

Черепаша-путешественница

Вид движения: ползание

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.

Капканы

Вид движения: малой подвижности

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.

Водолей

Вид движения: бег

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.

Водонос

Вид движения: малой подвижности

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.

Водяной

Вид деятельности: хороводная игра

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.

Водочерпалка

Вид деятельности: бег

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.

Городки

Вид деятельности: метание

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.

Рыбак и рыбки

Вид деятельности: прыжки

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.

Художники

Вид деятельности: бег

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 превратится в разноцветную картину без единого белого пятнышка.

Каракатица

Вид деятельности: бег

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.

Белочка с орехами

Вид деятельности: прыжки

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 удерживать их будет сложнее.