

Игры наших предков

Игры с бегом: «Вышибалы»

Цель игры: Развитие ловкости, выносливости, меткости, координации движений, быстрота реакции, двигательных и коммуникативных способностей, закрепление и совершенствование умений и навыков владения мячом.

Оборудование: стандартный волейбольный мяч или обыкновенный резиновый мяч средних размеров, цветные мелки.

Участники: дети старшего дошкольного возраста, от 5 человек и больше.

Подготовка к игре: выбор площадки и выбор водящих.

Ход игры

На площадке очерчиваются 2 линии на расстоянии 5-7 метров друг от друга. Выбираются двое вышибал – водящих, остальные игроки собираются в центре между двух линий. Вышибалы встают за линии и кидают мяч в сторону друг друга, стараясь при этом попасть в игроков. Мяч, пролетевший мимо игроков, ловит второй вышибала, а игроки разворачиваются и спешно отбегают назад. Наступает очередь второго вышибалы бросать. Задача вышибал – попасть в игроков мячом. Задача игроков – уворачиваться и ловить «свечки». Тот, в кого попал мяч, считается выбывшим и покидает игровое поле. Если мяч сначала ударился о землю, а потом попал в игрока, данный удар не считается результативным. Когда на поле остается последний игрок, его задача увернуться от мяча столько раз, сколько ему полных лет. Если ему это удалось, игра считается выигранной, все выбывшие игроки возвращаются и всё начинается сначала. Если же последнего игрока выбили, то первые выбывшие становятся вышибалами и игра продолжается

«У медведя во бору»

Цель игры: Развивать внимание, ловкость, ориентироваться в пространстве.

Атрибуты: шапочка медведя

Участники: для детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста

Ход игры

Медведь выбранный жеребьевкой, живет в лесу. Дети идут в лес за грибами и ягодами и напевают песенку:

У медведя во бору, грибы ягоды беру,

Медведь постыл на печи застыл!

Когда играющие произнесли последние слова, медведь, до сих пор дремавший, начинает ворочаться, потягиваться и неохотно выходить из берлоги. Но вот медведь неожиданно бежит за играющими и старается кого-то поймать.

Пойманный становится медведем.

Правила игры: Медведь выходит из берлоги только после произнесения последних слов зачина. Дети в зависимости от поведения медведя могут не сразу бежать в свой дом, а подразнить его песней

"Жмурки"

Цель игры: развивать ловкость, внимание, смелость, учить ориентироваться в пространстве, соблюдать правило игры.

Место проведения: большое, свободное помещение.

Количество игроков: от 6 и более.

Возрастная категория: для детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста .

Атрибуты: повязка на глаза

Указания к проведению. Игру можно проводить как в комнате, так и на участке. Граница игровой площадки должна быть точно определена, и выходить за неё участки игры не должны. Если границу игровой площадки переходит жмурка, то его следует остановить словом "Огонь!".

Дети должны бегать неслышно около жмурки. Смелые игроки могут тихо подойти к нему, коснуться плеча, спины, руки и так же неслышно убежать; могут за спиной у жмурки произнести короткое слово: "Ку-ку!", "А-у!".

Ход игры.

Одному из играющих - жмурке завязывают глаза, отводят его на середину комнаты и заставляют повернуться несколько раз вокруг себя, затем переговариваются с ним, например:

- *Кот, кот, на чём стоишь?*

- *На мосту.*

- *Что в руках?*

- *Квас.*

- *Лови мышей, а не нас!*

После слов участники игры разбегаются, а жмурка их ловит. Кого он поймал, тот становится жмуркой.

Правила:

1. Если жмурка подойдет близко к какому-либо предмету, о который можно удариться, играющие должны его предупредить, крикнуть : "Огонь!".

2. Нельзя кричать "Огонь!" с целью отвлечь жмурку от игрока, который не может убежать от него.

3. Играющие не должны прятаться за какие-либо предметы или убегать очень далеко.

4. Играющие могут увёртываться от жмурки, приседать, проходить на четвереньках.

5. Пойманного игрока жмурка должен узнать, назвать по имени, не снимая повязки.

«Салки»

Цель игры: развивает ловкость, координацию движения, быстроту реакций, скорость, умение самостоятельно менять направление движения .

Место проведения: игровая площадка, большое, свободное помещение.

Количество игроков: компания детей

Ход игры.

Команда выбирает воду, разными способами, это могут быть считалки:

На золотом крыльце сидели:

Микки Маус, Том и Джерри

Дядя Скрудж и три утёнка

Выходи, ты будешь Понка.

Это может быть жребий, или просто по желанию. После выбора воды по сигналу, все игроки разбегаются в разные стороны, а вода должен их поймать. Поймав первого игрока, он громко кричит кто теперь вода, например: «Игорь вода». И все начинают убегать от Игоря. В игре салки есть свои правила. Вода не может гоняться за одним игроком, и если другие замечают что вода бежит за самым слабым, начинают его поддразнивать и кричать кричалки. В итоге даже пойманный игрок не засчитывается, вода продолжает ловить игроков.

Правила игры: Перед началом игры необходимо выбрать «домики» где вода не сможет поймать игроков. Но долго в домике находиться нельзя. Для маленьких детей, можно упростить условия игры, и договориться с ними, что если они присядут на корточки, или сделают из рук домик над головой, их нельзя ловить.

"Гори, гори ясно"

Цель игры: развитие памяти, внимания, мышления, ловкости, взаимопомощи, упражнять детей в умении самостоятельно менять направление движения .

Возрастная категория: 5-6 лет.

Атрибуты: платочек для водящего.

Ход игры

Дети образуют круг. Водящий (ребенок) под речевку ходит внутри круга. Дети все вместе говорят речёвку:

«Гори, гори ясно, чтобы не погасло, глянь на небо, птички летят, колокольчики звенят».

Как только заканчивается речёвка, водящий подходит к детям, взмахивает платочком между двумя детьми, как бы их разделяя. Эти два ребёнка бегут в разные стороны, обегая круг снаружи. И возвращаются к своему месту и ведущему.

Правила

Тот из «бегунов, кто» первым добежит до ведущего, выхватывает у него платок и становится сам водящим.

«Прятки»

Цель игры: развитие двигательных способностей, образного мышления, сообразительности, фантазии, ловкости, быстроты реакций.

Возрастная категория: для детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста.

Количество игроков: неограниченное количество участников.

Атрибуты: «волшебная палочка» для «застукивания» участников.

Ход игры.

Из общего числа игроков выбирается водящий, который становится около стены, поворачивается к ней лицом, закрывает глаза и начинает считать (например, до двадцати) громко, размеренно и отчетливо, чтобы остальные участники слышали. Тем временем остальные игроки ищут для себя подходящие места, чтобы надежно спрятаться. Затем он, досчитав до двадцати, громко произносит: «Раз, два, три, четыре, пять, я иду искать! Кто не спрятался, я не виноват!», и отправляется на поиски спрятавшихся игроков.

Увидев кого-либо, он должен добежать до того места, где велся отсчет, постучать по стене, при этом приговаривая, например: «Стук, стук, Лена!» Если же игрок, который прятался и его нашли, добежит до места назначения первым, обогнав водящего и постучав по стене со словами: «Стук, стук, я!», то он признается выигравшим и ожидает, пока найдут и «застучат» других участников.

При этом для «застукивания» можно использовать так называемую волшебную палочку, в роли которой способны выступать любые ветка или прутик. Для этого водящий или прибежавший первым игрок должен взять палочку в руки и постучать ею о стену либо об какой-либо предмет, сказав те же самые слова.

«Кошки и мышки»

Цель игры. Развивать силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Возрастная категория: 4-7 лет.

Количество игроков: неограниченное количество участников.

Атрибуты: шапочки кошки и мышки.

Ход игры.

Участники игры выбирают кошку и мышку, разными способами, это могут быть считалки.

Все дети формируют круг и держатся за руки, как в хороводе. Мышка должна находиться снаружи круга, а кошка — внутри. Задача кошки поймать мышку, а задача круга — не позволить это сделать.

Правила.

Именно тот факт, что дети держатся за руки — не дает кошке проникнуть в центр круга, они стараются препятствовать всеми способами.

В это время движения мышки не ограничены, и она свободно может передвигаться как в кругу, так и за его пределами.

Когда кошка наконец-то поймает мышку, мышка принимает роль кошки, а все остальные участники выбирают мышку.

«Золотые ворота»

Цель игры. Развивать умение ориентироваться в пространстве.

Возрастная категория: от 5 лет.

Ход игры.

Пара игроков встают лицом друг к другу и поднимают вверх руки – это ворота. Остальные игроки берутся друг за друга так, что получается цепочка. Все дети говорят: *Ай, люди, ай, люди, наши руки мы сплели. Мы их подняли повыше, получилась красота! Получились не простые, золотые ворота!* Игроки-ворота говорят стишок, а цепочка должна быстро пройти между ними. Дети – «ворота» говорят: Золотые ворота пропускают не всегда. Первый раз прощается, второй – запрещается. А на третий раз не пропустим вас! С этими словами руки опускаются, ворота захлопываются. Те, которые оказались пойманными, становятся дополнительными воротами. "Ворота" побеждают, если им удалось поймать всех игроков.

«День и ночь»

Цель игры. Развивать ловкость, внимание, умение быстро бегать, действовать согласно правилам игры.

Возрастная категория: 4-5 лет.

Место проведения: игровая площадка,

Атрибуты: диск с чёрной и белой сторонами

Ход игры.

Участники делятся на две команды: «День» и «Ночь». Их дома находятся на противоположных сторонах площадки, за чертой. Посредине проводится еще одна черта. На расстоянии одного шага от нее по ту и другую сторону выстраиваются команды спиной друг к другу.

Воспитатель говорит: «Приготовиться!» - а затем дает сигнал той команде, которая должна ловить. Если он сказал «День», то дети из команды «Ночь» бегут в свой домик, а дети из команды «День» поворачиваются и ловят их, только до границы дома убегающих.

Подсчитывается количество пойманных, затем все снова выстраиваются и ждут следующего сигнала.

Игра повторяется 4-6 раз. Воспитатель может назвать одну и ту же команду два раза подряд, но нужно, чтобы в общей сложности каждая команда ловила одинаковое число раз.

Выигрывает та команда, которая поймала больше детей.

«Казакк - разбойники»

Цель игры. Развивать ловкость, умение действовать в команде

Возрастная категория: 6-7 лет.

Количество игроков: от 10 человек

Ход игры.

«Казакк» находят место – «темницу», «разбойники» тем временем прячутся. «Разбойник» считается пойманным, если «казакк» до него дотронулся рукой. «Разбойник», которого взяли в плен, не имеет право убегать. Всех пленных приводят в «темницу», охраняемую «казакком». Разбойники могут освободить своих товарищей, дотронувшись до них. Но если в этот момент они сами будут пойманы «казакком- сторожем», то также попадают в «темницу». Игра считается законченной, когда все «разбойники» окажутся в «темнице».

Игры с прыжками: «Классики»

Цель игры. Развивать умение прыгать на одной (правой или левой) ноге, толкая перед собой предмет; ориентироваться на ограниченной площадке, соизмерять свои прыжки с размером клеток. Развивать глазомер, меткость.

Возрастная категория: от 4.

Атрибуты: плоский камешек, плиточка, мел.

Ход игры.

Для игры нужна твердая поверхность. На асфальте чертят обычные «классы» из 6-8 клеток 50см*50см (в два ряда по 3-4 клетки), у последней клетки рисуется полукруг-«огонь». Игрок бросает плоский камешек, плиточку в первую клетку, а затем прыгает в неё на одной ноге. Он должен остановиться, взять камешек и продолжать прыгать на одной ноге до конца. Затем прыжки начинают, забрасывая камешек во вторую клетку и т.д. Играют в игру по несколько человек, по очереди.

Правила

Игроку необходимо попасть камешком в нужную клетку. Если не удалось попасть в нужную клетку или во время прыжков он наступил на линию, то игру продолжает следующий игрок. Если же камешек упадет в «огонь» или игрок наступит ногой на линию «огня», то он должен начать игру сначала- бросать камешек, начиная с первой клетки. Игра заканчивается, когда игрок попадает камешком во все клетки и удачно (без ошибок) по ним прыгает.

"Лягушки"

Цель игры. Упражнять в прыжках и переброске мяча.

Атрибуты: мячи

Возрастная категория: от 4 до 7 лет

Ход игры.

Дети строятся в 3 или в 4 колонны и становятся перед стенкой у исходной черты. В руках у первых в колонне игроков мяч среднего или малого диаметра (в зависимости от подготовленности детей). Расстояние до стенки 1,5 – 2м. Ребенок бросает мяч о стенку, и перепрыгивают через него после отскока о пол (землю). Второй ребенок в колонне подхватывает мяч, бросает о стенку, перепрыгивает через мяч после отскока и так далее. Каждый следующий игрок после выполнения упражнения встает в конец своей колонны.

«Горячая картошка»

Цель игры. Развитие быстроты, ловкости, силы, выносливости, смекалки.

Возрастная категория: от 4 лет

Атрибуты: мяч

Ход игры.

Участвовать в развлечении могут от 6-ти до 12-ти ребят. Дети встают в круг и начинают в произвольном порядке перекидывать друг другу мяч, который в этой игре и является «горячей картошкой». Каждый должен поймать снаряд и, не задерживая его в руках дольше одной секунды, перекинуть дальше. Игроки также могут не ловить, а отбивать мяч ладошками, чтобы усложнить правила.

Участник временно выбывает из игры и садится в центр круга, если он не поймал, не отбил или уронил мячик. То же самое происходит с теми, кто задержал его в руках дольше одной секунды и «обжегся» горячей картошкой.

Вернуться в круг можно, поймав игрушку из положения сидя (вставать в «штрафной зоне» запрещается). Если кому-то одному удалось это сделать, в круг возвращаются все участники, находящиеся внутри. При этом игрок, кидавший мяч, занимает их место.

Если мяч при перекидывании задевает кого-то из сидящих в центре круга, то этот игрок возвращается в круг. При этом все участники, которые соприкасались с ним руками в центре круга, также возобновляют игру.

Действие продолжается до тех пор, пока в круге не останется один ребенок, который и считается победителем.

"Бабка-Ежка"

Цель игры. Развитие основных физических качеств: силы, выносливости, ловкости.

Возрастная категория: 4-7 лет.

Атрибуты: обруч, платок на голову.

Ход игры

С помощью считалки выбирают «Бабку-Ёжку». Она(он) встаёт в середину обруча.

Вокруг бегают ребята и дразнят:

«Бабка-Ёжка» костяная ножка,

Нос крючком, голова торчком,

С печки упала, ножку сломала

А как гром загремит, «Бабка-Ёжка» полетит.

По окончании слов «Бабка-Ёжка» сердится и пытается догнать ребят.

Правила

Количество участников игры не ограничено. Водящий должен дождаться, когда дети проговорят все слова до конца. Пойманных детей Баба Яга уводит к себе в дом.

«Петушиный бой»

Цель игры. Развитие силы, ловкости, выносливости, чувства равновесия в соревновательной обстановке

Возрастная категория: от 6 лет

Ход 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.

Дети перед началом игры договариваются, как они будут держать руки: на поясе, скрестно перед грудью или руками держат колено согнутой ноги

Правила.

1. Игравшие должны одновременно приближаться друг к другу

2. Руками толкать друг друга нельзя

Игры с мячом: "Хали – хало"

Цель игры. Развитие выдержки, быстроту реакции, ловкость, глазомер.

Возрастная категория: 5-7 лет.

Оборудование: мяч.

Ход игры

Выбираем водящего. Он берет мяч в руки и становится в центр круга, который образуют остальные игроки. Водящий подбрасывает мяч и называет имя любого игрока. Тот, чье имя назвали, должен поймать мяч, в это время все остальные разбегаются как можно дальше от него. Как только мяч пойман, игрок кричит: «Стоп!»

Все замирают на месте.

Игрок с мячом выбирает любого игрока, до которого ему нужно будет дотронуться мячом.

Дальше игрок начинает говорить, сколько и каких шагов ему понадобится для того чтобы достать до игрока.

После того, как названы все шаги, игрок с мячом выполняет их и должен кинуть мяч в сторону загаданного игрока. Если игрок мяч поймал или увернулся, водящий снова подкидывает мяч вверх и все повторяется сначала. Если попал, то игрок становится водящим.

Правила

- первого водящего выбирают считалкой.
- нельзя продолжать бежать после сигнала «Стоп!»

Усложнение/Упрощение

1. Шаги могут быть такие:

- гигантские — шаг на весь размах ноги
- человеческие — обычные шаги
- лилипутские — когда пятка одной ноги ставится сразу перед носком другой
- муравьиные — на носочках делают маленькие шажки (один шажок сразу перед другим)
- зонтики — кружок вокруг себя на одной ноге
- утиные — шаги вприсядку
- лягушка — прыжок
- верблюжьи — нужно было шагать туда, куда доплюнул

2. Интересно назвать несколько "развлекательных" шажков, чтоб было веселее. Например: "До Саши 7 гигантских, три зонтика, два лилипутских"

3. Дети сидят на скамеечке. Ведущий загадывает слово. Например: «Это фрукт на «а» начинается, на «с» заканчивается» (ананас). Можно загадывать слова по лексическим темам, загадки и т.д. Кто-то быстро называет ответ. Ведущий бросает мяч о землю, кричит: «Хали-хало» и убегает. Человек, который угадал слово, должен поймать мяч и, поймав, сказать «стоп» ведущему. Затем, сделав

пять шагов, он бросает мяч в ведущего. Если попал, начинает водить сам, если нет, водящий остается.

4. После того, как ведущий подал сигнал: «Стоп!», игроки «замирают» (двигаться, шевелиться нельзя).

«Я знаю пять имен».

Цель игры: развитие ловкости, двигательной активности, познавательных способностей и памяти.

Возрастная категория: от 4-х лет.

Оборудование: мяч.

Ход игры

Игрок берет мяч ударяет его о землю и ловит. Перед первым ударом произносит слова: Я знаю пять имен, о время удара игрок должен произнести имя и счет, словить мяч, опять ударить - произнести другое имя и счет, ударить и так далее. Если игрок забыл, не знает, не может долго вспомнить следующее имя, если повторил имя - игра останавливается и мяч передается другому участнику. Вместо имен можно перечислять клички животных, название цветов, породы животных, название рек, городов и так далее, выбор огромен, например: Я знаю пять названий цветов - ромашка раз, василек два, тюльпаны три...

Малоподвижные игры:

«Краски».

Цель игры: развивать у детей внимание и память.

Возрастная категория: от 4-х лет.

Ход игры.

Дети выбирают «хозяина» и двух «покупателей», все остальные играющие — «краски».

Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выберут цвет, хозяин приглашает одного из покупателей.

Покупатель стучится:

— Тук-тук!

— Кто там?

— Покупатель.

— Зачем пришел?

— За краской.

— За какой?

— За голубой.

Если голубой краски нет, хозяин говорит:

Иди по голубой дорожке,

Найди голубые сапожки,

Поноси да назад принеси!

Если же покупатель угадал цвет краски, он забирает краску себе. Подходит второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. Так покупатели проходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который угадал больше красок. При повторении игры он выступает в роли хозяина, а покупателей выбирают играющие. Покупатель не должен повторять дважды один и тот же цвет краски, иначе он уступает свою очередь второму покупателю.

"Я садовником родился"

Цель игры: развивать скорость реакции, слуховое внимание, актуализирует словарь по лексической теме «Цветы»

Возрастная категория: 5+.

Ход игры

Водящий-садовник шепотом и на ушко присваивает каждому игроку имя — название цветка, а потом произносит слова:

**«Я садовником родился,
Не на шутку рассердился,
Все цветы мне надоели,
Кроме...»** — и называет один из цветков.

Названный цветок должен откликнуться:

- **Ой!**
- **Что с тобой?**
- **Влюблен(а)!**
- **В кого?**
- **В...** (далее звучит название любого пришедшего в голову цветка)

Если такой игрок-цветок существует, то он должен откликнуться. Далее они с этим игроком ведут такой же диалог и он должен вспомнить еще какой-нибудь растущий рядом цветок.

Влюбляться можно и в садовника, но только не сразу после того как он назвал цветок.

То есть цепочки садовник-цветок-садовник быть не может.

Должно быть хотя бы садовник-цветок 1-цветок 2 -садовник.

Правила

Проигравшим считается тот «цветок», который забудет откликнуться или ошибочно среагирует на чужое имя. Такой игрок должен будет выполнить какое-либо задание: спеть песню, прокукарекать.

Задание-наказание придумывает водящий или вся компания «цветов» совместно.

Если игрок не отозвался на имя своего цветка или не смог придумать в кого он «влюблен», он становится садовником, и игра начинается сначала.

Усложнение/Упрощение

Можно усложнить игру, добавив ей подвижности: тот, кто назвался этим цветком, убегает. «Садовник» догоняет. Если догонит, то убегающий занимает его место, то есть становится «садовником».

"Колечко"

Цель игры: развитие коммуникативных способностей, снятие мышечного напряжения, повышение эмоционального настроения детей, быстроту реакции и мышления.

Возрастная категория: 4+.

Оборудование: Маленький предмет (колечко, монетка, камешек).

Ход игры

Перед началом игры все рассаживаются на скамейку в ряд (или стоят в кругу). Водящий, которого выбрали заранее с помощью считалочки, в сложенных ладонях (лодочка) зажимает колечко (монетку) и этими ладонями протискивается между ладонями каждого игрока, приговаривая: **«Я ношу-ношу колечко и кому - то подарю»**. Мимоходом он незаметно вкладывает колечко в ладони одного из игроков. Водящий может оставить «колечко» у первого игрока, но должен пройти всех игроков. Главная его задача – сделать все так, чтобы никто из игроков не заметил, кому он положил колечко. Для этого он может использовать ложные приемы – задерживать свои руки чуть дольше между ладонями одного из участников.

Как только водящий прошел всех игроков, он выкрикивает: **«Колечко, колечко, выйди на крылечко!»**. После этих слов тот, у кого «колечко», должен вскочить со скамейки (или выскочить из круга) и бежать, а остальные – должны его удержать. Если игрока никто не задержал и не задел рукой – он выиграл и водит следующим. Если его задержали, то водящий остается тот же.

Правила

1. Выбрать водящего, остальные садятся на скамейку (встают в круг).
2. Водящий берет в руки «колечко», складывает руки «лодочкой» и просовывает свои ладони в «лодочки» игроков. Его задача незаметно положить предмет.
3. После того, как колечко вложено, водящий вызывает его.
4. Задача игрока с колечком – соскочить со скамьи выскочить из круга в центр), чтобы его никто не задел и не задержал

Усложнение/Упрощение

Упрощение: игрок, у которого оказалось колечко, выходит в центр и становится водящим. Можно попросить его выполнить несложные движения, например, присесть, попрыгать, похлопать в ладоши или он сам показывает любое движение, а остальные игроки за ним повторяют.

