки, кто не успел, тот выходит из игры, и убирается один камушек.



