

Консультационный центр «Диалог»

Картотека подвижных игр для детей 3-7 лет



Подвижные игры для детей 3-5 лет

1. «У медведя во бору»

В начале игры выбирается «медведь», который идет «спать» подальше — в другой конец площадки. Игроки произносят слова:

**У медведя во бору
Грибы-ягоды беру.
А медведь-то спит
И на нас не глядит.**

На первые четыре строчки играющие приближаются к медведю, ритмично ступая и имитируя движения по тексту: наклоняются, как будто собирают грибы, и «кладут» их в воображаемый кузовок. Игроки приближаются к медведю и произносят слова:

**Мы медведя приласкали,
Мы его пощекотали.
Зарычал медведь — беда!
Разбегайся кто куда!**

Игроки, в соответствии со словами, медведя гладят, щекотят, а когда он просыпается — разбегаются. Медведь их догоняет. Тот, кого поймал медведь, становится новым «медведем».

2. «Мой веселый звонкий мяч»

Инвентарь: мяч среднего диаметра по количеству игроков.

Цель игры: закреплять бросок мяча вперед.

Игроки строятся в шеренгу на одной стороне площадки с мячом в руках. Дети хором произносят текст и в такт словам слегка сгибают ноги в коленях:

**Мой веселый, звонкий мяч,
Ты куда пустился вскачь,
Красный, синий, голубой,
Не угнаться за тобой!**

С последними словами дети бросают мяч вперед и бегут за ним. Догнав мяч, поднимают его вверх.

!!!Мяч бросать двумя руками из-за головы, нельзя бросать мяч раньше времени, отмечают игроки, которые бросили мяч дальше.

3. «Лягушки и цапля»

Инвентарь: гимнастическая скамейка.

Цель игры: укреплять мышцы ног.

Игроки – «лягушки» стоят на возвышении на одной стороне площадки, водящий – «цапля» стоит в гнезде на другой стороне площадки на одной ноге. По команде «Лягушки – на болото!» лягушки спрыгивают с

возвышения, прыгают по «болоту» в приседе и «квакают». По команде «**Цапля!**» лягушки убегают в домик, а цапля их догоняет и пятнает.
!!!Спрыгивать, мягко приземляясь с носков на пятки.

4. «Пингвины и медведь»

Инвентарь: набивные мешочки по количеству игроков.

Цель игры: укреплять мышцы ног.

Игроки – «пингвины» находятся в «домике» на одной стороне площадки, водящий – «медведь» находится на противоположной стороне.

По команде «**Пингвины, пошли гулять!**» дети прыгают по площадке, удерживая мешочек коленями. По команде «**Медведь!**» берут мешочки в руки и убегают в домик. Медведь догоняет и пятнает пингвинов.

!!!Можно прыгать с мешочков в руках.

5. «Птенчики и орел»

Инвентарь: разноцветные кольца по количеству игроков.

Цель игры: улучшать пространственную и зрительную ориентацию.

Игроки – «птенчики» свободно расположены на площадке в «гнездах» - кольцах, водящий – «орел» находится в стороне от игроков. По команде «**Птенчики, полетели гулять!**» птенчики вылетают из своих домиков, бегают по площадке, «машут крыльями». По команде «**Орел!**» прячутся в свои гнезда, а орел старается их догнать и запятнать.

!!!Во время бега не наступать на гнезда, прятаться только в свое гнездо.

6. «Котята и щенки»

Инвентарь: гимнастическая скамейка.

Цель игры: закреплять лазание по гимнастической лестнице.

Участвуют 2 подгруппы игроков – «котята» и «щенята». Котята залезают «на дерево» - на гимнастическую лестницу, щенята садятся в «будку» - за гимнастическую скамейку на противоположной стороне площадки лицом к котьятам. По команде «**Котята, побежали гулять!**» котята слезают с лестницы и бегают по площадке. В это время щенята притворяются спящими. По команде «**Щенята!**» котята убегают в домик, а щенята перешагивают через скамейку, передвигаются в упоре на коленях за котьятами и «гавкают». Игра повторяется 2 раза, затем подгруппы меняются ролями.

!!! Щенята котят не пятнают, а только пугают.

7. «Лесные звери»

Инвентарь: 10-12 кеглей.

Цель игры: совершенствовать координационные способности и ловкость.

На площадке в свободном порядке расставлены кегли – «деревья». Игроки – «звери» бегают по «лесу» в рассыпную, оббегают деревья и стараются их не задеть. По окончании игры отмечают дети, которые не сбили кегли.

!!! Беговые упражнения чередуются с ходьбой.

8. «Пчелки»

Инвентарь: 4-5 обручей большого диаметра.

Цель игры: улучшать точность ориентировки в пространстве.

На площадке в свободном порядке расположены обруч – «ульи». Игроки – «пчелки» занимают ульи по 4-5 человек. По команде «**Пчелки, полетели за медом!**» дети разбегаются по площадке в рассыпную, имитируя руками взмахи «крыльев». По команде «**В ульи!**» бегут в свои домики. Игра повторяется 3-4 раза, отмечаются пчелки, которые собрались в своем домике быстрее других.

!!! Пчелки летают подальше от своих домиков.

9. «Вертолеты»

Инвентарь: разноцветные кольца по количеству игроков, 2 ленточки длиной 30-40 см на каждого игрока.

Цель игры: закреплять бег в рассыпную, развивать внимание и быстроту.

На площадке в свободном порядке лежат кольца – «аэродромы». Дети – «вертолеты» с лентами в руках занимают любой аэродром. По команде «**Вертолеты, заводим моторы!**» игроки в приседе делают вращательные движения руками над головой, имитируя движения пропеллера. По команде «**Полетели!**» бегают по залу в рассыпную, разведя руки в стороны. По команде «**На посадку!**» «приземляются» на свои аэродромы. Игра повторяется 3-4 раза, отмечаются самые внимательные вертолеты.

!!! Не сталкиваться, приземляться на свои аэродромы.

10. «Найди свою пару»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать внимательность и организованность.

Игроки на площадке строятся парами лицом друг к другу. По команде «**Разбежались!**» дети бегают по площадке в рассыпную, а по команде «**Найди свою пару!**» находят свою пару и берутся за руки.

!!! Отмечаются пары, которые быстро нашли друг друга.

11. «Отгадай, чей голосок»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: повышать активность слухового анализатора.

Игроки строятся в круг, в центре круга – водящий с закрытыми глазами. Дети идут по кругу, взявшись за руки, и говорят:

**Мы немножко поиграли,
А теперь в кружок мы встали,
Ты загадку отгадай,
Голосок чей угадай.**

Педагог выбирает одного из игроков, который произносит любое слово, стараясь сделать так, чтобы его голос не узнал водящий. Водящий

открывает глаза и угадывает имя того, кто подал голос. Если водящий не узнал голос, то подавший его выбирается водящим.

!!! Можно произносить не только слова, но и имитировать звуки животных.

12. «След в след»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: формировать точность двигательных действий.

Дети строятся в колонну за педагогом, который идет по снегу, оставляя за собой четкие следы. Дети шагают по следам педагога, стараясь не выходить за их границы.

!!! В процессе игры педагог изменяет ширину шагов и направление движения.

13. «Шишка – камешек»

Инвентарь: шишка, камешек.

Цель игры: учить поворачиваться кругом в колонне, воспитывать внимание.

Дети шагают в колонне по одному. Направляющий держит в руках шишку, а замыкающий колонну – камешек. По команде «**Камешек**» игроки поворачиваются кругом и шагают в обратном направлении, по команде «**Шишка**» снова шагают за направляющим. Если колонна шагает за направляющим и дается команда «**Шишка**», то нужно продолжить движение без поворота.

!!! В процессе игры можно менять направляющего и замыкающего колонну на другого игрока.

14. «Дрозд»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать дружелюбные и товарищеские взаимоотношения.

Дети строятся парами лицом друг к другу, говорят слова и в соответствии с текстом указывают на себя и на партнера.

**Я дрозд – ты дрозд,
У меня нос – у тебя нос,
У меня сладкие – у тебя сладкие (губы),
У меня гладкие – у тебя гладкие (щеки),
Я твой друг, и ты мой друг.**

С последними словами дети обнимаются, затем меняются парами, и игра продолжается.

!!! Партнера дети выбирают самостоятельно.

15. «Слушай сигнал»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать внимание и организованность.

Игроки шагают в колонне по одному. На быстрые удары в бубен (хлопки в ладоши или музыкальное сопровождение) выполняют ходьбу

короткими семенящими шагами, на медленные удары – широкие свободные шаги.

!!! Игру можно изменить и выполнить ходьбу врассыпную или ходьбу в парах.

16. «Затейники»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: формировать творческие способности.

Игроки строятся в круг, берутся за руки, в центре круга – водящий.

Дети идут по кругу и говорят:

**Ровным шагом, друг за другом
Мы идем за шагом шаг,
Стой на месте!**

Останавливаются.

Дружно, вместе сделаем вот так!

Водящий показывает любое движение, а дети его повторяют. Затем выбирается новый водящий.

Подвижные игры для детей 4-6 лет

1. «Мотоциклисты»

Инвентарь: мячи среднего диаметра по количеству детей, 3 флажка.

Цель игры: закреплять ведение мяча одной или двумя руками.

Игроки - «мотоциклисты» ведут мяч по площадке в разных направлениях, отбивая его об пол одной или двумя руками. Педагог – «регулировщик» стоит в центре площадки и держит в руках 3 флажка (зеленого, красного и желтого цвета). Когда регулировщик поднимает желтый флажок, то мотоциклисты отбивают мяч об пол на месте, когда красный – останавливаются с мячом в руках, зеленый флажок – продолжают движение. Мотоциклисты, которые нарушили правила, временно выбывают из игры.

!!! Если дети не владеют ведением мяча, то можно отбивать мяч об пол руками и ловить на месте и в движении.

2. «Охота на зайцев»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

На противоположных сторонах площадки проводятся 2 черты, за чертой – 2 «леса», между ними – «охотничья поляна». Игроки – «зайчата» находятся в одном лесу, а водящий – «охотничий пес» на поляне. По сигналу

зайчата перебегают через поляну из одного леса в другой, а пес старается их догнать и запятнать. Пойманные игроки не выбывают из игры.

!!! Псу нельзя выбегать за границы охотничьей поляны.

3. «Поймай комара»

Инвентарь: гимнастическая палка или прут.

Цель игры: совершенствовать скоростно-силовые способности.

Игроки – «лягушки» строятся в круг, в центре круга педагог, который держит в руках гимнастическую палку или прут с привязанным к нему «комаром» из бумаги. Педагог вращает комара выше голов детей, а дети подпрыгивают, стараясь коснуться его двумя руками. Отмечаются самые ловкие игроки.

!!! Лягушки подпрыгивают только тогда, когда комар пролетает над головой; отталкиваться следует двумя ногами.

4. «Горячее место»

Инвентарь: по 2-3 ленты на ребенка.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

На одной стороне площадки – игровое поле с игроками, на противоположной стороне параллельными линиями обозначено «горячее место», в центре площадки находится водящий. По сигналу игрокам нужно перебежать с игрового поля в горячее место, взять одну ленту и вернуться обратно. Водящий старается запятнать бегущих детей. Пойманные игроки временно выбывают из игры. По сигналу игра останавливается, у оставшихся игроков считают ленты. Отмечаются дети, у которых оказалось больше лент. !!! Перебегать с игрового поля в горячее место только по команде; водящему нельзя пересекать границы игрового поля и горячего места; игрокам брать сразу несколько лент.

5. «Ловишка с мячом»

Инвентарь: мяч среднего диаметра.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки строятся в круг, водящий – «ловишка» находится в центре круга с мячом в руках. Ловишка выполняет бросок мяча, стоящему напротив игроку, называя его по имени. Игрок ловит мяч и перебрасывает его ловишке. После 3-4 передач ловишка подбрасывает мяч вверх, дети разбегаются по площадке, а водящий догоняет и пятнает игроков, бросая в них мяч. Игроки, которых запятнали, временно выбывают из игры. По сигналу игра останавливается, подсчитываются запятнанные игроки, выбирается новый ведущий.

!!! Пятнать игроков аккуратно – бросать мяч в спину или в ноги.

6. «Совушка»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: формировать творческое воображение.

Игроки (жучки, паучки, пчелки, мышки, бабочки) находятся на площадке, водящий – «совушка» сидит в гнезде. Со словами **«День наступает – все оживает!»** игроки передвигаются по площадке, выполняя имитационные действия. Со словами **«Ночь наступает – все замирает!»** дети останавливаются и замирают в неподвижной позе. Совушка выходит на охоту и забирает с собой тех игроков, которые пошевелились.
!!! Совушке нельзя долго наблюдать за одним и тем же игроком.

7. «Линеечка»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать самоорганизацию.

Игроки строятся в 2-3 шеренги по периметру площадки. По команде расходятся или разбегаются в разных направлениях, а по звуковому сигналу выполняют построение в шеренгу на своем месте. Отмечается команда, которая быстрее и ровнее построилась.

!!! Строиться только в своей команде, очередность в шеренге значения не имеет.

8. «Рыбаки и рыбки»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: формировать согласованность двигательных действий.

Игроки – «рыбки» находятся на площадке. Пара игроков – водящие, образуют «сеть» (берутся за руки – одна рука свободна). По сигналу рыбки бегают по площадке, а рыбаки догоняют рыбок и соединяют вокруг них руки. Рыбка, которая попала в сеть, присоединяется к рыбакам. Игра продолжается до тех пор, пока сеть не разорвется или пока не будут пойманы все игроки.

!!! Нельзя тянуть сеть в разные стороны.

9. «Мы – веселые ребята»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки находятся на одной стороне площадки, водящий стоит в центре площадки лицом к игрокам. Дети хором говорят:

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

С последними словами игроки перебегают на противоположную сторону площадки, а водящий старается их запятнать.

!!! После двух перебежек выбирается новый водящий.

10. «Выше ноги от земли»

Инвентарь: 1 флажок.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки бегают по площадке в разных направлениях. Педагог дает в руки одному из детей флажок – это водящий. Водящий поднимает флажок вверх и бежит вместе со всеми. По команде «**Лови!**» дети убегают и «прячутся» на любой возвышении (гимнастической стенке, скамейке, турнике). Игроков, не успевших «спрятаться», водящий пятнает флажком. **!!!** Игроки, которых запятнали, остаются в игре. Отмечаются водящие, которые запятнали большее количество игроков.

11. «Хитрая лиса»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки строятся в круг в центре площадки. По команде дети закрывают глаза, а педагог выбирает водящего – «хитрую лису», касаясь плеча одного из игроков. Хитрая лиса молчит и ничем себя не выдает. Дети открывают глаза и хором три раза спрашивают: «**Хитрая лиса, где ты?**». Хитрая лиса прыгает в центре круга и говорит: «**Я тут!**». Дети разбегаются, а хитрая лиса старается их догнать и запятнать. Игра повторяется 3-4 раза. В конце каждой игры подсчитывают пойманных игроков и выбирают нового водящего.

!!! Пойманные игроки временно выбывают из игры.

12. «Солнце и луна»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

На противоположных сторонах площадки проводятся 2 черты, за чертой – «дом» игроков. Команды «Солнце» и «Луна» строятся в шеренгу спиной друг к другу и лицом к своему «дому» в центре площадки на расстоянии 1,5 – 2 м одна от другой. Педагог называет то одну, то другую команду. По сигналу «**Луна!**» игроки этой команды бегут в дом, а игроки другой команды поворачиваются кругом, догоняют их и стараются запятнать. Затем подсчитывается количество пойманных игроков, и команды возвращаются на место. Перебежки повторяются 5-6 раз. Отмечается команда, которая запятнала больше игроков.

!!! Нельзя пятнать игроков в доме.

13. «Змея»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: формировать согласованность двигательных действий.

Игроки (5-6 человек) строятся в колонну по одному и кладут руки на пояс впереди стоящего. Первый игрок в колонне – «голова», последний – «хвост». По сигналу голова должна запятнать хвост. Если голова запятнала хвост или разорвалось сцепление, то игра останавливается и выбираются новые водящие.

!!! Голова и хвост должны действовать согласованно, нельзя тянуть игроков за одежду и толкаться.

14. «К своим флажкам»

Инвентарь: 3-4 флажка разных цветов.

Цель игры: формировать пространственную и зрительную ориентацию.

Игроки делятся на 3-4 команды и строятся в круг. В центре каждого круга - водящий с флажком. По сигналу дети разбегаются по площадке в рассыпную, а по команде «**К своим флажкам!**» бегут к флажку своего цвета и строятся в круг. Отмечается команда, которая построилась первой и выбираются новые водящие.

!!! Игра повторяется 3-4 раза, водящие меняют местоположение.

15. «Охотники и утки»

Инвентарь: 1 мяч среднего диаметра.

Цель игры: воспитывать ловкость.

Игроки – «утки» находятся на площадке. 2 водящих – «охотники», стоят на противоположных сторонах площадки лицом друг другу, один из охотников держит в руках мяч. Охотники бросают мяч, стараясь попасть им в уток. Утки перебегают с одной стороны площадки на другую, стараясь увернуться от мяча. Игроки, в которых попали мячом, временно выбывают из игры. Игра продолжается 1,5-2 минуты, затем подсчитываются пойманные утки и выбираются новые водящие.

!!! Мяч бросать в спину или в ноги игрокам.

16. «Волк во рву»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: совершенствовать скоростно-силовые способности.

Игроки – «козы» находятся на одной стороне площадки. В центре площадки параллельными линиями обозначен «ров», шириною 70-100 см. Водящий – «волк» стоит во рву. По команде педагога «**Козы – в поле, волк во рву!**» козы перебегают на противоположную сторону, перепрыгивая через ров. Волк старается запятнать прыгающих коз. Игра повторяется 2 раза, затем выбирается новый водящий.

!!! В прыжке отталкиваться одной ногой; волку нельзя выходить за пределы рва.

17. «Попрыгунчики воробышки»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

На площадке начерчен круг, игроки – «воробьи» строятся по кругу. В центре круга стоит водящий – «ворона». Воробьи запрыгивают в круг, прыгают в кругу, выпрыгивают из него. Ворона старается запятнать воробьев в кругу. Пойманные игроки остаются в игре. Когда ворон поймает 3-4 воробья, выбирается новый водящий.

!!! Диаметр круга 4-6 метров.

18. «Удочка»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: совершенствовать координационные способности, укреплять мышцы ног.

Игроки – «рыбаки» строятся в круг, в центре круга стоит водящий – «рыбак» и держит в руках «удочку» - скакалку. Водящий вращает скакалку по кругу, а дети подпрыгивают вверх, стараясь ее не задеть. Игрок, который задел скакалку, временно выбывает. Игра повторяется 2-3 раза, отмечаются самые ловкие рыбки.

!!! Мягко приземляться, не топтать.

19. «Белые медведи»

Инвентарь: 1 обруч среднего размера.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки – «пингвины» находятся на площадке, водящий – «белый медведь» стоит в стороне с обручем в руках. По сигналу пингвины разбегаются, а «белый медведь» старается догнать пингвинов и накинуть на них обруч. Пойманные пингвины временно выбывают из игры.

!!! Ловить пингвинов аккуратно, стараясь не ударить их обручем; роль водящего может выполнять педагог.

20. «Мышеловка»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: совершенствовать координацию движений и ловкость.

Игроки делятся на 2 группы. Одни образуют круг – «мышеловку». Другие – «мыши» - находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку, идут по кругу, подняв сцепленные руки вверх и говорят:

Ах, как мыши надоели, развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели, всюду лезут – вот напасть.

Берегитесь же, плутовки, доберемся мы до вас.

Вот поставим мышеловки – переловим всех за раз.

В процессе произнесения слов дети – «мыши» вбегают в круг, подлезая под сцепленные руки детей, и выбегают из круга. По окончании слов мышеловка закрывается – дети опускают руки. Те, кто остался в кругу, считаются пойманными. Они встают в круг – мышеловка увеличивается.

!!! Отмечаются самые ловкие мыши.

21. «Салки парами»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту, улучшать реакцию на звуковой сигнал.

Участвуют 2 команды, которые строятся в 2 шеренги на расстоянии трех шагов одна от другой. Каждый игрок выбирает себе пару. По сигналу «Беги!» игроки первой шеренги убегают, а игроки второй догоняют и пятнают свою пару. Затем игроки поворачиваются кругом и меняются ролями.

!!! Расстояние до линии финиша 8-9 м. Нельзя пятнать игроков, которые пересекли линию финиша.

22. «Успей выбежать»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: развивать быстроту реакции на сигнал.

Участвуют две группы, которые строятся в 2 круга – внутренний и наружный. Во внутреннем круге находится треть детей. Игроки, образовавшие наружный круг, берутся за руки, идут вправо или влево, по сигналу бегут. Игроки, стоящие в центре ритмично хлопают. По команде «Стой!» дети в наружном круге останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Педагог считает до трех. За это время игроки, стоящие в центре, должны выбежать из круга. После счета «Три!» дети быстро опускают руки вниз, не успевшие выбежать считаются проигравшими.

!!! При повторении игры на середину выходят другие игроки.

23. «Космонавты»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать внимание и самостоятельность.

На снегу или на земле рисуются ракеты, в которых находится по 4-5 кругов, - это места космонавтов. Игроки шагают в колонне по одному вокруг площадки и говорят.

**Ждут нас быстрые ракеты
Для прогулок по планетам.
На какую захотим, на такую полетим.
Но в игре один секрет:
Опоздавшим места нет!**

По окончании слов игроки разбегаются по ракетодрому и занимают места в любой из ракет. Мест в ракетах на 2-3 меньше, чем космонавтов. Проигрывают космонавты, которым не хватило места.

!!! Занимать места в ракетах только по окончании слов. Игроки, нарушившие правила, считаются проигравшими.

24. «Горелки»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: развивать быстроту и ловкость.

Игроки строятся в колонну по два, держась за руки, впереди колонны – водящий. Дети хором говорят:

**Гори, гори ясно, чтобы не погасло.
Глянь на небояб птички летят,
Колокольчики звенят!
Раз, два, три – беги!**

По окончании слов игроки последней пары опускают руки и бегут в начало колонны – один справа, другой слева от нее. Водящий пытается запятнать одного из игроков, прежде чем тот успеет взяться за руки со своей

парой. Если водящий запятнал игрока, то он становится с ним в пару впереди колонны.

!!! Игрок, оставшийся без пары, становится водящим.

25. «Ловля бабочек»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: закреплять бег в парах.

Игроки – «бабочки» находятся на площадке. Две пары водящих – дети с «сачками» - держатся за руки. По команде «Летите!» бабочки разбегаются по площадке. По команде «Лови!» водящие ловят бабочек в сачок – соединяют руки вокруг бабочки и отводят ее в условленное место. По команде «Бабочки отдыхают – сели на цветок!», дети приседают (отдых). По команде «Летите!» игроки снова разбегаются. Игра продолжается до тех пор, пока не останется 4-5 бабочек. Затем выбираются новые водящие.

!!! Во время игры водящим нельзя отпускать руки.

26. «Медведи и пчелы»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Участвуют 2 команды, одна команда – «медведи», другая – «пчелы». Пчелы стоят в «доме» - на возвышении. На расстоянии 3-4 м от «дома пчел» отмечается линия леса – «дом медведей». На противоположной стороне на расстоянии 7-8 м от дома пчел – «луг». По сигналу пчелы летят на луг за медом и жужжат. В это время медведи забираются в улей и «лакомятся медом». По сигналу «Медведи!» пчелы летят к своим ульям и пятнают («жалят») тех медведей, которые не успели убежать в лес. Пойманные медведи остаются в игре. Игра повторяется 2-3 раза, затем дети меняются ролями. Выигрывает команда, запятнавшая большее количество медведей.

!!! При повторении игры дети меняются ролями.

27. «Жмурки»

Инвентарь: повязка на глаза.

Цель игры: повышать эмоциональный фон занятий.

Из числа игроков выбирается водящий – «жмурка», ему завязывают глаза и несколько раз поворачивают кругом. Дети разбегаются по площадке, а жмурка их ловит. Если жмурка приближается к границам площадки, то его предупреждают словом «Огонь!». Пойманные игроки временно выбывают из игры.

!!! Не выбегать за границы площадки, убрать с площадки лишние предметы. Если жмурка долго не может никого поймать, то его сменяет новый водящий.

28. «Пятнашки»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Дети – игроки находятся на площадке, а водящий – «пятнашка» в стороне. По команде «**Лови!**» дети разбегаются, а пятнашка догоняет их и пятнает. Пойманные игроки временно выбывают из игры. По сигналу игра останавливается, подсчитывается количество пойманных игроков и выбирается новый водящий. Отмечаются водящие, запятнавшие большее количество игроков.

!!! Водящим запрещается толкать и хватать игроков руками.

29. «Усатый сом»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: развивать быстроту и ловкость.

Площадка линией делится на 2 части – «реку» и «берег». Игроки – «рыбки» находятся на одной стороне площадки (в реке), водящий – «сом» стоит в центре площадки на границе реки и берега (6-7 м от рыбок). Дети хором говорят:

**Под камнями сом не спит,
Он ушами шевелит,
Рыбки, рыбки, не зевайте,
Все на берег выплывайте.**

После этих слов рыбки бегут в сторону берега, а сом старается догнать и запятнать. По окончании игры подсчитывается количество пойманных рыбок, затем игра повторяется с новым водящим.

!!! Сом не должен забегать за линию берега.

30. «Части тела»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: развивать быстроту реакции и сообразительность, повышать эмоциональный фон занятий.

Игроки перемещаются по площадке в разных направлениях (бегают, прыгают, шагают). По команде педагога «**Рука-голова!**» каждый игрок быстро находит себе партнера и кладет руку ему на голову. Отмечаются самые быстрые и внимательные пары.

!!! Педагог может придумывать разные комбинации – «рука-рука», «спина-спина», «рука-нос» и др.

31. «Заяц – месяц»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: развивать двигательную координацию.

Игроки находятся на одной стороне площадки, водящий – «заяц – месяц» стоит в центре площадки лицом к игрокам. Дети хором спрашивают, а заяц – месяц им отвечает:

«Заяц – месяц, где ты был?» - «В лесу».
«Что делал?» - «Сено косил».
«Куда клал?» - «В сарай».
«Кто видел?» - «Чур!».

Со словом «Чур!» дети разбегаются, а заяц старается их догнать и запятнать. Пойманные игроки временно выбывают из игры.
!!! Разбегаются только по сигналу, можно усложнить игру и назначить не одного, а нескольких водящих.

32. «Метелица»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать коллективизм и товарищество.

Участвуют 2 команды, которые строятся в 2 шеренги и берутся за руки. Во главе колонн стоят ведущие. Они ведут цепочку за собой, пробегают между снежным валом, санками, снеговиком и другими препятствиями. Отмечается та команда, которая не разомкнула руки и не задела предметы.
!!! Игра повторяется 3-4 раза, каждый раз выбирается новый ведущий.

33. «Снежная королева»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки находятся на площадке, водящий – «Снежная королева» в стороне от игроков. По команде игроки разбегаются по площадке, а Снежная королева старается их догнать и запятнать. Тот, кого она коснулась, превращается в «льдинку» и остается стоять на месте.

!!! При повторении игры из числа самых ловких игроков выбирается другой водящий.

34. «Отбей льдинку»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать ловкость.

Игроки строятся в круг, в центре круга – водящий с льдинкой. По сигналу водящий отбивает льдинку ногой, стараясь выбить ее за пределы круга, а игроки отбивают льдинку обратно. Отмечаются самые ловкие игроки.

!!! Отбивать льдинку можно только ногами.

35. «Два Мороза»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки находятся на одной стороне площадки, водящие – «Два Мороза», в центре площадки лицом к игрокам. Морозы говорят: «**Мы два брата молодые, два мороза удалые!**». Один говорит: «**Я Мороз – красный нос**», второй – «**Я Мороз – синий нос!**», вместе: «**Ну-ка, кто из вас решится в путь-дороженьку пуститься?**». Дети хором говорят: «**Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз!**». После этих слов игроки перебегают на противоположную сторону площадки, а водящие стараются их запятнать («заморозить»). По окончании игры подсчитывают количество «замороженных» игроков и выбирают новых водящих.

!!! Перебегать с одной стороны площадки на другую, не толкаться и не мешать другим игрокам.

36. «Не ходи на гору»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать целеустремленность и настойчивость.

Игроки строятся в круг и берутся за руки, в центре круга большой снежный ком – «гора». По сигналу дети начинают «тянуть» друг друга к горе, стараясь столкнуть туда своего товарища. Игрок, который коснется кома туловищем или ногой, выбывает из игры.

!!! Если игроков много, то в центре круга можно разместить несколько снежных комьев.

37. «Ударь по мячу»

Инвентарь: 2 мяча среднего размера.

Цель игры: развивать ориентацию в пространстве.

Участвуют 2 игрока. Напротив каждого на расстоянии 2-3 м лежит мяч. Игрокам завязывают глаза и раскручивают кругом 2-3 раза. После этого им нужно подойти к своему мячу и ударить по нему ногой. Отмечаются игроки, которым удалось это сделать.

!!! Можно помочь игроку, который не может найти свой мяч.

38. «Море волнуется»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: формировать творческое воображение.

Игроки стоят на площадке и говорят:

Море волнуется – раз,

Море волнуется – два,

Море волнуется – три,

Морская фигура на месте замри.

В такт словам дети взмахивают руками. С последними словами останавливаются и замирают, приняв различные позы. Отмечаются самые интересные фигуры.

!!! Фигура обязательно должна быть морская; игру можно усложнить, предложив детям придумать фигуру в парах или в тройках.

39. «Горячая картошка»

Инвентарь: 1 мяч среднего размера.

Цель игры: закреплять передачу мяча по кругу.

Игроки строятся в круг, один из игроков держит в руках мяч. Под музыку или звуки бубна дети передают мяч друг другу по кругу. Как только музыка остановится, игрок, у которого оказался в руках мяч, выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется 2 игрока – победителя.

!!! При передаче мяча не бросать мяч; игроки, уронившие мяч, выбывают из игры.

40. «Запрещенное движение»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: развивать моторную память.

Игроки строятся в круг, в центре круга – педагог. Педагог выполняет различные движения, указав, какое из них – запрещенное. Дети повторяют все движения, кроме запрещенного. Игроки, которые повторили запрещенное движение, получают штрафные очки. Отмечаются игроки, которые не получили штрафных очков.

!!! Запрещенное движение надо менять через 4-5 повторений.

41. «Тихо – громко»

Инвентарь: маленький предмет.

Цель игры: воспитывать целеустремленность и настойчивость.

Дети строятся в круг, в центре круга – водящий с закрытыми глазами. Педагог дает одному из игроков предмет, который нужно спрятать. Все дети, кроме водящего, знают, у кого находится предмет. Водящий открывает глаза и старается определить ребенка с предметом. Если водящий приближается к игроку с предметом, то дети громко хлопают, когда удаляются – хлопают тише.

!!! Игра продолжается, пока водящий не найдет предмет.

42. «Съедобное – несъедобное»

Инвентарь: мяч.

Цель игры: воспитывать сообразительность и быстроту реакции.

Игроки строятся в круг, в центре круга – водящий с мячом в руках. Водящий поочередно бросает мяч каждому игроку и произносит в момент броска любое слово (дерево, яблоко, стол, пуговица и др.). Если слово означает съедобное понятие (конфета, молоко, каша и др.), то игрок ловит мяч, если же слово означает несъедобное понятие (банка, ботинок, ложка и др.) – игрок отталкивает мяч. Тот, кто ошибается, получает штрафное очко. Нового водящего выбирают среди самых внимательных игроков.

!!! Если детей много, то можно ввести в игру двух водящих.

43. «Летает – не летает»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать сообразительность и внимание.

Игроки шагают в колонне по одному, а педагог называет предметы. Если будут названы летающие предметы, например самолет, птица, бабочка, жук и т.д., то игроки останавливаются, поднимают руки в стороны и делают взмахи вверх-вниз.

!!! Можно построить игроков в шеренгу или в круг.

44. «Фигуры»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать творческие способности.

Игроки строятся в круг, водящий – в центре круга. Под музыку или звуки бубна игроки шагают по кругу в колонне, а по сигналу останавливаются и не двигаются, приняв различные позы. Водящий выбирает того, чья фигура понравилась ему больше, и меняется с ним местами.

!!! Игра продолжается 4-5 раз. Отмечаются наиболее интересные фигуры.

45. «Паровозик, конна, гусеница»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: закреплять передвижения и перестроения в сцеплении.

Игроки шагают в колонне по одному. По команде «**Паровозик!**» кладут руки на плечи впереди стоящему и передвигаются в сцеплении на пятках; по команде «**Конна!**» перестраиваются в круг, держась за руки, идут к центру и поднимают руки вверх; по команде «**Гусеница!**» перестраиваются в колонну по одному, принимают упор на коленях и передвигаются в сцеплении, положив руки на голени впереди стоящего.

!!! Не разрывать сцепления, четко выполнять команды.

46. «Кто ушел»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать наблюдательность внимание.

Игроки строятся в круг, водящий – в центре круга. Водящий запоминает детей и закрывает глаза. Один игрок уходит из зала. Водящий закрывает глаза и отгадывает, кто из детей ушел. Если он отгадает, то сам выбирает водящего, если нет, то водящего выбирает педагог.

!!! Детям нельзя подсказывать водящему.

47. «Узнай товарища»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: повышать активность сенсорных систем.

Игроки строятся в круг, в центре круга – водящий с завязанными глазами. К водящему подходит один из детей, водящий на ощупь должен узнать своего товарища. Игра продолжается 5-6 раз, каждый раз выбирается новый водящий.

!!! Не подсказывать, отмечаются самые внимательные игроки.

48. «Рыбы, птицы, звери»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: расширять кругозор, воспитывать сообразительность.

Игроки строятся в круг, в центре круга – водящий с мячом в руках. Водящий бросает мяч поочередно игрокам и говорит одно из трех слов «**Зверь!**», «**Рыба!**» или «**Птица!**». Поймавший мяч должен быстро назвать

любое животное, рыбу или птицу и бросить мяч обратно водящему. Игрок, который ошибся или не ответил, получает штрафное очко.

!!! По окончании игры отмечаются дети, которые не получили штрафных очков.

49. «Тишина»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: тренировать статичное равновесие.

Игроки шагают в колонне и говорят:

**Тишина у пруда, не колышется вода,
Не шумят камыши. Засыпайте, малыши.**

С последними словами дети останавливаются и принимают любую статичную позу. В таком положении они находятся до тех пор, пока педагог не досчитает вслух до десяти. Игроки, которые пошевелились или не удержали равновесия, считаются проигравшими. Игра повторяется 3-4 раза.

!!! Проигравшие игроки временно выбывают из игры.

50. «У ребят порядок строгий»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: учить находить свое место в игре, воспитывать организованность и внимание.

Игроки строятся в 3-4 круга в разных частях площадки, берутся за руки. По команде шагают врассыпную по площадке и говорят:

**У ребят порядок строгий,
Знают все свои места.
Ну, трубите веселее:
Тра-та-та, тра-та-та!**

С последними словами дети строятся в круги. Отмечаются круги, которые быстро и без ошибок построились.

!!! Можно строиться в колонны или в шеренги.

51. «Быстро шагай»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: улучшать быстроту реакции на сигнал.

Игроки строятся в шеренгу на линии старта на одной стороне площадки, на другой стороне площадки – водящий, который стоит спиной к игрокам на линии финиша. Водящий громко говорит: « **Быстро шагай, смотри не зевай, стой!**». В это время игроки шагают вперед, а на последнем слове останавливаются. Водящий быстро оглядывается, и тот игрок, который не успел остановиться, делает шаг назад. Затем водящий снова произносит текст, а дети продолжают движение. Игрок, который первым пересечет линию финиша, становится водящим.

!!! Нельзя бежать, шагать быстро и ритмично в соответствии с текстом.

52. «Смена мест»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать самоорганизацию.

Игроки 2 команд строятся в шеренги лицом друг к другу на противоположных сторонах площадки. По команде «**Разойтись!**» расходятся свободно по площадке, а по команде «**Смена мест!**» строятся в шеренгу на стороне другой команды. Отмечается команда, которая быстрее и без ошибок построилась.

!!! Очередность игроков при построении можно не соблюдать.

53. «Фантазеры»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: формировать творческое воображение.

Игроки шагают в колонне по одному, педагог громко называет любой предмет, животное, растение (лодка, волк, стул и т.д.). Дети останавливаются и позой, мимикой, жестами пытаются изобразить то, что назвал педагог. Отмечается самый интересный образ.

!!! Каждый игрок старается придумать свою фигуру.

54. «Шмель»

Инвентарь: мяч среднего размера.

Цель игры: формировать точность двигательных действий.

Игроки строятся в круг и садятся на пол, согнув ноги скрестно. Один из игроков держит в руках мяч. Дети руками прокатывают мяч по полу, стараясь «ужалить» - попасть в ноги другому игроку. Ужаленный игрок поворачивается спиной в круг и не принимает участия в игре до тех пор, пока не «ужалят» следующего.

!!! Дети не дают себя «ужалить», задерживая мяч в руках.

55. «Кто внимательный»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать внимание и организованность.

Дети строятся в колонну, шагают по площадке и выполняют движения по сигналу. Один удар в бубен – присед, 2 удара – стойка на одной ноге, 3 удара – подскоки на двух ногах на месте. Отмечаются самые внимательные игроки.

!!! Педагог подает сигналы в разной последовательности, после каждого сигнала дети продолжают ходьбу в колонне. Можно придумать другие упражнения.

56. «Два и три»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: закреплять ходьбу врассыпную с перестроением в пары и тройки по сигналу.

Дети шагают по площадке в разных направлениях. По сигналу «**Два!**» образуют пары и становятся лицом друг к другу, взявшись за руки. По сигналу «**Три!**» образуют тройки.

!!! Отмечаются пары и тройки, быстро выполнившие задание.

57. «Козлики на мостике»

Инвентарь: гимнастическая скамейка.

Цель игры: тренировать равновесие, воспитывать взаимопомощь и товарищество.

Игроки – «козлики» делятся на 2 подгруппы и строятся в колонны – одна напротив другой. Между ними стоит «мостик» - гимнастическая скамейка. 2 козлика из разных команд идут навстречу друг другу по скамейке. Встретившись, они расходятся, стараясь не упасть в «канаву». Когда пара освободит скамейку – идут следующие игроки. Игроки помогают друг другу сохранять равновесие. Отмечаются самые дружные пары.
!!! Под скамейку положить мат.

58. «Перекаты»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: отдых и расслабление после физической нагрузки.

Игроки строятся в шеренгу и ложатся на пол на живот, вплотную друг к другу. По сигналу крайний игрок перекачивается с живота на спину лежащих детей. За ним перекачивается следующий игрок. Докатившись до конца колонны, игроки ложатся на живот. Затем «бревнышки» катятся в обратном направлении.

!!!Игра продолжается 2-3 минуты.

59. «Эхо»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: отдых и расслабление после физической нагрузки.

Игроки принимают и.п. – лежа на спине, руки за головой. Педагог произносит короткие предложения, а дети отвечают, как эхо протягивая последнее слово. Например, педагог говорит «**Кто там?**», а дети отвечают «**Та-а-ам**».

!!! В игру можно включить статические дыхательные упражнения или звуковую гимнастику с протягиванием различных звуков и слогов на выдохе.

60. «Свободное место»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки строятся в круг, принимают исходное положение – сесть, согнув ноги скрестно, руки на коленях. 2 соседних игрока встают спиной друг к другу и по сигналу обегают круг в противоположных направлениях. Выигрывает игрок, который первый прибежал к своему месту и принял исходное положение.

!!! Во время бега не сталкиваться.

61. «Кто быстрее с мячом»

Инвентарь: 1 мяч, 1 дуга.

Цель игры: развивать быстроту и ловкость, воспитывать волевые качества.

Участвуют 3 игрока, построение детей – в шеренгу за стартовой линией. Каждый игрок держит в руках мяч. По сигналу дети бегут к своим дугам (расстояние 6-7 м от стартовой линии), прокатывают под ними мяч, пролезают под дугой, догоняют мяч, бегут обратно и поднимают мяч вверх. Выигрывает игрок, который первым пересек стартовую линию и не допустил ошибок.

!!! Пролезать под дугой в упоре на коленях, не касаться дуги спиной.

62. «Попади в цель»

Инвентарь: 2-3 стойки, кольца по количеству игроков.

Цель игры: тренировать меткость.

Участвуют 2-3 команды, построение детей – в колонну. Игроки выполняют бросок кольца на стойку (расстояние 1,5 м от линии броска) и становятся в конец своей колонны. За каждое попавшее на стойку кольцо команде начисляются очки. Побеждает команда, набравшая большее количество очков.

!!! Бросать кольцо правой рукой от себя.

Подвижные игры для детей 5-7 лет

1. «Коршун и наседка»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: улучшать быстроту реакции, формировать согласованность двигательных действий.

Дети строятся в колонну по одному в сцеплении, положив руки на пояс впереди стоящим игрокам. Первый игрок в колонне – «наседка», водящий – «коршун», располагается напротив игроков и старается запятнать позади наседки одного из «цыплят». Наседка не пропускает его, перемещаясь из стороны в сторону, не задерживая коршуна руками. Коршун выигрывает, если в течение установленного времени (30-40 с) ему удастся запятнать игрока или если разорвется цепочка. Игра повторяется с новыми водящими.

!!! Играют 8-10 человек, игроков можно разделить на 2-3 команды.

2. «Караси и щука»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать внимание и сообразительность.

Участвуют 2 группы. Одна группа строится в круг – это «камешки», другая – «караси», которые «плавают» внутри круга. Водящий – «щука» находится в стороне от игроков. По команде «**Щука!**» водящий быстро вбегает в круг, а караси прячутся за камешки. Не успевших спрятаться карасей, щука пятнает. Пойманные караси временно выбывают из игры. Игра повторяется с участием другой щуки. По окончании игры отмечается лучший водящий.

!!! Карасям нельзя трогать камешки руками.

3. «Гуси – лебеди»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать ловкость и быстроту.

Выбирают детей на роль «волка» и «пастуха», остальные игроки – «гуси». На одной стороне площадки (в «доме») находятся гуси, на противоположной стороне – «пастух». Сбоку «логово волка», остальное место – «луг». Пастух зовет гусей на луг.

Пастух: **Гуси, гуси!**

Гуси: **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 перебегают через луг домой, а волк выбежав из логова, старается их догнать и запятнать.

!!! Пойманные гуси остаются в игре, а пастух и волк – другие дети.

4. «Третий лишний»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать целеустремленность и активность.

Игроки строятся лицом в круг парами друг за другом. Водящие – «пятнашка» и «третий лишний» - находятся за кругом на расстоянии 2-3 шагов друг от друга. По сигналу третий лишний начинает убежать от пятнашки и останавливается впереди любой пары. Последний игрок в паре становится третьим лишним и убегает от пятнашки. Пойманные игроки занимают место в кругу и выбираются новые водящие.

!!! Если пятнашка не может поймать третьего лишнего, то игра останавливается и выбираются новые водящие.

5. «Охотники и обезьяны»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: закреплять лазание по гимнастической лестнице, формировать творческие способности.

Участвуют 2 команды. Одна команда – «обезьяны», ее игроки залезают на гимнастическую лестницу. Участники второй команды – «охотники» расположены на противоположной стороне площадки. Между охотниками и

обезьянами проведена разделительная линия. Задача охотников – заманить обезьян в ловушку. Они придумывают движение, подходят к разделительной линии, показывают это движение обезьянам и уходят на свою территорию. Обезьяны слезают с лестницы, подходят к линии и повторяют движение. По команде «**Лови!**» обезьяны убегают и залезают на лестницу, а охотники стараются их догнать и запятнать. Игра повторяется 3-4 раза, затем игроки меняются ролями.

!!! По окончании каждой игры подсчитывается количество пойманных обезьян, которые остаются в игре.

6. «Между двух огней»

Инвентарь: 3-4 мяча среднего диаметра.

Цель игры: формировать точность двигательных действий.

Участвуют 2 команды, одна из команд делится на 2 группы, каждая из которых становится на противоположные стороны площадки, остальные игроки расположены между ними. Одна группа получает 3-4 мяча. По сигналу игроки прокатывают по полу мячи с одной стороны площадки на другую, а игроки в центре стараются увернуться от мячей. Дети, которых коснулся мяч, продолжают играть, а команде засчитывается штрафное очко. Затем игроки меняются ролями. Выигрывает команда, получившая меньше штрафных очков.

!!! Мячи нужно катать по полу, а не бросать.

7. «Плетень»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать самоорганизацию.

Игроки двух команд строятся в 2 шеренги на противоположных сторонах площадки и образуют «плетень» (согнув руки скрестно перед грудью, держат за разноименные руки соседей справа и слева). По сигналу дети опускают руки и разбегаются по залу в разных направлениях, а по команде «**Плетень!**» строятся на своих местах, образуя плетень. Отмечается команда, которая быстрее построится.

!!! Очередность игроков в шеренге можно не соблюдать.

8. «Щука в реке»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать взаимопомощь и товарищество.

Площадка двумя линиями делится на 3 равные части. По бокам – «реки», в центре – «протока». Игроки – «караси» находятся в реках, а водящий – «щука» - в протоке. По команде «**Караси, в реку!**» караси перебегают из одной реки в другую, а щука старается, не выходя за границы протоки, их запятнать. Пойманные караси остаются в протоке. Они берутся за руки и образуют круг – безопасное место для других карасей, куда щука не может зайти. Теперь, пробегая через протоку, карасям можно забежать в круг

и выбежать из него в другую реку. Игра продолжается, пока не останется 3-4 карася. Из их числа выбирается новый водящий.

!!! Щуке нельзя выходить за границы протоки.

9. «Пограничники и парашютисты»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать самостоятельность и самоорганизацию.

Участвуют 2 команды – «пограничники» и «парашютисты».

Парашютисты бегают по площадке в разных направлениях, а пограничники, взявшись за руки, образуют цепь. Задача пограничников – поймать парашютистов, сомкнув вокруг них цепь. За каждого пойманного парашютиста пограничники получают одно очко. Пойманные парашютисты остаются в игре. По сигналу команды меняются ролями. Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.

!!! Парашютистам нельзя тянуть цепь в разные стороны. Им нужно договариваться и двигаться в определенном направлении; если разорвалась цепь – игра останавливается.

10. «Мячик кверху»

Инвентарь: мяч.

Цель игры: воспитывать быстроту, тренировать меткость.

Игроки строятся в круг, водящий находится в центре круга с мячом в руках. Со словами «**Мяч кверху!**» водящий подбрасывает мяч вверх, а дети в это время разбегаются подальше от него. Водящий ловит мяч и кричит «**Стой!**». Дети останавливаются, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в ноги ближайшего игрока. В случае меткого попадания он остается водящим на еще одну игру. В случае промаха игра повторяется с новым водящим.

!!! Если кто-то из игроков двигается после команды «**Стой!**», то он должен сделать 3 шага в сторону водящего.

11. «Иголка и нитка»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки строятся в круг, берутся за руки. Водящие – «иголка» и «нитка» находятся за кругом. По сигналу иголка начинает убежать от нитки, пробегая «змейкой» под руками игроков, стоящих в кругу. Нитка, догоняя иголку, бежит в том же направлении. Если нитка догонит иголку, или нитка перепутает путь движения за иголкой, то выбирают новых водящих. Если нитка за 23-30 секунд не смогла догнать иголку, то игра останавливается и выбираются новые водящие.

!!! Если детей много, то можно составить 2-3 круга. Игрокам, стоящим в кругу, не разрешается трогать водящих руками и мешать им. Нитка должна бежать по тому же пути, что и иголка.

12. «Ловля парами»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: закреплять бег в парах.

Пара ловцов, взявшись за руки, ловят игроков, бегающих по площадке. Игрок считается пойманным, если ловцы сомкнули вокруг него руки. Когда пойманы 2 игрока, то они составляют новую пару ловцов и продолжают ловить остальных игроков. Пойманные игроки образуют новые пары и также участвуют в ловле. Игра заканчивается, когда на площадке остается 2 игрока, которые считаются победителями.

!!! Ловцам запрещается хватать игроков руками, игрокам не разрешается выбегать за границу площадки.

13. «Пять шагов»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать сообразительность и быстроту мышления.

Участвуют поочередно несколько игроков. Детям нужно сделать 5 шагов в быстром темпе и на каждый шаг без пауз и остановок произносить любое имя (Женское или мужское в зависимости от задания). Отмечаются игроки, которые справились с заданием.

!!! Игру можно усложнить, предлагая детям называть не имена, а, например, зверей, птиц, рыб и т.д.

14. «У кого мяч»

Инвентарь: мяч малого диаметра.

Цель игры: воспитывать внимание и сообразительность.

Игроки строятся в круг, вплотную друг к другу, руки за спиной. В центре круга – водящий с закрытыми глазами. Игроки выполняют передачу мяча по кругу за спиной. По сигналу водящий открывает глаза и старается угадать, у кого мяч. Если водящий угадал, то он становится в круг, а тот, у кого был найден мяч, становится водящим. Игра повторяется 3-4 раза.

!!! Игрок, уронивший мяч при передаче, временно выбывает из игры.

15. «Мяч соседу»

Инвентарь: 2 мяча среднего размера.

Цель игры: закреплять быструю передачу мяча по кругу.

Игроки строятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, - по мячу. По сигналу дети передают мяч по кругу в одном направлении, как можно быстрее, стараясь, чтобы один мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажется 2 мяча. Игра повторяется 4-5 раз, после чего отмечают игроков, которые хорошо передавали мяч.

!!! Мяч передавать соседнему игроку, никого не пропускать.

16. «Поймай палку»

Инвентарь: гимнастическая палка.

Цель игры: тренировать быстроту реакции на сигнал.

Игроки строятся в круг, в центре круга – водящий, который руками удерживает гимнастическую палку на полу вертикально за верхний конец. Водящий называет по имени одного из игроков, отпускает палку, а названный игрок должен поймать палку, не давая ей упасть.

!!! В средней группе роль водящего выполняет педагог, диаметр круга можно увеличить.

17. «Воротца»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: закреплять ходьбу парами, воспитывать организованность и коллективизм.

Игроки шагают по площадке в колонне по два. По команде «Стоп!» останавливаются, поднимают сцепленные руки вверх, образуя воротца. Первая пара поворачивается кругом, пробегает под воротцами, становится последней, говоря «Готово!». По этому сигналу дети опускают руки и продолжают ходьбу.

!!! Игру можно усложнить, изменив направление движения колонны.

18. «Летучий мяч»

Инвентарь: мяч среднего размера.

Цель игры: закреплять перебрасывание и ловлю мяча.

Игроки строятся в круг, в центре круга – водящий. По сигналу игроки перебрасывают мяч через центр круга, а водящий старается поймать мяч или коснуться его рукой. Если ему это удалось, то водящий становится в круг, а игрок, которому выполнялась передача, становится водящим.

!!! Диаметр круга 4-5 м, мяч бросать одной рукой от плеча.

19. «Земля или небо»

Инвентарь: 2 мяча разного цвета.

Цель игры: воспитывать внимание и быстроту мышления.

Игроки строятся в круг, в центре круга – водящий с двумя мячами в руках (красным и белым). Красный мяч – это «земля», белый – «небо». Водящий бросает одному из детей в произвольном порядке любой мяч (красный или белый). Тот его ловит и в зависимости от цвета мяча должен назвать животное (если мяч красный) либо птицу или летающее насекомое (если мяч белый). Игроки, которые ошибаются или долго думают, получают штрафное очко. По окончании игры отмечают детей, не получивших штрафных очков.

!!! Нельзя повторять названия животных, птиц или насекомых, которые уже звучали.

20. «Не зевай!»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать внимательность и сообразительность.

Игроки находятся на площадке, водящий стоит к ним лицом. Он называет любую часть тела и касается ее рукой. Например, произносит

«Ухо!» и касается уха, говорит «Нос!» - касается носа и т. д. Игроки должны коснуться той части тела, которую называет водящий. Далее водящий начинает путать детей. Например, говорит «Шея!», а рукой касается лба. Задача детей – не сбиться, кто ошибается – выбывает из игры. Победителем становится самый внимательный игрок.

!!! Роль водящего может выполнять как педагог, так и ребенок.

21. «Повтори наоборот»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: развивать пространственную координацию.

Игроки находятся на площадке, водящий стоит к ним лицом. Он показывает детям различные движения, которые они должны повторить наоборот. Например, водящий выпрямляет руки вперед – дети должны отвести их назад, поднимает голову вверх – дети опускают голову вниз, поворачивается в одну сторону – дети в другую и т.д. отмечаются самые внимательные игроки.

!!! Игру можно проводить в разных исходных положениях – стоя, сидя, лежа.

22. «Зеркало»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры: воспитывать артистичность и выразительность движений.

Игроки находятся на площадке, водящий стоит к ним лицом. Дети – это отражение водящего в зеркале. Водящий «перед зеркалом» выполняет различные имитационные действия (расчесывается, поправляет одежду, строит рожицу и т.д.). Игроки одновременно с водящим копируют все его действия, стараясь точно передать не только жесты, но и мимику.

!!! Роль водящего может выполнять как педагог, так и ребенок.