

Ловишки

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Развивать у детей ловкость, быстроту. Учить уворачиваться.

Дети находятся на площадке. Выбранный ловишка становится на середине. По сигналу «раз, два, три... лови» все играющие разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать кого-нибудь из детей и коснуться его рукой, запятнать. Тот, кого водящий коснулся рукой, отходит в сторону. Когда будет запятнано 3—4 играющих, выбирают другого водящего.

Указания. Можно использовать другие варианты игры: «Ловишки-перебежки», «Ноги от земли», «Ловишки в кругу» и др.

Пастух и стадо

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Закрепить у детей умение ползать на четвереньках по прямой. Развивать внимание.

Дети изображают стадо (коров, телят). Выбирают пастуха. Ему вручают пастушью шапку, хлыст и рожок. Стадо собирается на скотном дворе. Пастух стоит в отдалении. Воспитатель произносит:

Ранним – рано поутру
Пастушок: «Ту – ру – ру – ру!»
А коровки в лад ему
Затянули: «Му – му – му!»

На слова «ту-ру-ру-у» пастушок играет в рожок, после слов «му-му-му» коровки мычат. Затем дети становятся на четвереньки, и стадо идет на зов пастуха. Он гонит их в поле (на другую сторону площадки). Там стадо пасется некоторое время, затем пастух гонит его обратно в хлев. Выбирают нового пастуха. Игра повторяется 2—3 раза.

Указания. Для игры нужна достаточно просторная площадка. Дети не должны сбиваться в одно место.

Мышеловка

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Учить детей держать круг. Развивать ловкость, быстроту.

Играющие делятся на 2 неравные по составу группы. Меньшая группа, взявшись за руки, образует круг. Они изображают мышеловку. Остальные дети (мыши) находятся вне круга. Изображающие мышеловку начинают ходить по кругу, приговаривая:

Ах, как мыши надоели,
Все погрызли, все поели,
Берегитесь же плутовки,
Доберемся мы до вас.
Вот поставим мышеловки.
Переловим всех сейчас!

Мышеловка

Продолжение

Дети останавливаются, поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее. По сигналу воспитателя «хлоп» стоящие по кругу дети опускают руки, приседают — мышеловка захлопывается. Мыши, не успевшие выбежать из круга (мышеловки), считаются пойманными. Пойманные становятся в круг, мышеловка увеличивается. Когда большая часть детей будет поймана, дети меняются ролями — игра возобновляется. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. После того как мышеловка захлопнулась, мышам нельзя подлезать под руки стоящих по кругу или пытаться разорвать сцепленные руки. Наиболее ловких детей, которые ни разу не попались в мышеловку, следует отметить

МЫ, ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Учить детей уворачиваться; бегать не сталкиваясь. Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки также проверена черта. Сбоку от детей, примерно на середине между двумя линиями, находится ловишка. Ловишка назначается воспитателем или выбирается детьми. Дети хором произносят:

Мы, веселые ребята,
Любим бегать и скакать.
Ну, попробуй нас догнать.
Раз, два, три – лови!

После слова «лови» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих, ловит их. Тот, до кого ловишка сумеет дотронуться, прежде чем убегающий пересечет черту, считает пойманным. Он отходит в сторону. После 2 – 3 перебежек производится подсчет пойманных и выбирается новый ловишка. Игра повторяется 4 – 5 раз.

Указания. Если после 2—3 перебежек ловишка никого не поймает, все равно выбирается новый ловишка.

Гуси-лебеди

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Развивать внимание, ловкость и быстроту. Учить уворачиваться.

На одном краю площадки чертой обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположном краю стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором находится волк. Остальное место — луг. Дети, исполняющие роли волка и пастуха, назначаются воспитателем, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся на лугу, летают.

Пастух. Гуси, гуси!

Гуси (останавливаются и отвечают хором). Га, га, га!

Пастух. Есть хотите?

Гуси. Да, да, да!

Пастух. Так летите!

Гуси. Нам нельзя,

Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Пастух. Так летите, как хотите,

Только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья (вытянув в стороны руки), летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (коснуться рукой). Пойманные гуси идут в логово. После нескольких перебежек (по условию игры) подсчитывают пойманных волком гусей. Затем назначаются новые волк и пастух. Игра повторяется 3—4 раза. Вначале роль волка исполняет воспитатель.

Сделай фигуру

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Воспитывать у детей выдержку. Развивать внимание. Дети разбегаются по всей площадке. По сигналу воспитателя они быстро останавливаются на месте и принимают какую-нибудь позу: приседают, поднимают руки в стороны и т. п. Воспитатель отмечает, чья фигура интереснее.

Указания. К концу года игра усложняется, в нее вводятся групповые фигуры - парами, тройками. Кроме того, детям предлагается придумать фигуру в определенном положении: только стоя, стоя на четвереньках, сидя и пр.

ПОСПЕШИ, НО НЕ УРОНИ

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Развивать равновесие. Формировать правильную осанку.

Дети (с мешочками песка на голове или на ладони вытянутой вперед руки) по 6—10 человек перебегают с одного конца площадки на другой, стараясь обогнать друг друга.

Встречные перебежки

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Развивать у детей ловкость, быстроту. Учить выполнять правила игры.

Группа делится пополам. Играющие становятся на противоположных сторонах площадки за линиями в шеренгу на расстоянии не менее шага друг от друга. У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, желтые. По сигналу воспитателя «синие», дети с синими ленточками бегут на противоположную сторону. Стоящие напротив дети протягивают вперед ладошки и ждут, когда бегущие прикоснуться к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону площадки, останавливается за чертой, поворачивается и поднимает руки вверх. И т.д.

Хитрая лиса

Продолжение

Как только вопрос: «Хитрая лиса, где ты?» — будет произнесен в третий раз, играющий, выбранный хитрой лисой, быстро выбегает в середину круга, поднимает руку вверх и говорит: «Я здесь!» Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит (дотрагивается рукой). Пойманного лиса отводит к себе в дом. После того как лиса поймает 2—3 детей, воспитатель произносит громко: «В круг!» Играющие образуют круг, игра возобновляется. Игра повторяется 5—6 раз.

Указания. Если лиса выдала себя чем-нибудь, воспитатель назначает другую лису. Выбирать лису может и кто-то из играющих. Если лиса долго не может никого поймать, можно выбрать другого водящего. Если площадка очень большая, можно обозначить ее границы.

Удочка

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Учить детей перепрыгивать двигающийся предмет.

Дети становятся по кругу на небольшом расстоянии друг от друга. В центре круга воспитатель. Он вращает по кругу шнур, к концу которого привязан мешочек с песком. Играющие внимательно следят за мешочком, при его приближении подпрыгивают на месте вверх, чтобы мешочек не коснулся ног. Тот, кого мешочек заденет, делает шаг назад и выбывает временно из игры. Вскоре делается небольшой перерыв, затем игра возобновляется, в ней снова участвуют все дети.

Указания. Конец шнура с мешочком должен скользить по полу. Если все дети легко справляются с заданием, можно слегка приподнять мешочек от пола. Вращать шнур нужно не только по часовой стрелке, но и против. Для усложнения игры между двумя прыжками можно дать детям дополнительное задание: присесть и встать, повернуться 1 – 3 раза вокруг самого себя и др. Вместо подпрыгивания вверх можно отпрыгивать от удочки назад.

МЕДВЕДИ И ПЧЕЛЫ

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Учить детей слезать и влезать на гимнастическую стенку. Развивать ловкость, быстроту.

Улей (гимнастическая стенка или вышка) находится на одной стороне площадки. На противоположной стороне — луг. В стороне — медвежья берлога. Одновременно в игре участвует не более 12—15 человек. Играющие делятся на 2 неравные группы. Большинство из них пчелы, которые живут в улье. Медведи — в берлоге. По условному сигналу пчелы вылетают из улья (слезают с гимнастической стенки), летят на луг за медом и жужжат. Как улетят, медведи выбегают из берлоги и забираются в улей (влезают на стенку) и лакомятся медом. Как только воспитатель подаст сигнал «медведи», пчелы летят к ульям, а медведи убегают в берлогу. Не успевших спрятаться пчелы жалят (дотрагиваются рукой). Потом игра возобновляется. Ужаленные медведи не участвуют в очередной игре.

Указания. После двух повторений дети меняются ролями. Воспитатель следит, чтобы дети не спрыгивали, а слезали с лестницы; если нужно, оказывают помощь.

Кто летает?

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Развивать внимание.

Дети с воспитателем стоят по кругу. Воспитатель называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и нелетают. Называя предмет, воспитатель поднимает руки вверх. Например, воспитатель говорит: «Ворона летает, стол летает, самолет летает» и т. д. Дети поднимают обе руки вверх и произносят слово «летает» только в том случае, если воспитатель назвал летающий предмет.

Указания. На роль водящего назначаются и дети. Игра проводится сначала в медленном темпе, затем в быстром.

Свободное место

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Развивать ловкость, быстроту; умение не сталкиваться.

Играющие сидят на полу по кругу, скрестив ноги. Воспитатель вызывает двух рядом сидящих детей. Они встают, становятся за кругом спинами друг к другу. По сигналу «раз, два, три — беги» бегут в разные стороны, добегают до своего места и садятся. Играющие отмечают, кто первым занял свободное место. Воспитатель вызывает двух других детей. Игра продолжается.

Указания. Можно вызвать для бега и детей, сидящих в разных местах круга.

Два Мороза

Продолжение

После этого они перебегают в другой дом, а Морозы стараются их заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз. Они стоят так до окончания перебежки. Морозы подсчитывают, сколько играющих им удалось заморозить. После 2—3 перебежек выбирают новых Морозов. В конце игры подводится итог: какие Морозы заморозили больше играющих.

Указания. Игрок, который выбежит из дома до сигнала или останется в доме после него, тоже считается замороженным.

ПОДАРКИ

Продолжение

приземлению самолета: раздвинув руки в стороны, бегут плавно друг за другом по кругу. Когда стоящий в кругу скажет: «Стоп!», замедляют ход и плавным движением опускаются на корточки.

Изображая ту или иную игрушку, дети говорят и соответствующие слова:

*Скачет конь наш, чок, чок, чок,
Слышен топот быстрых ног.*

*Вот так кружится волчок,
Прожужжал и на бок лег.*

*Кукла, кукла попляши,
Красной лентой помаши.*

*Самолет летит, летит,
Летчик смелый в нем сидит.*

Стоящий в кругу ребенок выбирает какую-нибудь игрушку – одного из участников игры. Тот, кого выбрали, идет на середину круга, и игра начинается снова.

Два Мороза

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Развивать у детей ловкость и быстроту.

На противоположных сторонах площадки линиями обозначаются 2 дома. Играющие располагаются в одном из домов. Двое водящих, 2 Мороза (Мороз — красный нос и Мороз — синий нос) становятся посередине площадки лицом к детям:

Мы два брата молодые,
Я Мороз — синий нос,
Два Мороза удалые.
Кто из вас решится
Я Мороз — красный нос,
В дороженьку пуститься?
Все играющие хором отвечают:
Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз!

Лягушки и цапли

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Развивать у детей ловкость, быстроту. Учить прыгать вперед-назад через предмет.

Границы болота (прямоугольник, квадрат или круг), где живут лягушки, отмечаются кубами (сторона 20 см), между которыми протянуты веревки. На концах веревок мешочки с песком. Поодаль гнездо цапли. Лягушки прыгают, резвятся в болоте. Цапля (водящий) стоит в своем гнезде. По сигналу воспитателя она, высоко поднимая ноги, направляется к болоту, перешагивает веревку и ловит лягушек. Лягушки спасаются от цапли — они выскакивают из болота. Пойманных лягушек цапля уводит к себе в дом. (Они остаются там, пока не выберут новую цаплю.) Если все лягушки успеют выскочить из болота и цапля никого не поймает, она возвращается к себе в дом одна. После 2—3 игры выбирается новая цапля.

Указания. Вербки накладывают на кубы так, чтобы они могли легко упасть, если задеть их при прыжке. Упавшую веревку снова кладут на место. Играющие (лягушки) должны равномерно располагаться по всей площади болота. В игре могут быть и 2 цапли.

Волк во рву

Старшая группа **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

Цель: Учить детей перепрыгивать. Развивать ловкость.

Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий - волк. Остальные дети — козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова «Козы, в поле, волк во рву!» дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге через ров. Волк бежит во рву, стараясь осалить прыгающих коз. Осаленный ходит в сторону. Воспитатель говорит: «Козы, домой!» Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2—3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.

Указания. Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков

Стоп!

Старшая группа **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

Цель: Развивать внимание и быстроту. Воспитывать выдержку.

Все играющие становятся на линии, проведенной вдоль одной стороны площадки. На противоположной стороне кружком (диаметр 2—3 шага) обозначается

дом водящего. Водящий стоит спиной к детям и говорит: «Быстро шагай, смотри, не зевай! Стоп!» На каждое его слово все шагают вперед. Как только водящий произносит «Стоп!» — дети останавливаются, а водящий оглядывается и смотрит, кто не успел замереть на месте и шевельнулся. Он называет этих детей, они возвращаются на исходную линию. Затем водящий снова поворачивается спиной к играющим и говорит: «Быстро шагай...» Все продолжают шагать вперед с того места, где их застал сигнал «стоп». Вернувшиеся на исходную линию двигаются оттуда. Игра продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из детей не подойдет близко к водящему и не встанет в его дом раньше, чем он скажет: «Стоп!» Тот, кому это удастся, становится водящим.

Указания. Водящий может произносить слова в любом темпе. Воспитатель следит, чтобы дети на каждое слово делали шаг, но не бежали и не прыгали. Можно провести вариант игры с прыжками вперед на двух ногах.

Найди и промолчи

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Развивать внимание. Воспитывать выдержку.

Дети стоят в шеренге лицом к воспитателю. Он предлагает им повернуться и закрыть глаза, а сам в это время прячет какой-нибудь предмет. По разрешению воспитателя дети поворачиваются, открывают глаза и приступают к поискам спрятанного предмета. Нашедший предмет подходит к воспитателю и тихо на ухо говорит, где он его нашел. Если он сказал правильно, то отходит в сторону. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не найдут спрятанный предмет.

Указания. Воспитатель поручает прятать предмет и самим детям. Если кто-то затрудняется в поисках, можно подсказывать ему, говоря «холодно» или «жарко».

ВОРОБУШКИ И АВТОМОБИЛЬ

Продолжение

Игра повторяется с другим автомобилем.

Детям, изображающим в игре автомобиль, можно дать руль. Воспитатель следит, чтобы дети не убегали за границы площадки.

В игру можно ввести «клевание зернышек». Воспитатель говорит: **«Птички захотели есть и стали клевать зерна»**. При этих словах дети присаживаются на корточки и стучат пальцами о пол или о землю.

ФИЛИН И ПТАШКИ

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Развивать у детей ловкость и быстроту. Закрепить название птиц.

Играющие выбирают филина, он прячется в свое гнездо. Подражая крику той птицы, которую Выбрали, играющие «летят» по площадке. На сигнал «Филин!» все птицы стараются улететь в свои гнезда. Если филин успеет кого-то поймать, то он должен угадать, какая это птица, и только тогда пойманный становится филином.

УКАЗАНИЯ. Перед началом игры играющие называют птиц, голосу которых смогут подражать. Гнезда птиц и филина лучше устраивать на высоких предметах. Прячутся каждый в своем гнезде.

ЗЕМЛЯ, ВОДА, ВОЗДУХ

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Цель: Учить детей ловить мяч. Развивать ловкость и внимание, быстроту. Закрепить название рыб, птиц.

МЕСТО и ИНВЕНТАРЬ. Зал, площадка; малый мяч.

ПОДГОТОВКА к ИГРЕ. Играющие садятся по кругу. Руководитель с мячом в руках становится в середине круга.

ОПИСАНИЕ ИГРЫ. Игра начинается по указанию руководителя, который бросает любому из игроков малый мяч, называя одно из слов: земля, вода, воздух. Например, он говорит: «Вода». Игрок, которому руководитель бросил мяч, должен поймать его и быстро назвать рыбу или животное, живущее в воде (например, щука). Если учитель называет слово «воздух», то нужно назвать какую-нибудь птицу. После этого игрок бросает мяч другому игроку, называя одно из указанных слов. Можно в промежутке сказать: «Огонь». Тогда игрок должен ответить: «Горит, горит!» Игрок, допустивший ошибку, садится на расстоянии одного шага за круг и сидит до тех пор, пока кто-нибудь из игроков не допустит ошибку. Тогда тот садится за круг, первый идет на свое место в кругу. Побеждает игрок, ни разу не допустивший ошибку.

ИГОЛКА И НИТКА

Старшая группа **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

Цель: Учить действовать согласованно в группе.

ПОДГОТОВКА к ИГРЕ. Для игры надо приготовить две бутафорские иглы (длиной 100—120 см) и два клубка цветного шнура (тонкой веревки).

Играющие выстраиваются в две шеренги (по 10—12 человек в каждой) одна против другой. Первым номерам каждой шеренги дается по игле, а последним номерам — по клубку шнура.

ОПИСАНИЕ ИГРЫ. По сигналу, разматывая клубок (его игрок из рук не выпускает), конец шнура передают из рук в руки вдоль шеренги. Когда он попадает к первому игроку, тот продевает его сквозь ушко иголки и возвращает второму, который передает его дальше вдоль шеренги в обратном направлении. Когда конец шнура вернется к последнему игроку и шнур, продетый сквозь иглу, окажется сложенным вдвое, все поворачиваются направо (или налево) и вслед за ведущим, держась за нитку (как гласит русская поговорка: «Куда иголка, туда и нитка»), быстрым шагом обходят площадку по периметру (границы должны быть обозначены) и возвращаются на прежнее место. Побеждает команда, раньше выполнившая задание (если все правила соблюдены точно).

БЕГ СОРОКОНОЖЕК **(С ВЕРЕВКОЙ)**

Старшая группа **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

Цель: Учить детей действовать согласованно. Развивать у детей чувство команды.

ПОДГОТОВКА к ИГРЕ. Играющие делятся на 2—3 команды по 10—12 человек. Каждая команда получает длинную веревку. Игроки равномерно располагаются по обе стороны веревки, за которую они держатся соответственно правой или левой рукой.

ОПИСАНИЕ ИГРЫ. По сигналу команды бегут к финишу (дистанция в 30—40 м), все время держась за веревку. Выигрывает команда, прибежавшая к финишу первой, при условии, что ни один из ее участников не бросил веревки.

ВАРИАНТ ИГРЫ. Эту игру можно провести и по-другому. Каждая команда выстраивается в колонну по одному. Все поднимают вверх правую руку и держатся за шнур, натянутый вдоль колонны. По сигналу обе команды направляются к финишу (10—15 м) и возвращаются. Побеждает команда, вернувшаяся раньше.

змейки

Старшая группа **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

ЦЕЛЬ: РАЗВИВАТЬ УМЕНИЕ ДЕЙСТВОВАТЬ СОГЛАСОВАННО.

МЕСТО и ИНВЕНТАРЬ. Ровная площадка; 10 или больше лыжных палок.

ПОДГОТОВКА к ИГРЕ. На дистанции 40—50 м расставляются палки в два ряда, по пять или больше в каждом ряду, на расстоянии 5—6 м одна от другой. Играющие делятся на две команды и выстраиваются в колонну по одному, каждая за линией старта.

ОПИСАНИЕ ИГРЫ. По сигналу руководителя играющие обеих команд один за другим обходят змейкой расставленные палки, не задев и не уронив их, и, обогнув последнюю палку по прямой, возвращаются за линию старта, на свои исходные места. За каждую задетую или сбитую палку игрок получает своей команде штрафное очко. Побеждает команда, которая быстрее и без штрафных очков приходит на своё место за линией старта.

ИГОЛКА, НИТКА И **УЗЕЛ**

Старшая группа **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

ЦЕЛЬ: УЧИТЬ ДЕЙСТВОВАТЬ СОГЛАСОВАННО ДРУГ С ДРУГОМ; ЛОВКОСТЬ И БЫСТРОТУ.

МЕСТО. Зал, площадка.

ПОДГОТОВКА к ИГРЕ. Играющие выбирают троих водящих — «иголку», «нитку» и «узел». Кроме водящих, все соединяют руки и становятся по кругу. Водящие становятся полукругом.

ОПИСАНИЕ ИГРЫ. Игра начинается по указанию руководителя. «Иголка» бежит зигзагом под руками игроков, стоящих по кругу. Задача водящих: «нитка» должна догнать «иголку», «узел» — «нитку». Нитка и узел бегут за иголкой в том же направлении. Если узел догонит нитку или нитка — иголку, а также если нитка и узел перепутают путь движения за иголкой, то выбирают новых водящих, и игра начинается сначала.

ПРАВИЛА ИГРЫ. 1. Игрокам, стоящим по кругу, не разрешается трогать водящих руками и мешать им. 2. Нитка и узел должны бежать по тому же пути, что и иголка.

ПТИЦА БЕЗ ГНЕЗДА

Старшая группа **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

Цель: РАЗВИВАТЬ ВНИМАНИЕ; БЫСТРОТУ.

МЕСТО. Зал, площадка.

ПОДГОТОВКА к ИГРЕ. Выбирают водящего, «птенца без гнезда». Играющие встают в круг по два, лицом к центру. Первые игроки ставят руки на бедра — это «гнезда»; вторые игроки ставят руки первым на плечи — это «птицы». Водящий стоит в середине круга.

ОПИСАНИЕ ИГРЫ. Водящий говорит: «Все птицы, в полет!» Птицы оставляют свои гнезда и летают за водящим, руками имитируя движения крыльев. Внезапно водящий говорит: «Птицы, в гнезда!» Играющие бегут к стоящим по кругу игрокам и становятся за любым из них, положив ему руки на плечи. Водящий также старается занять одно из гнезд. Игрок, оставшийся без гнезда, становится водящим. После этого играющие меняются местами и ролями, и игра начинается сначала.

ПРАВИЛА ИГРЫ. 1. После команды «Птицы, в полет!» играющие должны оставить свои гнезда. 2. Вернуться в гнездо разрешается только после команды «Птицы, в гнезда!».

МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ

Старшая группа **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

Цель: Развивать внимание. Воспитывать выдержку.

МЕСТО. Зал, площадка.

ПОДГОТОВКА к ИГРЕ. Играющие выбирают водящего. Игроки, кроме водящего, становятся в круг на расстоянии вытянутых рук и обводят мелом вокруг ног небольшие кружочки. Водящий становится в середину большого круга.

ОПИСАНИЕ ИГРЫ. Игра начинается по указанию руководителя. Водящий ходит между игроками зигзагом. Проходя мимо какого-либо игрока, он говорит: «Море волнуется!» Игрок, которому водящий сказал эти слова и слегка коснулся его плеча, присоединяется к нему. Таким образом водящий приглашает игроков следовать за собой. Когда соберет в колонну приблизительно половину или всех играющих, если их мало, он водит их по всей площадке. Игроки подражают движениям волн. Водящий говорит: «Море спокойно!» Игроки стараются встать в один из кружков. Водящий также старается занять один из кружков. Оставшийся без кружка становится водящим, и игра повторяется.

ПРАВИЛА ИГРЫ. 1. Бежать к кружкам разрешается только после команды «Море спокойно!». 2. Не разрешается выталкивать друг друга из кружков.

ТРОЙКА

Старшая группа ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

ЦЕЛЬ: РАЗВИВАТЬ ЧУВСТВО РИТМА; ЛОВКОСТЬ И БЫСТРОТУ.

МЕСТО. Зал, площадка.

ПОДГОТОВКА к ИГРЕ. Играющие становятся по четыре человека, образуя «тройки»: трое становятся в один ряд и соединяют руки, четвертый становится за ними и берет передних за свободные руки. Первые три игрока изображают лошадок, сзади стоящий — кучер.

ОПИСАНИЕ ИГРЫ. По сигналу руководителя тройки начинают ритмично двигаться одна за другой по площадке. Играющие идут под музыку, или руководитель подсчитывает темп. Игроки двигаются то шагом, то бегом, то подскоками. Внезапно руководитель дает сигнал, после которого играющие разъединяют руки и разбегаются в разные стороны по площадке. Руководитель дает второй сигнал, после которого кучера ловят своих лошадок и запрягают их (составляют тройки, как в начале игры). Тройка, первой справившаяся с заданием, считается победительницей.

ПРАВИЛА ИГРЫ. 1. Игрокам не разрешается разъединять руки и разбегаться раньше сигнала руководителя. 2. Пойманные игроки не должны вырываться.

ВАРИАНТ ИГРЫ. 1. Лошадки в свободных руках держат концы скакалки — «вожжи», и кучер ими управляет. 2. Две лошадки и кучер.