

# 5 ПОДВИЖНЫХ ИГР С ДЕТЬМИ

A group of five children are running happily in a grassy field. In the foreground, a girl in a yellow tank top and purple skirt runs towards the left. Behind her, another girl in a green t-shirt runs towards the right. Further back, two more girls in pink and red checkered shirts run, and a boy in a light blue shirt runs on the far right. The background shows a green hillside and trees under a blue sky.

## Горелки с платочком

**Цель:** Развивать выразительность движений и быстроту реакций на согласованность действий. **Содержание:** Все участники игры встают парами друг за другом, водящий стоит впереди колонны и держит в руке над головой платочек. Играющие говорят хором: **Гори, гори ясно, чтобы не погасло, глянь на небо – птички летят.** После слов «Птички летят!» игроки последней пары стремительно бегут вперед, и кто из них первый возьмет платочек, тот становится водящим впереди колонны, а опоздавший «горит», т.е. становится первой парой с бывшим водящим.

## Пингвины

Играющие встают в круг. У каждого ребенка мешочек, который он зажимает между колен. На счет педагога «1-8» дети выполняют прыжки на двух ногах по кругу. По сигналу «Хоп!» дети прыгают в круг боком, возвращаются на свое место в кругу. Задание выполняется в другую сторону.





# День и ночь

**Цель:** Развитие силовой выносливости, быстроты реакции. **Содержание:** На игровой площадке на некотором расстоянии друг от друга проводятся две линии. У одной линии выстраиваются мальчики, у другой — девочки. Между ними находится ведущий. Команда мальчиков — «ночь», команда девочек — «день». По команде «Ночь!» мальчики ловят девочек, по команде «День!» девочки ловят мальчиков.

A close-up photograph of several small, round, yellow potatoes in a wooden basket. The potatoes are fresh, with some green spots on their skin. A sprig of green parsley is tucked among them. The background is a soft, out-of-focus blue-grey color.

## Посадка картофеля

**Цель:** Развитие быстроты, силовой выносливости. **Содержание:** Создаются две равные команды. Игрок, стоящий первым, — капитан, он держит в руках мешочек с пятью картофлинами (камешками). На расстоянии двадцати-тридцати шагов от каждой колонны начерчены пять кружков. По сигналу капитаны команд бегут к кружочкам и сажают картошку по одной в каждый кружочек, затем возвращаются и передают мешочек следующему игроку, который, взяв мешочек, бежит собирать картошку, и т. д.



## С кочки на кочку

**Цель:** Закреплять навыки прыжка из круга в круг. Развивать ловкость и быстроту реакции.

**Содержание:** На земле чертят две линии — два берега, между которыми болото (расстояние между линиями 30 м). Играющие, распределяются парами на одном и другом берегу. Воспитатель чертит на болоте кочки — кружки (можно использовать плоские обручи) на разном расстоянии друг от друга. Двое детей по сигналу прыгают с кочки на кочку, стараясь перебраться на берег. Тот, кто оступился, остается в болоте. Выходит следующая пара. Когда все выполняют задание, воспитатель назначает, кому выводить детей из болота. Тот подает увязшему руку и показывает прыжками путь выхода из болота.