

ИГРЫ С БЕГОМ



Средняя группа



«Мороз»

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

Описание.

Выбирается Мороз. Дети идут кругом и поют:

Дед Мороз! Дед Мороз!

У тебя красный нос.

Вместе с нами погуляй,

Не морозь, а догоняй!

Указания к проведению

Дети разбегаются в разные стороны. Мороз бежит за ними и старается дотронуться до кого-нибудь рукой. Тот, до кого дотронулся Мороз, считается замороженным. Он должен остановиться и развести руки в стороны. Остальные участники игры могут его разморозить, дотронувшись рукой до плеча. Игра проводится несколько раз. После каждых 3-5 пойманных выбирается новый Мороз. Выигрывает Мороз, который сумел заморозить больше детей.



«Пилоты»

Цель. бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убежать, находить свое место; приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание.

Дети разделены на 3-4 звена. Они стоят в колоннах друг за другом за командиром звена. Звенья расположены в разных местах площадки, отмеченных цветными флажками, - это аэродромы. По сигналу воспитателя «Пилоты, готовьте самолеты к полету!» дети разбегаются в разных направлениях по площадке, останавливаются каждый у своего самолета, наливают бензин (*наклоняются*), заводят моторы (*кружат руками перед грудью*), расправляют крылья (*разводит руки в стороны*) и летят (*быстро разбегаются в разных направлениях по площадке*). Самолеты находятся в воздухе до сигнала воспитателя «На посадку!». После этого сигнала командиры собирают свои звенья (*дети на бегу строятся в звенья*) и ведут их на посадку на аэродромы. Выигрывает то звено, которое первым приземлится.

Указания к проведению.

В игре целесообразно использовать различные атрибуты. Воспитатель может незаметно для пилотов поменять флажки, которыми обозначены аэродромы. Командиры должны правильно посадить звенья на свои аэродромы.



«КОСМОНАВТЫ»

Цель. бегать, не задевая друг друга, быстро убегать; приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание.

Взявшись за руки, дети идут по кругу и приговаривают:

Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам.

На какую захотим, на такую полетим!

Но в игре один секрет: опоздавшим места нет!

Указания к проведению.

Как только сказано последнее слово, все разбегаются по «ракетодромам» и стараются скорее занять места в любой из заранее начерченных ракет. Внутри каждой ракеты обозначено до 5 кружков. Это место для участника. Но кружков в ракетах меньше, чем участников. Опоздавшие на ракету становятся в общий круг. Им можно дать задание показать какое-нибудь упражнение.



«Водяной»

Цель. бегать, не задевая друг друга, быстро убежать; приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание.

Играющие, взявшись за руки, образуют круг. Водящий «водяной» становится в центре круга, закрывает глаза и вытягивает одну руку вперед. Это указатель. Играющие идут по кругу и хором громко произносят:

«Водяной - Водяной, что сидишь ты под водой?

Выйди на минуточку -поиграем чуточку: раз, два, три - гори!»

Указания к проведению.

После слова «гори!» Водяной открывает глаза и старается осалить кого-нибудь из убегающих играющих. Осаливать можно только в пределах ограниченного круга



«Птички и кошка»

Цель. бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убежать, находить свое место; приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание.

На земле обозначается круг. В центр становится выбранный воспитателем ребенок - это кошка. Остальные дети находятся за кругом - они птички. Кошка засыпает. Птички влетают в круг, клюют зернышки. Кошка просыпается, видит птичек и начинает ловить их. Птички спешат вылететь из круга. Тот, кого коснулась кошка в кругу, считается пойманным и идет на середину круга. Когда кошка поймает 2-3 птички, воспитатель выбирает новую кошку. Пойманные птички присоединяются ко всем играющим. Игра повторяется 4-5 раз.

Указания к проведению.

Кошка осторожно ловит птичек (не хватает их, а лишь слегка прикасается). Если кошка долго не может никого поймать, воспитатель выбирает ей в помощь еще одну кошку. Кот и мыши. Коту (водящему) завязывают глаза и несколько раз вращают вокруг собственной оси, чтобы он потерял ориентировку. Остальные участники игры - мыши, находясь на безопасном расстоянии от кота, начинают его поддразнивать:

- Кот, кот, на чем спишь?
- На мосту.
- Чего пьешь?
- Квас.
- Тогда лови скорее нас!

И все разбегаются. Задача кота - поймать хотя бы одну мышку. Когда мышка попалась, кота освобождают от повязки, и он становится мышкой, а пойманная мышка - котом. И все начинается сначала.



«Усатый сом»

Цель. бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убежать, находить свое место; приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание.

На земле чертят линию - это “берег”, с одной стороны суша, с другой стороны вода. Считалкой выбирают водящего - это Сом. Сом стоит в воде на расстоянии 6-7 метров от “берега”. Все остальные играющие стоят там же, но на расстоянии 3, 5-5 метров, лицом к “берегу”, и произносят слова:

“Под камнями сом не спит, Он усами шевелит,
Рыбки, рыбки не зевайте, Все на берег выплывайте”.

Указания к проведению.

После этих слов Рыбки убегают от Сома, а он пытается их осалить. Сом не должен выходить за линию “берега”. Рыбки могут отдыхать несколько секунд на берегу. Пойманные в “воде” Рыбки выходят из игры. Игра повторяется.



«Козленок.»

Цель. Учить детей двигаться в соответствии с текстом, увертываться от ловящего, находить свое место; приучать детей быть осторожными.

Описание.

Перед началом игры выбирается «козленок», который становится в середину круга, образованного остальными ребятами. Ребята берутся за руки и начинают ходьбу по кругу, произнося текст:

Выходи, козленок мой, пободаемся с тобой. *(дети идут по кругу, «козленок» идет противоположно)*

«Ме-ме-ме, - звучит ответ, - а у вас и рожек нет». *(«козленок» останавливается, отвечает, показывает рожки)*

Выходи, козленок мой, *(дети сужают круг, подходя к «козленку»)*

Поиграем мы с тобой. *(Отходят от него)*

«Ме-ме-ме, играть люблю, вот возьму и догоню» *(Дети останавливаются, «козленок», ответив, догоняет детей).*

Дети, которых осалил «козленок», выбывают из игры.

Указания к проведению.

Они могут наблюдать за игрой в указанном месте, а могут организовать спокойную игру – поиграть в ладошки, передавать мяч.

«Зоопарк»

Цель. бегать, не задевая друг друга, быстро убегать; приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание.

Дети образуют пары и становятся в две шеренги вдоль одной из стен (*сторон площадки*) на расстоянии 2 – 3 метров первые от вторых. Первые в паре – убегающие, «лисята»; вторые – догоняющие, «волчата». Инструктор произносит текст:

В зоопарке живут лисята, (*первые хлопают в ладоши*)

Вместе с ними играют волчата. (*вторые хлопают в ладоши*)

И как маленькие ребятишки играют они в ловишки.

(«Лисята» убегают, а «волчата» их догоняют).

Указания к проведению.

Если «волчонок» догнал «лисенка» из своей пары, они садятся на скамейку. По команде «Стоп!» все оставшиеся останавливаются. Подводится итог, кто из «волчат» смог догнать «лисенка» из своей пары.

